

Materialien 5

Norbert Herriger

Ressourcenorientierte Biografiearbeit

1. Moderne Zeiten: Biografische Unsicherheiten und Lebensbrüche

Wohl kein anderes soziologisches Denkmuster hat in den letzten Jahren eine solche Publizität erfahren wie die Individualisierungstheorie (vgl. Beck, U.: Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt/M. 1986). *Individualisierung - das ist nach Beck ein Prozess der Herauslösung und der Freisetzung der Menschen aus historisch vorgegebenen Sozialbindungen, ein Prozess der Enttraditionalisierung, der uns aus selbstverständlich gegebenen sozialen Lebenszusammenhängen und Sicherheiten freisetzt!* Das Individuum der Gegenwart wird zunehmend und notwendigerweise zum aktiven Gestaltungszentrum seiner sozialen Beziehungen und seiner Lebenspläne. Beck (1986, S. 206) unterscheidet drei analytische Dimensionen von Individualisierung:

- (1) die Auflösung tradierter Sozialbindungen:** die Herauslösung und Freisetzung des Individuums aus historisch vorgegebenen Sozialbindungen wie z.B. Familie, soziales Milieu und Klassenkultur („Freisetzungsdimension“);
- (2) die Erosion normativer Sinnhorizonte:** der Verlust von traditionellen Sicherheiten, festen Wertbindungen und Glaubenssystemen („Entzauberungsdimension“); und
- (3) die Entstrukturierung der subjektiven Lebensläufe:** die Auflösung festgefügtter und sozial normierter Lebenswege, die Vervielfältigung der prinzipiell wahlloffenen biografischen Optionen und die Suche nach neuen, sicherheitsspendenden Formen sozialer Einbindung („Reintegrationsdimension“) (vgl. Beck 1986, S. 206).

Individualisierung wird von Beck (1986) gedeutet als ein Prozess der Herauslösung der Menschen sowohl aus traditionellen Mustern der Bindung wie auch aus den Sicherheiten von Glauben, Werten, gemeinschaftlichen Lebensorientierungen. In immer schnellerem Tempo - so die Gegenwartsdiagnose von Beck - vollzieht sich eine Freisetzung der Menschen aus traditionsbestimmten Lebensformen und Milieubindungen. Die Webmuster sozialer Verkehrsformen verändern sich. Vor dem Hintergrund einer durchgreifenden Modernisierung aller Lebensbereiche (Dynamisierung der Arbeitsmarktbewegung; Umgestaltung der Machtkonstellationen in den Geschlechterbeziehungen; Vervielfältigung der Formen des Zusammenlebens wie auch die Wahl eigenwilliger Lebensstile) zerfällt die Bindungskraft sozialkulturell überlieferter Modelle ‚normaler‘ Lebensführung. Die Lebensgestaltung wird offen, die Subjekte werden zu Regisseuren der eigenen biographischen Geschichte.

Der Prozess der Individualisierung hat Sonnenseiten: *größere subjektive Freiheiten in der Lebensgestaltung*. Zugleich hat der Prozess der Individualisierung aber auch Schattenseiten: *die Gefahr von Orientierungsverlust, ein Gefühl der durchgreifenden Unsicherheit und das Risiko belastender Lebenskrisen*. Gerade mit Blick auf die Veränderungen des Arbeitsmarktes werden die neuen Risiken der Individualisierung deutlich.

Arbeitsmarkt-Individualisierung und „Patchwork-Berufsbiografien“:

Die ‚Normalarbeitsbiografie‘, die für frühere Generationen noch selbstverständliche Gestaltung des Arbeitslebens war, gewinnt Ausnahmecharakter. Konnten frühere Generationen noch bis in die 1980er Jahre hinein in hohem Maße auf die ‚Machbarkeit‘ einer Erwerbsbiografie vertrauen, die durch eine relative Arbeitsplatzsicherheit, eine über die gesamte Lebensarbeitszeit hinweg ungebrochene Kontinuität und eine hierin eingelagerte lineare Aufwärtsmobilität gekennzeichnet war („Normalarbeitsbiografie“), so ist seit den 1980er Jahren das Ende dieser Sicherheiten eingeläutet: Erwerbsbiografien heute und in Zukunft werden bunten ‚Patchwork-Berufsbiografien‘ weichen, in denen vielfältige Statusinkonsistenzen und Karrierebrüche, berufslebenslange Zwänge zu Nach-, Weiter-, Neu-Lernen, das Oszillieren zwischen Branchenwechsel, Arbeitslosigkeit, Umschulungen und beruflichen Neuanfängen miteinander verwoben sind.

Hinzu kommt ein zweiter Aspekt: Die arbeitsmarktbezogene soziale Ungleichheit zwischen Arbeitnehmern, die über relativ sichere und kontinuierliche Berufspositionen mit graduellen Einkommenszuwächsen verfügen, und jenen Arbeitnehmern, denen allein unsichere, diskontinuierliche und prekäre Berufspositionen zugänglich sind, vergrößert sich („die Spaltung des Arbeitsmarktes“). Einmündungsprobleme in den Arbeitsmarkt am Ende der Lehre bzw. am Ende des Studiums, Diskontinuitäten in der Erwerbsbiografie durch zumindest phasenweise Arbeitslosigkeit, Minderung von Einkommen und Arbeitsqualität beim Wiedereintritt in den Arbeitsmarkt werden zu verallgemeinerten Erfahrungen. Diese Erfahrungen beruflicher Brüche treffen heute und in Zukunft nicht nur die ‚traditionellen‘ Risikogruppen des peripheren Arbeitsmarktes; sie greifen zunehmend auch ein in die ‚respektable‘ Mitte der Facharbeiter und Fachangestellten wie auch der jungen Akademiker.

