

Klinische Stress- und Resilienzforschung: Was können wir daraus lernen?

Meinrad Perrez
Universität Freiburg

Resilienz bezeichnet nach Werner (2000) drei Klassen von Phänomenen

1. Gute Entwicklung bei Kindern, **trotz hoher Risikofaktoren** (wie Armut, chronische Krankheit eines Elternteils, Kindesmisshandlung usw.).
2. Gute Entwicklung, **trotz stressreicher kritischer Lebensereignisse** (wie Scheidung der Eltern).
3. Gute Entwicklung nach **Erholung von schweren Traumata** (wie Krieg, Katastrophen usw.)

Wissenschaftliche Studien

- Emmy E. Werner-Jacobsen
(Developmental psychologist and
research professor at the University
of California at Davis)



Initiantin der Kauai-Längsschnitt Studie

Kauai-Studie

- 698 Kindern (Jahrgang 1955) über ca. 40 Jahre auf der Insel Kauai in Hawaii,.
- Erhebungen im Alter von 1, 2, 10, 18, 32 und 40 Jahren
- 30% der Kinder lebten unter Hochrisikobedingungen (>4 Risikofaktoren)
- zwei Drittel davon entwickelten Störungen
- Verlustquote der Stichprobe: nach 40 Jahren 15 %

Resultate der Werner & Smith Studie (1992)

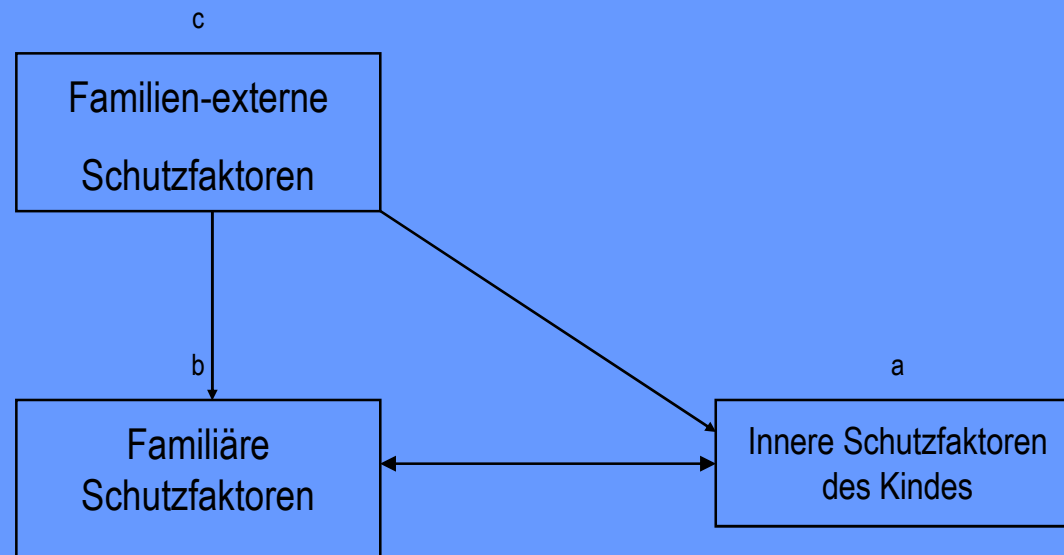
Resiliente Personen

definiert: Gesund bei mehr als 4 Risikofaktoren

Schützende Faktoren:

1. Personinterne Merkmale / Kompetenzen
2. Familienmerkmale
3. Extrafamiliale Faktoren

Schutzfaktoren



Personinterne schützende Faktoren bei den Kindern

(Werner & Smith)

- Kindeigenschaften, die bei Erwachsenen positive Reaktionen auslösen
- Relativ selbständig bereits im Vorschulalter
- Hohe Problemlösefähigkeit schon als Schulkinder

Schützende Familienmerkmale

(Werner & Smith)

- Kind konnte mindestens eine stabile fürsorgliche Bezugsperson erleben
- Schulbildung der Mutter
- Latenzzeit bis zum 2. Kind mehr als 2 Jahre
- Religiöse Überzeugungen

Schützende ausserfamiliäre Faktoren (Werner & Smith)

- Kontakte zu Peers
- Nachbarn als Ressource
- und Lehrerin/Innen als Ressource: Schule als zweites Zuhause
- Finden von Ersatzeltern

Neuere Forschung

- *Längsschnittstudien*
 - Teilweise grössere Stichproben
 - Reichere Methodik (Erfassung und Analyse der Daten)
 - Einbezug weiterer Faktoren (z.B. genetische)
 - Resilienz als Prozess

Beispiele:

Twin Study

Jaffee, S.R., Caspi, A. et al. (2007)

Bowes, L., Maughan, B. et al (2010)

Dunedin-Study (Neuseeland)

Melchior, M., Moffitt, T. et al. (2007)

Heutiger Ergebnisstand

1. Personinterne schützende *Faktoren*

(nach Cummings et al., 2000; Colloshaw et al. 2007; Masten et al., 2009; und anderen)

- Beziehungsfähigkeit / Soziale Kompetenzen
- Selbstvertrauen, Selbstbild
- Gutes intellektuelles Funktionieren
- Selbstregulation, Copingkompetenzen
- Temperament

Resilienz als Prozess

Fragestellungen

- Wie werden die Kompetenzen erworben?
- Genetische Aspekte? (Moffitt & Caspi)

Resilienz-fördernde Systeme

- Emotionale und soziale Kompetenz-fördernde Systeme: Bindungssysteme
- Kognitive Kompetenz-fördernde Systeme: Schulen, Bildungssystem
- Meaning-making Systems (Masten & O'Dougherty Wright, 2009)
 - Religion, Kirchen
 - Spiritualität
 - Kultur
-

Emotionale und soziale Kompetenz

***resultiert aus erfolgreicher Interaktion
mit der Umwelt***

Entwicklungspfad der Interaktion:

Bindungszyklus

Mutter/Vater-Kind

andere Caregivers/Betreuungspersonen

Geschwisterbeziehungen

Beziehungen mit Freunden

romantischen Liebesbeziehungen

festen Partnerschaft

Beziehung mit eigenen Kindern

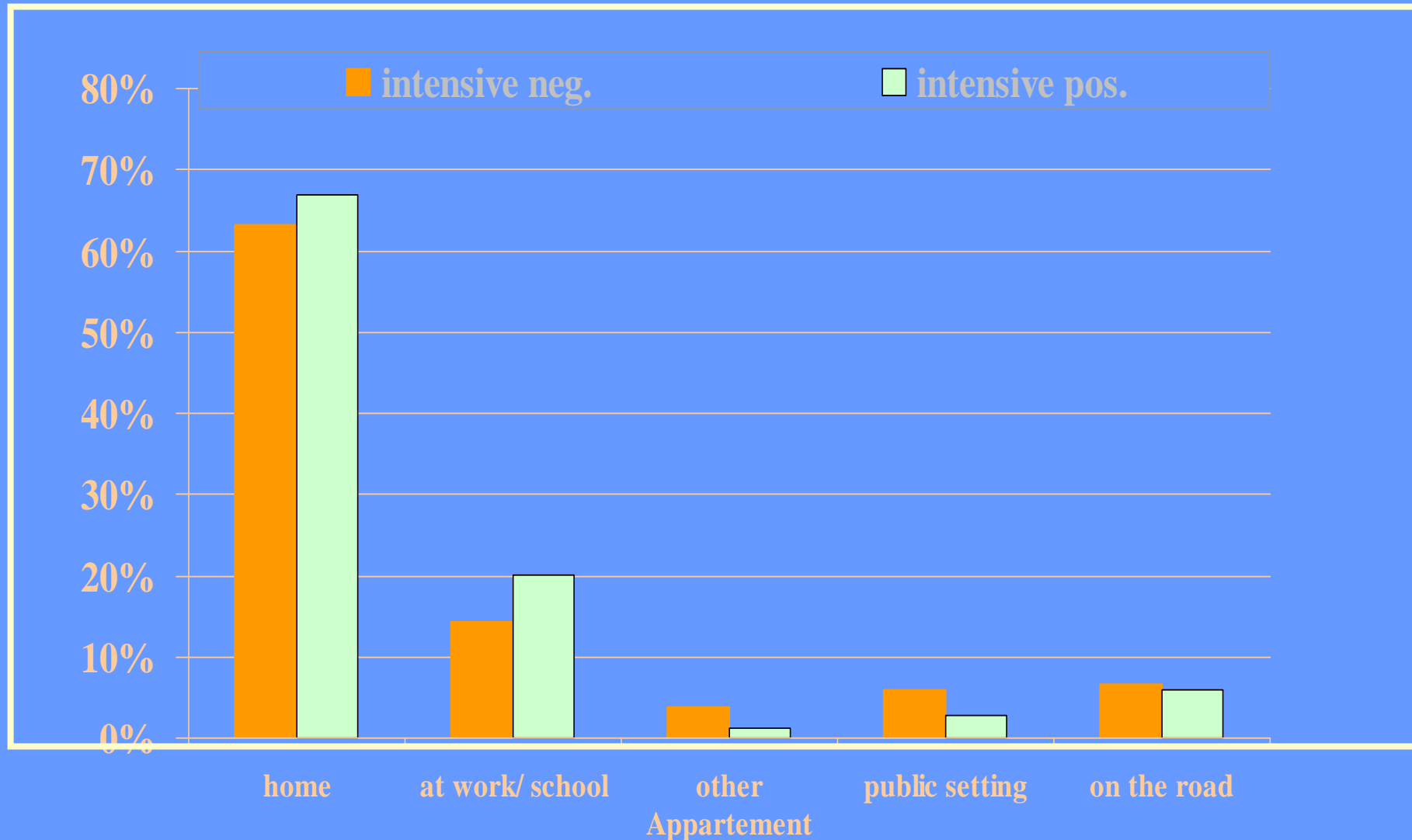


Bedeutung des Eltern-Kind Beziehungssystems

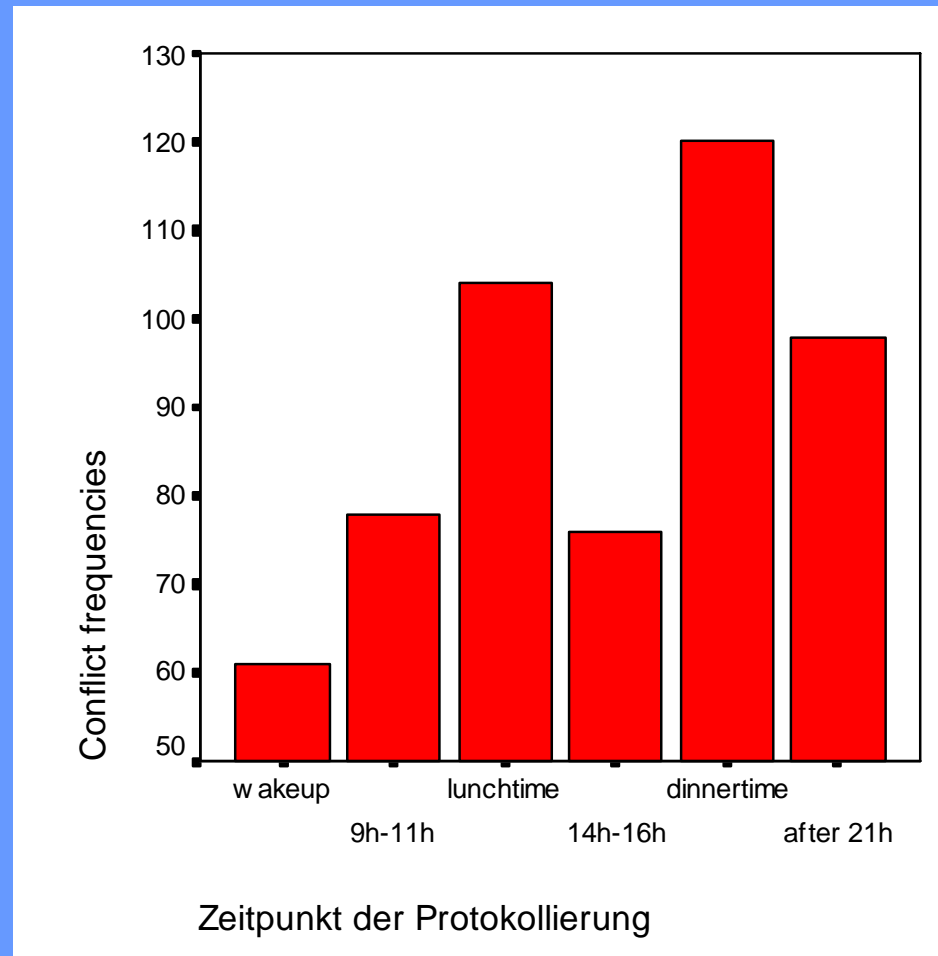
- **Prototyp** menschlicher Beziehungserfahrung
 - Erfahrung von Empathie, Wärme: schafft Selbstvertrauen, Selbstwert
 - Erfahrung von einer vernünftigen Ordnung und altersgemässen Grenzen: schafft Sicherheit
 - Erfahrung von Vertrauen schafft Compliance mit sozialen Regeln und ermöglicht *Selbstregulation*