Brüche und Diskontinuitäten in der Erwerbsbiografie, auch nur kurze Phasen der Arbeitslosigkeit, führen aber vielfach zu sich beschleunigenden Abwertungskarrieren. D.h.: Zwar finden die Betroffenen aufgrund ihrer in der Regel guten Grundqualifikation meist bald wieder Beschäftigung. Diese neue Sicherheit auf dem Arbeitsmarkt aber ist verknüpft mit Einkommensminderung, erhöhten Belastungen durch längere Pendlerwege und Abwesenheit von der Familie, Einbußen im Hinblick auf vorgesetzte Tätigkeiten und Karriereperspektiven, Mehrarbeit, der Zwang zu Neulernen und Weiterbildung sowie die Verpflichtung auf ein flexibleres Arbeitszeitregime.

Die durchgreifende Verwissenschaftlichung und ‚Informationalisierung‘ von Produktion und Dienstleistung, vor allem aber die Rationalisierung der Arbeitsorganisation, der Einsatz neuer, arbeitssparender Technologien und die Auslagerung („outsourcing“) betrieblicher Funktionen führen zu einer signifikanten Erweiterung des prekären Arbeitsmarktes mit ‚Arbeitnehmern zweiter Klasse‘ in Bereichen der Teilzeit-, Leih- und Niedriglohnarbeit. Für die Arbeitnehmer in diesem prekären Arbeitsmarkt ergibt sich damit eine Situation des prekären Wohlstands – ein Wohlstand auf Widerruf.

Am unteren Rand des Arbeitsmarktes führen die hier beschriebenen Entwicklungsspiralen zu einer radikalen Entwertung der wenig qualifizierten Rest-Arbeitsplätze in den peripheren Arbeitsmärkten. Diese Prozesse produzieren einen hohen und konstanten „Sockelbetrag“ von Dauerarbeitslosigkeit und daran geknüpfter sozialer Deklassierung.

Anknüpfend an die Individualisierungstheorie von Ulrich Beck sieht Lothar Böhnisch insgesamt vier Gefährdungspotenziale, die Menschen in belastenden Lebenssituationen „aus der Spur“ bringen können und die damit in den Fokus sozialpädagogischer Beratungskonzepte gerückt werden:

- Die Verunsicherung der eigenen Identität; psychische Integrationskrisen im Erwachsenenalter; Selbstwertverluste;
- Der Verlust von Orientierung und Lebensstruktur angesichts von gesellschaftlichen Umbrüchen (z.B. der Zusammenbruch der DDR; die rasche Veränderung des ökonomischen Systems; Ausgrenzungserfahrungen auf dem Arbeitsmarkt usw.), die die individuelle Existenz und die biographische Integrität negativ betreffen;
- Der Verlust von sozialem Rückhalt; das Herausfallen aus sozialer Bindung und Zugehörigkeit; das Gespenst der Einsamkeit und der Verlust von Ich-stützender sozialer Anerkennung;
- Die schmerzende Erfahrung der Ausgrenzung und des „Nicht-mehr-dazu-Gehörens“.

Risiken von Benachteiligungslagen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Eine prekäre ökonomische Lebenslage der Familie überschattet den Alltag von Kindern und Jugendlichen, ihre Erfahrungen und Handlungsoptionen. Erst in jüngerer Zeit hat sich in Deutschland eine Sozialberichtserstattung etabliert, die die ungleichen Bedingungen des Aufwachsens und deren Folgen für die Sozialisations- und Bildungsprozesse von Kindern untersucht (vgl. Chassee u.a. 2010; AWO-ISS Studie Holz u.a, 2006; Kinderpanel DJI, Alt 2010; AID:A-Studie DJI, Walper/Riedel 2011, KiGGS, Robert-Koch-Institut 2011 ff.). Sie alle kennzeichnen prekäre Lebenslagen dadurch, dass in zentralen Lebenssektoren eine materielle und immaterielle Unterversorgung besteht und sich dadurch die Spielräume zur Gestaltung des eigenen Lebens in mehrfacher Hinsicht verengen. Einkommensarmut, Erwerbslosigkeit und niedriges Bildungsniveau der Eltern, ein familiärer Migrationshintergrund sowie das Aufwachsen in einem Ein-Elternteil-Haushalt stellen „klassische“ strukturelle Risikofaktoren.

Im Gleichklang dieser neueren Untersuchungen lassen sich insgesamt *vier Dimensionen der Benachteiligung* abbilden:

- *Beeinträchtigung von Bildungschancen und späterer beruflicher Allokation*
- *Mangelnde soziale Integration und Ausschluss von Aktivitäten der Gleichaltrigengruppe*
- *Beeinträchtigung des psychosozialen Wohlbefindens (eingetrübte Emotionalität und Selbstwerterfahrung; Hilflosigkeit; Einsamkeit)*
- *Beeinträchtigung des körperlichen Gesundheitsstatus (psychosomatische Beschwerden; organische Krankheit; Nervosität; negativ eingefärbte Stimmung) und ein gesundheitsriskanter Lebensstil.*

Tritt dann nach Abschluss der Schulphase (Langzeit-)Arbeitslosigkeit in das Leben junger Menschen, so verdichten sich diese Benachteiligungen zu Selbsterfahrungen der Demoralisierung und der Hilflosigkeit.