STRONG EMOTIONS and SETTINGS

8701 self observations (N=580 Personen)



Results: Distribution of social stress situations - daytimes



Sign. ($p < .05$ or less)

* after 21h - Wakeup

*dinnertime - 9h

*Lunchtime - 14h-16h

and greater differences

Bedeutung der Herkunftsfamilie selbst bei jungen Erwachsenen

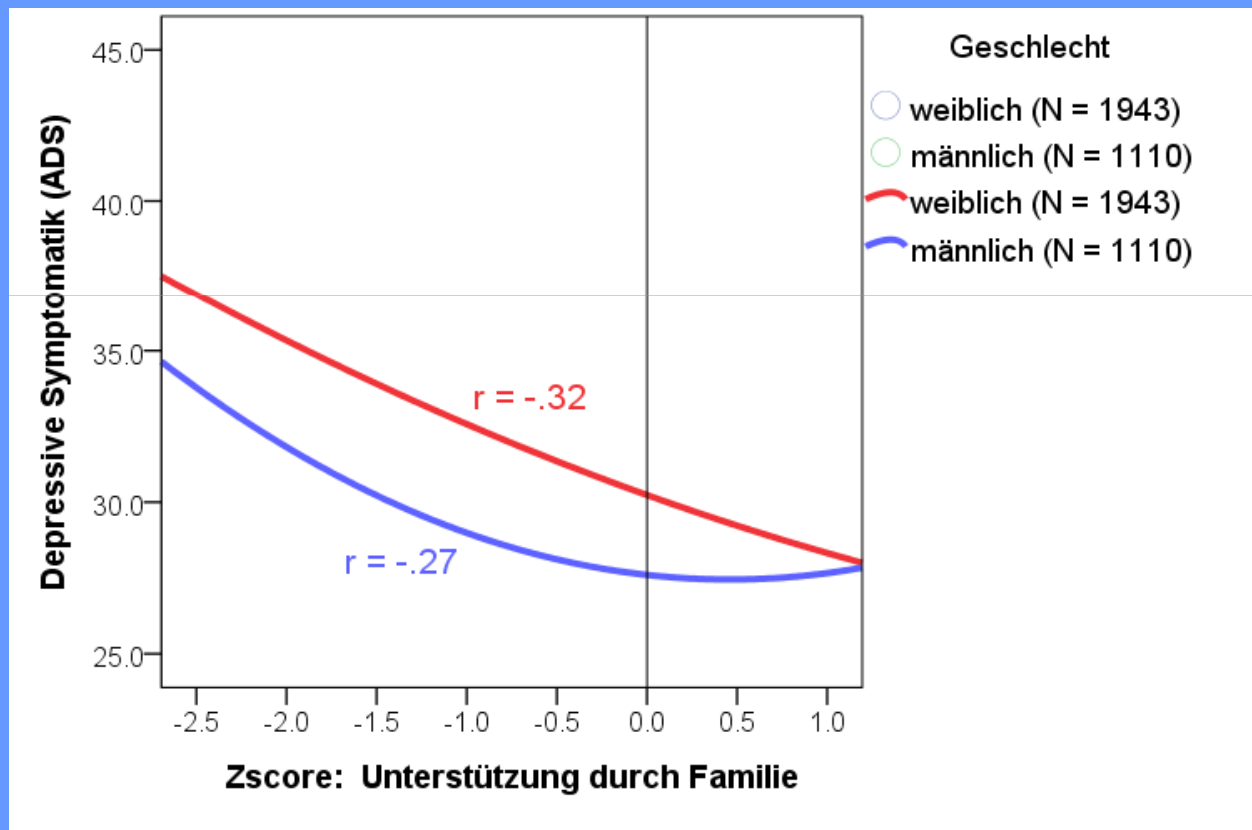
Belastungen von Studierenden an deutschschweizer und russischen Universitäten (Perrez, Schöbi, Heller, Bonnetti & Purohit, 2010)