- *der graduelle Verlust von berufsbezogenen Schlüsselqualifikationen, Motivation und Alltagsstruktur*
- *relative Deprivation: Armutserfahrungen im sozialen Vergleich*
- *Stressbelastung und Gesundheitsbeeinträchtigung*
- *Internalisierung von sozialen Negativurteilen und Stigmata – Minderung des Selbstwerterlebens*
- *soziale Exklusion – Verlust der sozialen Einbettung in tragende soziale Netzwerke; sozialer Rückzug und Selbstausgrenzung.*

Diese Selbsterfahrungen werden in der Psychologie als „erlernte Hilflosigkeit“ bezeichnet. Erlernte Hilflosigkeit entsteht aus der sich wiederholenden Erfahrung, dass man die Umstände und die Situationen des eigenen (Arbeits-)Lebens mit eigenen Kräften nicht kontrollieren und bewältigen kann (Erfahrung der Nichtkontrollierbarkeit). Die Folgen der dauerhaften Erfahrung der eigenen Hilflosigkeit sind ein *motivationales*, ein *kognitives* und ein *emotionales Defizit*.

2. Biografische Krisen: Statuspassagen und kritische Lebensereignisse

Unsere subjektive Lebensgeschichte ist (auch in der biografischen Rückschau) geprägt und strukturiert durch Ereignisse, die wir als ‚belastend‘, ‚einschneidend‘, ‚krisenhaft‘ erleben, weil sie ein eingespieltes Lebens-Gleichgewicht durcheinander bringen und aktive Strategien der Bewältigung notwendig machen („kritische Lebensübergänge“; „Lebenszäsuren“; „Lebenswegmarkierungen“).

In der Literatur werden zwei Kategorien von belastenden Lebensereignissen im Lebenslauf unterschieden:

- *Statuspassagen, krisenhafte Übergänge im Lebenslauf; und*
- *Kritische Lebensereignisse, Lebenskatastrophen, Lebensumbrüche.*

(1) Statuspassagen als kritische Übergänge im Lebenslauf

Statuspassagen sind (belastend erlebte) Übergangszeiten im Lebenslauf. Unser Lebenslauf wird – mit dem Erreichen bestimmter Altersgrenzen – „...durch Übergänge markiert, die Neuorientierungen verlangen, um den Schritt von einer Lebensphase zur nächsten angemessen zu bewältigen. Glaser/Strauss (1971) haben für diese biographischen Lebensübergänge den Begriff der „*Statuspassage*“ geprägt. Sie bezeichnen mit diesem Begriff jene - subjektiv vielfach als in hohem Maße konfliktbelastet erlebten – „*Zeiten der Veränderung*“, in denen sich tiefgreifende Veränderungen der lebenszeitlichen Ordnung vollziehen (z.B. Abschied von der Kindheit; Eintritt in die Eltern-Rolle; Beendigung der Berufsbiographie). Statuspassagen sind durch den Abschied von den Sicherheiten einer alten Statusgruppe und durch den Eintritt in eine neue Statusgruppe gekennzeichnet. Sie gliedern sich in drei Schritte:

- der Abschied von alten biografischen Projekten (Separation);
- das Austesten und experimentierende Erproben neuer Lebensoptionen (Moratorium und Transition); und
- die Aneignung der Sinnhorizonte der neuen Statusgruppe (Inkorporation).

Statuspassagen sind kritische Zeiten der Lebensveränderung. Sie bedürfen des Einsatzes aktiver Strategien der Bearbeitung (Coping) und werden auch vom Subjekt als eine Phase des krisenhaften Übergangs in neue Sicherheiten erfahren. Biografische Forschung – dort, wo sie normative Krisen zum Gegenstand hat – befasst sich daher mit einer sensiblen Rekonstruktion der subjektiven Erfahrungen von Statuspassagen.

(2) Kritische Lebensereignisse

Kritische Lebensereignisse – das sind schmerzlich erfahrene Lebensabschnitte, „...die mehr oder weniger abrupt und unvorhergesehen eintreten, die mehr oder minder gravierend in alltägliche Handlungsvollzüge eingreifen, die mehr oder minder dramatisch verlaufen und der Person Umorientierungen in ihrem Handeln und Denken, in ihren Überzeugungen und Verpflichtungen abverlangen“ (Fillip 2006).

Kritische Lebensereignisse - so vielfältig und unterschiedlich sie auch sein mögen - sind dadurch gekennzeichnet, dass sie Menschen „aus heiterem Himmel treffen“, dass sie also abrupt und unvorhergesehen eintreten, die Lebensvollzüge radikal durcheinander wirbeln und ein bestehendes Lebens-Gleichgewicht (die Psychologie spricht hier vom „Passungsgefüge zwischen Person und Umwelt“) zerbrechen lassen. Diese belastenden Lebensmarkierungen lassen die eingespielten Alltagsroutinen zerbrechen und zwingen die Betroffenen zu signifikanten Neuarrangements im Hinblick auf Denken und Handeln.

Gemeinsam sind kritischen Lebensereignissen fünf Merkmale:

(1) Kritische Lebensereignisse markieren tiefe Einschnitte, Zäsuren, biographische Markierungspunkte im individuellen Lebenslauf, die auch in der biographischen Rückschau als „Zeiten der Veränderung“ erinnert werden.

(2) Kritische Lebensereignisse eröffnen biographische Phasen eines relativen Ungleichgewichtes. Sie sind Eingriffe in das zu einem gegebenen Zeitpunkt aufgebaute Passungsgefüge zwischen Person und Umwelt.

(3) Die subjektiv erlebte Bedrohlichkeit von krisenhaften Lebensabschnitten variiert mit drei Parametern:

- der Grad der erwarteten Beeinflussbarkeit und Kontrollierbarkeit des kritischen Ereignisses (subjektive Kontrollüberzeugungen)
- der Grad der Vorhersehbarkeit der Belastungsereignisse und
- die Dauer der Belastungen (akuter, zeitlich begrenzter Stressor; wiederkehrender Stress; chronifizierter Dauer-Stress).

(4) Sie produzieren eine tiefgreifende emotionale Betroffenheit und Verletzlichkeit, die eine intensive Auseinandersetzung mit dem Belastungsereignis unabweisbar werden lassen. Strategien des Nicht-Wissen-Wollens und der Verleugnung reichen hingegen nicht aus („emotionale Nicht-Gleichgültigkeit“ des kritischen Lebensereignisses)

(5) Kritische Lebensereignisse machen es für die betroffene Person notwendig, dass sie ihre

(soziale) Umwelt neu arrangiert und ein neues Person-Umwelt-Gleichgewicht aktiv herstellt. Neuorganisationen und Neubalancierungen des Person-Umwelt-Gefüges werden notwendig; die Lebenszuschnitte der betroffenen Person verändern sich. Eine wichtige Variable ist hier die bisherige „Bewältigungsgeschichte“ der Person: In dem Maße, in dem die Person in ihrer biografischen Vergangenheit vergleichbare Ereignisse bereits erfahren und produktiv bewältigt hat, also auf eine positive Erfolgsbilanz in der Bewältigung von Lebensereignissen zurückgreifen kann, entwickelt sie *ein positives Erwartungsbild der eigenen Bewältigungskompetenz*. Die (optimistisch stimmende) Erfahrung der eigenen Bewältigungskompetenz ist eine wichtige personale Ressource für die Bearbeitung aktueller Krisen.

3. Biografische Ressourcen in der Bewältigung von Belastungssituationen

Das Empowerment-Konzept blickt auf *die produktiven Ressourcen der KlientInnen sozialer Arbeit*. Menschen, die unsere berufliche Unterstützung in Anspruch nehmen, werden hier nicht mehr (allein und ausschließlich) als hilfebedürftige Mängelwesen angesehen. Ganz im Gegenteil: Die KlientInnen werden - auch in Lebensetappen der Belastung und der Demoralisierung - in der Rolle von kompetenten Akteuren wahrgenommen, die über das Vermögen verfügen, ihren Lebensalltag in eigener Regie zu gestalten. Dieses Vertrauen in die Stärken der Menschen, in produktiver Weise die Belastungen und Zumutungen der alltäglichen Lebenswirklichkeit zu verarbeiten, ist Leitmotiv einer jeden Empowerment-Praxis. Im Herzen der Empowerment-Arbeit steht somit *der Blick auf die (personalen und sozialen) Ressourcen der Lebensbewältigung unserer KlientInnen*. Was aber sind diese Ressourcen? Wie können wir sie konkret benennen?

Definition „Ressourcen“:

Die Forschung unterscheidet „personale (persönlichkeitsgebundene)“ Ressourcen und „soziale (umweltgebundene) Ressourcen“.

Unter Ressourcen wollen wir somit jene positiven Personenpotenziale („personale Ressourcen“) und Umweltpotenziale („soziale Ressourcen“) verstehen, die von der Person

- zur Bewältigung altersspezifischer Entwicklungsaufgaben,
- zur gelingenden Bearbeitung von kritischen Lebenslagen und belastenden Alltagsanforderungen sowie
- zur biografischen Verarbeitung der negativen Folgen früherer Belastungen und traumatischer Erlebnisse

genutzt werden können und damit zur Sicherung ihrer psychischen Integrität und zu einem umfassenden biopsychosozialen Wohlbefinden beitragen.

Personenressourcen, Relationale Ressourcen und Umweltressourcen

Wir wollen hier drei Klassen von Ressourcen unterscheiden (wir ergänzen die obige Auflistung um eine dritte Kategorie – die relationalen Ressourcen):

Personenressourcen („internale Ressourcen“)

Personenressourcen – das sind in psychologischer Sicht lebensgeschichtlich gewachsene, persönlichkeitsgebundene Überzeugungen, Selbstwahrnehmungen, emotionale Bewältigungsstile und Handlungskompetenzen, die der Einzelne in der Auseinandersetzung mit Alltagsanforderungen, altersgebundenen Entwicklungsaufgaben und kritischen Lebensereignissen zu nutzen vermag und die ihm ein Schutzschild gegen drohende Verletzungen der psychosozialen Integrität sind.

Schützende („protektive“) Temperamentmerkmale: eine ausgeglichen-stabile Stimmungslage; Optimismus und eine positive Emotionalität; Extraversion;

Selbstakzeptanz und Selbstwertüberzeugung: ein ungebrochenes Selbstwertgefühl und der feste Glaube an die Sinnhaftigkeit der eigenen Lebensziele und –werte;

Internale Kontrollüberzeugung: ein hohes Maß an Bewältigungsoptimismus; der feste Glaube an die Gestaltbarkeit der eigenen Lebensumstände und das Vertrauen in die eigene Bewältigungskompetenz; eine aktive („anpackende“) Auseinandersetzung mit Umwelтанforderungen;

Lernmotivation: die Bereitschaft, sich neue Fähigkeiten, Qualifikationen, Wissen anzueignen; Durchhaltevermögen in Lernprozessen; die Vielseitigkeit der Lerninteressen;