Erfassungszeitraum: Dez. 2009 bis Anfang April 2010

Stichprobe: 2995 Studierende (CH); 950 Studierende (RUS)

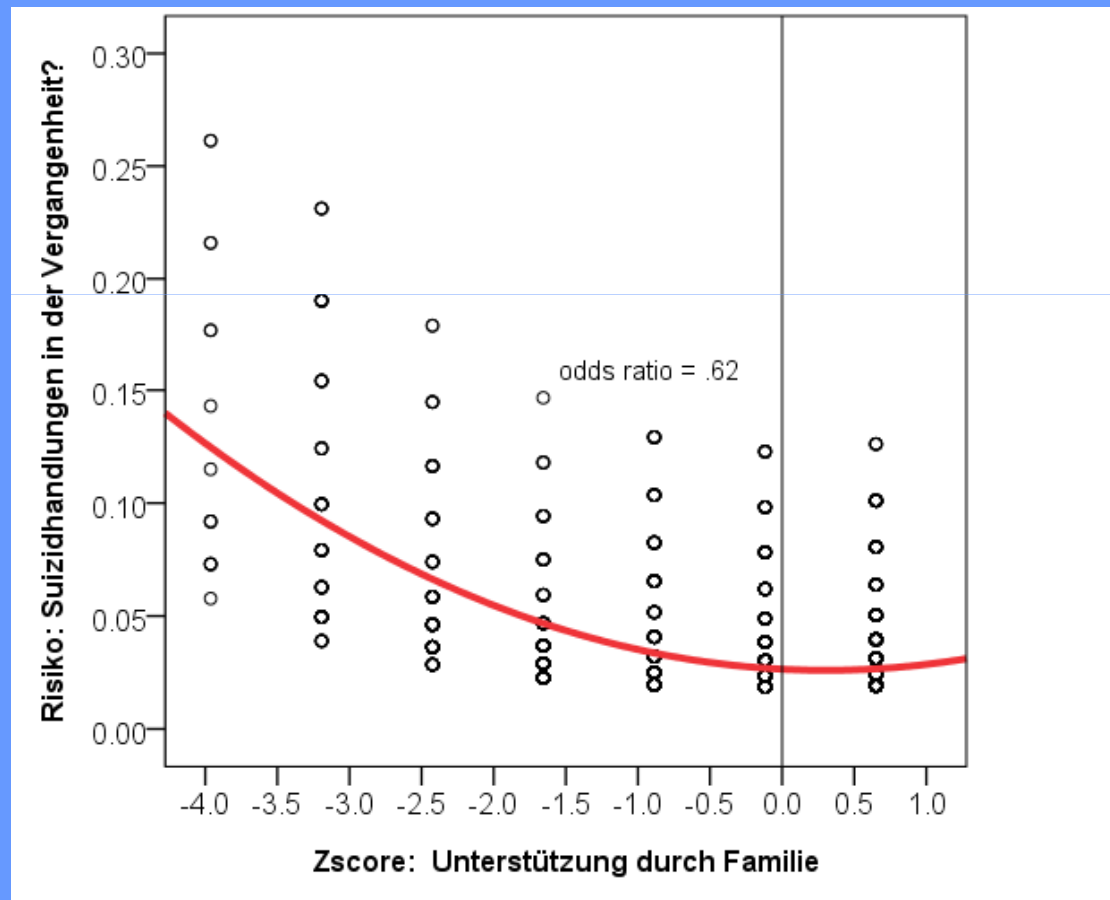
Altersdurchschnitt: 24.3 Jahre (SD = 5.25)