Selbstsorge: „sich achten und wertschätzen“ im Blick auf Körper, Gesundheit, emotionale Ausgeglichenheit; Entspannung – Sport – Naturerleben – Kontakt zu Tieren usw. als Quellen neuer Lebenskraft;

Kreativität: kreative, künstlerische und musikalische Talente und Interessen; eine identitätssichernde schöpferische Produktivität;

Spiritualität: die persönliche Bindung an ein festes (religiöses/ethisches/ politisches) Werte- und Glaubenssystem;

stärkende Erinnerungen: eine positive Konstruktion von Erfahrungen und eigener Bewältigungsgeschichte; positive Erinnerungen als Ansporn und Motivation für die Zukunft („so wie damals will ich wieder werden“);

Flexible Anpassung an Lebensumbrüche: die Fähigkeit, nicht vorhergesehene Veränderungen des Lebensplanes in einen übergreifenden Lebensentwurf zu integrieren und diese Veränderungen somit als sinnhaft wahrzunehmen („Ungewissheitstoleranz“).

Relationale Ressourcen („Beziehungsressourcen“)

Relationale Ressourcen umfassen lebensgeschichtlich gelernte und eingeübte „Beziehungsfähigkeiten“, die vom Betroffenen eingesetzt werden können, um Hilfen und soziale Unterstützungen durch vertraute Personen des privaten Netzwerkes zu mobilisieren.

Veröffentlichungsbereitschaft: die Bereitschaft und die Fähigkeit der Person, in Lebenskrisen Hilfesignale an andere zu versenden und deren Hilfe und soziale Unterstützung in einer den

anderen nicht überfordernden Weise einzufordern

Zielgerichtete Hilfenachfrage: das Wissen und problembezogen-geeignete Ressourcepersonen und ein ‚dosierter‘, d.h. den anderen nicht überfordernder Hilfeappell

Reziprozitätsbalance: die Bereitschaft und die Fähigkeit der Person, erfahrene soziale Unterstützungen (zu einem späteren Zeitpunkt) in angemessener Weise ‚zurück zu zahlen‘, um so nicht zum Schuldner in der sozialen Beziehung zu werden.

Soziale Ressourcen („externale Ressourcen“)

Soziale Ressourcen - das sind in soziologischer Sicht die unterschiedlichen Formen der sozialen Unterstützung, die die Person durch Partner, Familienangehörige, Freunde und weitere Personen des privaten Netzes erfährt. Zu nennen sind hier:

Emotionale Unterstützung: die Verminderung von Ohnmachts-, Abhängigkeits- und Isolationserfahrungen; die Stärkung der Selbstwerterfahrung durch die Wertschätzung und die Ich-stützende Anerkennung der anderen.

Instrumentelle Unterstützung: die Bereitstellung von materiellen Hilfen, konkreten Handlungstechniken und handfesten praktischen Alltagshilfen im Umgang mit einem kritischen Lebensereignis; die Vermittlung von entlastenden Hilfen.

Kognitive (informationelle) Unterstützung: Aufklärung und Information; Hinweise auf weitere hilfreiche Ressource-Personen.

Aufrechterhaltung der sozialen Identität: die Stärkung des Selbstwertes und der sozialen Identität durch die Kommunikation von Wertschätzung, Anerkennung und Zuwendung auch und gerade in Zeiten subjektiver Belastung.

Vermittlung von neuen sozialen Kontakten: das In-Kontakt-Bringen mit anderen Menschen in vergleichbarer Lebenslage; die Stärkung des Gefühls des sozialen Eingebundenseins („embedding“).

Vor allem dort, wo Menschen in kritische Lebensetappen eintreten, erweisen sich Ressourcen als bedeutsame Kraftquellen der Gesunderhaltung und der Identitätssicherung. Denn: Der Rückgriff auf diese Ressourcen macht es dem Einzelnen möglich, den Herausforderungen psychosozialer Belastungen zu begegnen, ohne dauerhafte Symptome der Überforderung (somatische Erkrankung; psychische Beeinträchtigung; psychosoziale Auffälligkeit u.a.m.) zu entwickeln.

4. Ressourcendiagnostik – das offene Ressourceninterview

In der psychosozialen Landschaft gibt es eine Vielzahl von Test-, Fragebögen- und Diagnostikverfahren, die die Lebensprobleme der KlientInnen, ihre Defizite und unzureichenden Bewältigungskompetenzen detailliert ‚vermessen‘. Noch immer aber sind nur wenige Verfahren verfügbar, mit Hilfe derer es möglich wäre, Ressourcen zu erfassen. *Ressourcendiagnostik* ist in der Sozialen Arbeit bislang kein Thema, obwohl ressourcenorientierte Praxiskonzepte insbesondere im systemisch-lösungsorientierten Beratungsansatz schon seit fast zwei Jahrzehnten eine weite Verbreitung gefunden haben. Ressourcendiagnostik hat im Kontext der Empowerment-Arbeit

vor allem drei Funktionen:

1. *Erstdiagnostik und Hilfeplanung*: Empowerment-Arbeit hat zum Ziel, die dem Klienten verfügbaren Bewältigungsressourcen systematisch in den Hilfeprozess einzubeziehen und zugleich lebensgeschichtlich verschüttete Ressourcen („Lebensstärken“ in der biographischen Vergangenheit) wieder aufzufinden und zugänglich zu machen. Im Rahmen des Erstgesprächs und der anschließenden individuellen Hilfeplanung ist daher eine präzise ‚Vermessung‘ von Ressourcen unverzichtbar.
2. *Prozessbegleitende Reflexion*: Das Kompetenzinventar kann über die Hilfeplanung hinaus auch als *Instrument der Verfahrensevaluation* eingesetzt werden. Es eignet sich als eine praktische Reflexionshilfe, mit der Sozialarbeiter und Klient im Verlauf ihres Arbeitskontraktes wiederholt das je aktuelle Ressourcensetting visualisieren, die bereits eingetretenen Veränderungen dokumentieren, Hindernisse im Zugang zu Ressourcen reflektieren und das weiterführende Hilfeverfahren neu organisieren.
3. *Evaluation und Qualitätsdokumentation*: Im Rahmen der abschließenden Fallevaluation schließlich dienen Verfahren der Ressourcendiagnostik zur Abschätzung von Ressourcenentwicklungen (quantitative und qualitative Veränderungen). Mit diesen Daten wird es zugleich möglich, ein Ressourcennetzwerk zu konstruieren und zu stabilisieren, das dem Klienten nach Ende des institutionellen Kontaktes einen festen lebensweltlich-sozialen ‚Geleitschutz‘ bereitzustellen vermag.

Ein hilfreiches Instrumentarium der Ressourcendiagnostik entstammt der klinischen Praxis der Psychotherapie. Schiepek/Cremer (2003) entwerfen in ihrem Beitrag zur Diskussion ein mehrdimensionales Assessment-Verfahren, welches sie in der stationären psychotherapeutischen Praxis auf den Prüfstand stellen.

Das offene Ressourceninterview verzichtet auf den Einsatz von standardisierten Ressourcen-Checklisten. Dieses Interview versteht sich als eine „offene Einladung zur Selbstreflexion“, in der die Klienten sich ihre aktuell gegebenen Lebensherausforderungen vergegenwärtigen, die ihnen verfügbaren Ressourcen benennen und nach bestimmten Gesichtspunkten bewerten. Das Ressourceninterview, das sowohl in der Eingangsdiagnostik als auch in der abschließenden Ergebnisevaluation zum Einsatz kommen kann, gliedert sich in zwei Phasen: Am Anfang steht die offene biographische Erzählung, in der der Klient über für ihn relevante personale und soziale Ressourcen berichtet. Im zweiten Schritt folgt dann eine differenzierte Einschätzung und Bewertung der in der vorangehenden biographischen Erzählung aufgelisteten Ressourcen durch den Klienten selbst.

Einleitungstext zum Ressourceninterview

„Ressourcen sind Kraftquellen – wie die französische Wurzel dieses Wortes nahe legt, denn „source“ bedeutet „Quelle“. Es sind Quellen, aus denen man all das schöpfen kann, was man zur Gestaltung eines zufriedenstellenden, guten Lebens braucht, was man braucht, um Probleme zu lösen oder mit Schwierigkeiten zurecht zu kommen. Das können sehr verschiedenartige Hilfen sein, denn jeder Mensch ist anders, und jede Situation, jede Herausforderung und Lebensphase braucht andere Ressourcen.

Ressourcen finden wir in uns selber, in persönlichen Fähigkeiten, Eigenschaften, Kompetenzen, Interessen und anderes mehr – wir sprechen hier von „personalen Ressourcen“. Kraftquellen und Unterstützung finden wir aber natürlich auch in Partnern, Freunden, Eltern und anderen wichtigen Menschen in unserer sozialen Umgebung – wir sprechen hier von „sozialen Ressourcen“.

Nehmen Sie sich jetzt ein wenig Zeit. Bitte überlegen Sie: Wenn Sie auf Ihr Leben und auf Ihre Lebensbelastungen in den letzten drei Monaten zurück blicken – was war da für Sie eine Ressource, die Sie haben nutzen können ? (Der Zeitraum der persönlichen Rückschau ist in Abhängigkeit von der jeweilige Problemstellung zu spezifizieren)“.

Nach Ende des Gesprächs werden die benannten Ressourcen von der Mitarbeiterin/dem Mitarbeiter der Institution zusammen gefasst und aufgelistet. In der zweiten Phase des Ressourceninterviews bewertet der Klient jede einzelne Ressourcen nach folgenden Dimensionen:
 Grad der Ausprägung der Ressource aktuell („vorhanden“ - V)

Ausmaß, in dem die Ressource entwickelt werden sollte („potenziell“ - P)

Reichweite des Ziels, das in der Arbeit erreicht werden soll („Ziel“ – Z)

Gewünschte, aber aktuell nicht verfügbare Ressourcen („Wunsch“ – W)

Relevanz der genannten Ressourcen („Relevanz“ – R)

Das Ressourceninterview – Einschätzungsbogen (Schiepek/Cremers 2003)

Ressource	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		R
Kontakte						V		P				6
Freundschaften				V			P					1
Sport für Erholung						V P						2
Handwerkf. Geschick								V		P		5
Selbstwertgefühl		V					P					3
Rückzugsm. Wohnung							V P					4

V = vorhanden - aktuelle Ausprägung der Ressource

P = potenziell - erwünschte Ausprägung der Ressource

Z = Zielerreichung in einem definierten Zeitraum des gemeinsamen Arbeitsprozesses

R = Relevanz - Reihenfolge der Bearbeitung der genannten Ressourcen.

W = Wunsch – abschließende Benennung gewünschter, noch nicht verfügbarer Ressourcen.

5. Der biografische Dialog in der psychosozialen Beratung

Dieser methodische Baustein verknüpft die Empowerment-Arbeit mit der aktuellen Diskussion um „biographisches Arbeiten“. Grundüberzeugung dieser Debatte ist es, dass Menschen die Erfahrung der Sinnhaftigkeit der eigenen Lebensgeschichte und der eigenen Lebenswege in Selbsterzählungen (Selbstnarrationen) konstruieren. In dem Maße also, in dem wir Menschen Ereignisse erzählend sortieren und anderen kommunizieren, konstruieren und rekonstruieren wir ‚Lebenssinn‘. Diese Grundüberzeugung der narrativen Psychologie macht einen direkten Brückenschlag zur Methodik der Empowerment-Arbeit möglich. Denn: Teilen wir die Überzeugung, dass die Erfahrung von Lebenssinn und Lebensgelingen in Selbsterzählungen konstruiert wird, so muss es ein Anliegen einer ressourcenorientierten Sozialen Arbeit sein, Räume aufzuschließen, in denen Menschen die für sie identitätsrelevanten Ereignisse der eigenen Lebensgeschichte auf der Zeitachse ordnend aufeinander beziehen können und in der sozialen Präsentation dieser Lebenserzählungen Selbstakzeptanz, Selbstwertschätzung und ein Gefühl von Sinnhaftigkeit und Lebensgelingen entwickeln.

Hier nun ist der Ausgangspunkt der unterschiedlichen, für die Soziale Arbeit relevanten Ansätze biographischen Lernens: Das erzählende (Wieder-)Aufgreifen von biographischen Fäden hat zum Ziel, Würde, Wert und Stolz des eigenen Lebens zu erinnern, Kontinuität und Lebenskohärenz allen Lebensbrüchen zum Trotz herzustellen, die Schatten negativ eingefärbter Selbst-Typisierungen zu bannen und Schutzschilder gegen Identitätsreduktionen und Ohnmachtserfahrungen aufzubauen. Das biographische Erzählen öffnet Möglichkeitsräume, in denen der einzelne Sprache finden kann und in der reflexiven Aneignung der lebensgeschichtlichen Erfahrungen Werkzeuge für die Bearbeitung des Zurückliegenden und Orientierungen für das noch unbekanntes Zukünftige gewinnen kann. Biographisches Arbeiten hat somit immer folgende leitenden Themen:

- Die Suche nach Kontinuität und Lebenskohärenz
- Das Entdecken von lebensgeschichtlich verschütteten Stärken
- Die Erinnerung an soziale Einbindung und Zugehörigkeit
- Die retrospektive Bearbeitung von biographischen ‚Lebensmarkierungen‘

6. Ressourcenorientierte Beratung

In der psychosozialen Beratung begegnen wir in der Regel Menschen, die in riskanten Lebenszusammenhängen leben und die oft bereits eine subjektive Geschichte des Ressourcenverlusts gelebt haben. Primäre Aufgabe und primäres Ziel der ressourcenorientierten Beratung ist es hier, einen weitergehenden Verlust von (Rest-)Ressourcen zu verhindern und ein Weiterdrehen der „Ressourcen-Verlust-Spirale“ abzubremsen.

Das Ressourcenkonzept formuliert drei Ausgangspunkte für eine ressourcenorientierte Beratung in der Sozialen Arbeit:

- (1) *faktisch bereits eingetretener Ressourcenverlust*
- (2) *akut drohender Ressourcenverlust*
- (3) *Ressourcenunsicherheit; Unsicherheit in der Nutzung gegebener Ressourcen*

Ressourcenorientierte Beratung strukturiert sich hier in drei Arbeitsschritten:

Ressourcendiagnostik:

Eine gelingende Beratung erfordert eine erhöhte Ressourcensensibilität der BeraterInnen. Ressourcendiagnostik (Erfassungsskalen zu persönlichen Stärken; Netzwerkkarte, projektiv-szenische Verfahren und Unterstützungsanalyse; institutionenbezogene Netzwerkdiagramme u.a.m.) steht hier gleichberechtigt neben der Problemdiagnostik.

Basale Ressourcensicherung:

Die Beratung von ressourcenarmen Menschen hat das Ziel, Ressourcen-Verlust-Spiralen zu durchbrechen. Zu Beginn des Beratungsprozesses geht es daher - ganz im Sinne konventioneller Sozialer Arbeit - um einen direkten Ressourcen-Input in Form einer ökonomischen und sozialen Grundsicherung („Überlebenspakete“: Sicherung der ökonomischen Grundversorgung; Grundsicherung in Sachen Wohnen, Gesundheitsversorgung, physischer Schutz). Diese Grundsicherung kann im Wege eines „durchgehenden“ (d.h. über eine längere Zeitstrecke begleitenden) Fallmanagement-Verfahrens hergestellt werden.

Mobilisierung von brachliegenden Umweltressourcen:

Auf der sicheren Basis dieser materiellen Grundsicherung folgt ein weiterführender Prozess der Ressourcenerweiterung. Wir unterscheiden hier drei Arbeitsansätze:

Vermittlung von Nutzungskompetenzen: beratende Vermittlung von Fähigkeiten, die den Ratsuchenden in die Lage versetzen, verfügbare Ressourcen seines sozialen Netzwerkes schonend (nicht ausnutzend) zu nutzen (Kompetenz-Vermittlung);

Konfliktbearbeitung im bestehenden Ressourcennetzwerk: Beziehungsklärung insbesondere dort, wo die Beziehung des Ratsuchenden zu möglichen Ressourcepersonen seiner sozialen Umgebung mit der Hypothek unbewältigter Konflikte, Ressentiments, Ängste belastet und deren soziale Unterstützung daher nicht nutzbar ist (Mediatoren-Funktion);

Erschließung von neuen sozialen Ressourcen: Wegweiser im Netzwerk privater und institutioneller Ressourcen und Begleitung im Zugang zu diesen Ressourcen (Türöffner-Funktion).