Depressivität und Familiäre Unterstützung bei Studierenden an Schweizer Universitäten



Suizidversuche und Familiäre Unterstützung

bei Studierenden an Schweizer Universitäten (N= 2995)



2. Schützende Familienmerkmale: Zusammenfassend

(vgl. Cummings et al., 2000; Masten et al., 2009)

- Sichere Beziehung zu sorgenden Beziehungspersonen
- Funktionierende Paarbeziehung der Eltern
- Angemessene Kohäsion der Familie
- Autoritativer Erziehungsstil: Wärme, Struktur und hohe Erwartungen
- Tragende Beziehung der Eltern zu ausserfamiliären unterstützenden Netzwerken

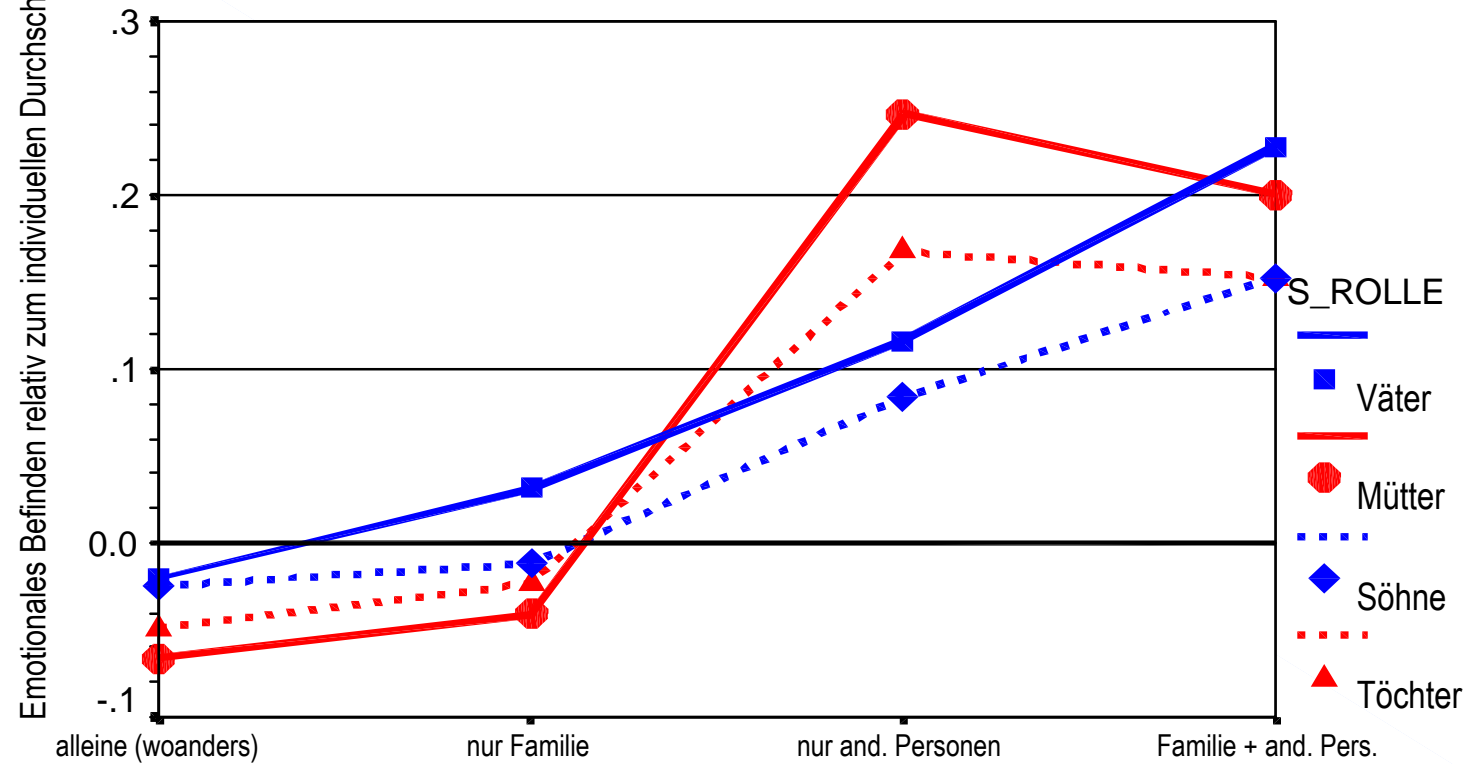
3.Extrafamiliale Familien und Kinder schützende Faktoren

(vgl. Cummings et al., 2000; Masten et al., 2009)

- Zugang zu positiven erwachsenen Personen ausserhalb der Familie
- Positive Schulerfahrungen: sozial und bezüglich Schulerfolg
- Verbindung zu prosozialen Einrichtungen und Gemeinschaften (Religion, Sport...)

Emotionales Befinden in sozialen Situationen

Pro Person für jede Situation gemittelte, ipsatierte Kennwerte



Weitere externe schützende Faktoren für Familien

- Ausreichendes Einkommen
- angemessene Wohnbedingungen
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Gemeinde-basierte psychosoziale Ressourcen

Was brauchen die Familien in der Schweiz?

Repräsentativ-Studien in der Stadt Basel
von 1999 und 2004

Dringen Veränderungswünsche:

1. Finanzielle Situation (46% und 41%)
2. Vereinbarkeit von Familie und Arbeit (26% und 24 %)
3. Wohnbedingungen (22% und 18 %)

Armut und Belastungen beeinflussen das Bestrafungsverhalten der Eltern

Bestrafungsstudie Schweiz (Schöbi & Perrez, 2005) Wiederholung der Studie von 1991 (Perrez, Ewert & Moggi)

Eltern wenden eher Körperstrafen an,

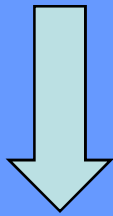
- wenn sie als Kinder selbst körperlich bestraft worden sind,*
- wenn sie im Alltag durch die Lebensumstände stark belastet sind,*
- wenn sie durch das Verhalten ihrer Kinder belastet sind,*
- wenn beengende Wohnverhältnisse, kinderunfreundliche Umgebung (u.a. Spielplatz...) vorliegen.*

Gemäss der Hochrechnung unserer Studie werden

- *über 1'700 Kinder, die jünger als 2.5 Jahre sind, zumindest manchmal mit Gegenständen geschlagen.*
- *Über 35'000 Kinder unter 2.5 Jahren erhalten zumindest manchmal Schläge auf den Hintern und*
- *über 13'000 Kinder unter 2.5 Jahren werden geohrfeigt.*

Gemeindebasierte psychosoziale Ressourcen

Statt episodische Angebote



Institutionalisierte Ressourcen zum
Kompetenzerwerb (Kurse, Bildungsangebote)

Prinzipien für die Praxis

- Akzentuierung auf positive Ziele
- Lebensstufen-spezifisch
- Ereignis-spezifisch
- Risikogruppen-orientiert

(vgl. Masten et al.2008)

Ressourcen zum Kompetenzerwerb (Kurse, Bildungsangebote) für: kritische Übergangsphasen im Familienzyklus

- *Adaptation der Eltern an die Erstelternschaft vor oder nach der Geburt*
- *Förderung der Paarkompetenz*
- *Stärkung der Erziehungskompetenz, wenn die Kinder im Kleinkindalter sind (2 bis 3 Jahre)*
- *Übergang zur ausserfamiliären Kindbetreuung im Vorschulalter*
- *Eltern mit Kindern, die in die Phase der Pubertät kommen*
- *.....*