Norbert Herriger, im Mai 2012.

Anhang: Personale (internale) Ressourcen

Selbstsorge

Lantermann, E.D. u.a.: Selbstsorge in unsicheren Zeiten. Resignieren oder Gestalten. Weinheim/Basel 2009

Eine erfolgreiche Auseinandersetzung mit Lebensumständen „in modernen Zeiten“ erfordert – so Lantermann – „ein hohes Maß an Selbstsorge – also: ein Bündel von Kompetenzen und Strategien der Lebensführung, das mit Aspekten wie „auf sich selber achten“, „um sich selber kümmern“ oder „Sorgfalt im Umgang mit sich selbst“ sowie mit dem Anspruch auf eigenverantwortliches, selbstbestimmtes Handeln verknüpft ist ... Selbstsorge ist so Schlüsselkompetenz für den Umgang mit unsicheren Lebenslagen“ (Lantermann u.a. 2008, S. 11). Dimensionen der Selbstsorge sind:

- Aneignung von Qualifikationen und Kompetenzen
- Selbstpflege in der Alltagsgestaltung
- Pflege sozialer Beziehungen
- Soziales Engagement/Übernahme von sozialer Verantwortung

Diese Facetten der Selbstsorge repräsentieren Lernhorizonte und Handlungsbereiche, die dazu beitragen können, gerade in ungewissen, unsicheren und riskanten Lebenslagen sich selbst handlungsfähig zu halten, Pläne zu schmieden, Entscheidungen zu treffen, Anforderungen auszuhalten, sich auf Herausforderungen (des Arbeitsmarktes) einzulassen – kurz: ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Die Autoren thematisieren in ihrer Forschungsarbeit folgende internale Ressourcen:

- Ungewissheitstoleranz und Risikobereitschaft
- Lernorientierung/Lernmotivation
- Optimismus und positive emotionale Selbstregulation
- Selbstwirksamkeit und internale Attribution
- Kohärenz und die Erfahrung von Sinnhaftigkeit
- Soziale Beziehungskompetenzen
- Veröffentlichungsbereitschaft/Nutzung externer sozialer Unterstützungen.

Ressourcenfragebogen (REF) – Berner Ressourceninventar

Trösken, A.K./Grawe, K.: Das Berner Ressourceninventar. Ressourcenpotentiale und Ressourcenrealisierung. In: Schemmel, H./Schaller, J. (Hg.): Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit. Tübingen 2003, S. 195-223

- Soziale und emotionale Kompetenz; menschliche Offenheit
- Optimismus, Glück, Sinnerleben
- Handlungskompetenz in der Bewältigung alltäglicher Belastungen
- Fähigkeit zum autonomen Denken und Handeln
- Wahrnehmung eigener Bedürfnisse und Interessen
- Lernmotivation und Motivation zur Selbstreflexion
- Phantasie und Kreativität
- intellektuelle Begabung
- Hobbys und Interessen
- Veränderungsmotivation

1. Soziale Kompetenz

Freundliche Art im Umgang mit anderen; gut auf andere zugehen können; charmant und sympathisch

2. Soziale Einbettung

Dichtes, soziales Netz; gute Freunde, soziale Freizeitaktivitäten

3. Familiäre Einbindung

Erfüllte, befriedigende Beziehungen; Rückhalt in der Familie; stabile Beziehungen zu Familienmitgliedern

4. Emotionale Offenheit

Empfindungen offen mitteilen; Wünsche/Gefühle spontan ausdrücken, Gefühle zulassen können

5. Optimismus, Glück, Sinnerleben

Freude empfinden und ausdrücken können; optimistische Einstellung; Sinn/Halt im Leben finden

6. Selbstwerterleben

Selbstvertrauen haben; selbstsicher sein; positives Selbstwertgefühl haben

7. Autonomes Denken und Handeln

Selbstständig sein; selbstständig Entscheidungen treffen; Verantwortung übernehmen

8. Akzeptanz eigener Bedürfnisse

Eigene Bedürfnisse wahrnehmen, ausdrücken und durchsetzen können, sich Freiräume verschaffen

9. Interessen und Hobbies

Breitgefächerte Interessen haben; vielseitige Fähigkeiten/ Begabungen haben/eigene Interessen verfolgen

10. Handlungskompetenz

Zielorientiert handeln; kompetent/ souverän sein; Struktur suchen und schaffen

11. Bewältigung alltäglicher Belastungen

Mit Belastungen im Alltag umgehen können; bei Anforderungen Ruhe bewahren; Druck und Anspannung gut aushalten können

12. Motivation zur Selbstreflexion

Bereitschaft sich mit Problemen, der eigenen Identität, der eigenen Lebensgeschichte und wichtigen Beziehungen auseinander zu setzen

13. Motivation zu lernen

Offen sein für Neues; begierig sein, Neues zu lernen

14. Phantasie und Kreativität

Phantasievoll sein; kulturelle Interessen haben; „feinsinniger Ästhet“

15. Offenheit in der Kommunikation

Hohes Einfühlungsvermögen; offen sein für die Meinung anderer; offen sein für alternative Sichtweisen

16. Intellektuelle Begabung

Klar, differenziert denken können; sich sprachlich gut ausdrücken können; schnelle Auffassungsgabe

17. Veränderungsmotivation

Zeigt viel Eigeninitiative in der Therapie; setzt in der Therapie erarbeitetes Wissen selbstständig um; ist sehr motiviert, sich zu verändern.