Ressourcen zum Kompetenzerwerb (Kurse, Bildungsangebote) für: Bewältigung Kritischer Lebensereignisse

- *Scheidung und Trennung*
- *Arbeitslosigkeit*
- *Umgang mit einer bedrohlichen Krankheitsdiagnose (z.B. Krebs)*
- *Tod von Angehörigen und intimen Freunden.*

Modelle der Gemeinde-basierten Unterstützung von Familien

- Gemeinde Dornbirn:
 - Kriterien-orientierte Umsetzung von Evaluationsergebnissen
(von Österreich als „Familien- und Kinderfreundliche Gemeinde“ ausgezeichnet)
- Basel Stadt:
 - Zweimalige Kriterien-orientierte Evaluation mit teilweiser Umsetzung der Ergebnisse

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Sinnstiftende Systeme (vgl. Masten, 2009)

- Religion
- Spiritualität
- Kultur
- Philosophie

Sinn beutungsvoll für die Resilienz

- Bereits in der Kauei Studie (Werner&Smith)
- Katastrophen Überlebende und Trauma-Bewältigende berichten oft über Hilfe durch spirituelle Quellen (Tedeschi & Calhoun, 1995; Wright et al,2007)
- Grenzen: Adaptives Potential der Spiritualität versus positive Illusionen (Zöllner & Maercker, 2006)

Hemmende Wirkung der Religion auf Suizidalität (Heller, Schöbi & Perrez, 2010)

Suiziderwägung

Wahrscheinlichkeit einer Suiziderwägung wird bei Konfessionslosigkeit um den Faktor von 1.48 verstärkt (vom Mittelwert .26 auf .37 steigt)

Suizidbeschluss und konkreter Plan

Wahrscheinlichkeit eines Suizidbeschlusses verstärkt sich bei Konfessionslosigkeit um den Faktor von 1.69 (vom Mittelwert .07 auf .12).

Resilienz als Prozess: Was macht Kinder resilient?

Adaptationskompetenzen:

- Selbstvertrauen/Selbstwert
- Soziale Regulationskompetenz
- Emotionale Regulationskompetenz
- Copingkompetenzen
- Selbstkontrolle

Kauai-Studie Publikationen

- E. E. Werner & R.S. Smith (1992)
Overcoming the odds. High Risk Children from birth to Adulthood.
Ithaca: Cornell University Press
- Emmy E. Werner (2004)
Journeys From Childhood to Midlife: Risk, Resilience, and Recovery. *Pediatrics*
2004;114;492

Neuere Forschung

- *Längsschnittstudien*
 - Teilweise grössere Stichproben
 - Reichere Methodik (Erfassung und Analyse der Daten)
 - Einbezug weiterer Faktoren (z.B. genetische)

Beispiele:

Jaffee, S.R., Caspi, A. et al. (2007): The Twin Study

Bowes, L., Maughan, B. et al (2010):The Twin Study

- Kohorte von 1994/95 geborenen Zwillingen
- N = 2232 Kinder
- Bisher Ergebnisse über 10 Jahre

Neuere Forschung: Beispiele

Melchior, M., Moffitt, T. et al. (2007):
The Dunedin-Study (Neuseeland)

- Kohorte von 1972/73 Geborenen
- N = 1037 Kinder und deren Eltern-
- Bisher Ergebnisse über 32 Jahre (97
Personen in letzter Erhebung)

Armut und Belastungen beeinflussen das Erziehungsverhalten

Bestrafungsstudie Schweiz (Schöbi & Perrez, 2005) Wiederholung der Studie von 1991 (Perrez, Ewert & Moggi)

- ***Stichprobe 2004***

1240 erziehungsberechtigte Eltern (mit Kindern unter 16 Jahren) der schweizerischen Bevölkerung

- 79% deutschschweizerische Eltern
- 21% französischschweizerische Eltern
- zwei Drittel Mütter, ein Drittel Väter