

Frühe Hilfen

Early Intervention

Birgit Wenty & Hedwig Wölfl

Themenschwerpunkt Positive Psychologie und Resilienz

Zusammenfassung

Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit; lat. *resilire*: zu-rückspringen, abprallen) ist nicht angeboren, sondern entwickelt sich aufgrund von Erfahrungen. Bereits pränatale und frühkindliche Prägungen beeinflussen den Umgang mit Krisen und Belastungen und sind wesentliche Determinanten für die Entwicklung der psychischen Widerstandsfähigkeit. In der Resilienzforschung zeigt sich, dass die sichere Bindung zu einer Bezugsperson den zentralen Schutzfaktor bei der Bewältigung von widrigen Lebensumständen darstellt. Genau hier setzen Frühe Hilfen an: Belastungen in (werdenden) Familien werden frühzeitig erkannt und es wird durch niederschwellige, hochprofessionelle Beratung und Begleitung gegengesteuert. Frühe Hilfen fördern das bestmögliche Aufwachsen von Kindern und tragen wesentlich dazu bei, die Qualität der frühen Eltern-Kind-Beziehung als Fundament von Resilienz so früh wie möglich zu stärken. Durch Empowerment von Familien in belasteten Situationen werden Ressourcen aktiviert und es wird die Entwicklung von Feinfühligkeit und einer sicheren Bindung zum Kind gefördert.

Abstract

Psychological resilience (from Latin "*resilire*": to bounce back, to rebound) is not an innate ability, but is developed based on life experiences. Prenatal and early childhood influences already have an impact on how individuals deal with crises and stress and are key determinants for the development of psychological resilience. Resilience research has shown that the secure attachment to a caregiver is the central protective factor when coping with adverse conditions. This is precisely the starting point for "Frühe Hilfen". Burdens and stress in (expectant) families are identified at an early stage and can be countered by low-threshold, highly professional counseling

and support. "Frühe Hilfen" promotes the best possible upbringing of children and makes a significant contribution to improving the quality of the parent-child relationship as early as possible, since this relationship forms the basis for resilience. Empowering families in stressful situations mobilizes resources and promotes the development of sensitivity and a secure attachment to the child.

1. Einführung

Marie ist acht Wochen alt, weint sehr viel, lässt sich schwer beruhigen und ihre alleinerziehende Mutter ist mit sich und den durch die rezente Trennung und Geburt überfordernden Lebensumständen beschäftigt. Der zweijährige Fabio hat eine chronische Erkrankung und lebt u. a. aufgrund häufiger Umzüge und der mangelnden Feinfühligkeit seiner sehr jungen Eltern unter keinen stabilen Lebensbedingungen, weshalb er leicht irritierbar ist. Die vor sechs Jahren mit ihrem Ehemann aus Syrien nach Österreich geflüchtete Jasina ist in der 20. Schwangerschaftswoche mit ihrem dritten Kind. Die Wohnsituation der syrischen Familie ist prekär und sie haben kein geregelteres Einkommen, die Pandemiesituation führt zu zusätzlichem Stress. Es sind solche und ähnliche belastende Lebenssituationen, die Kindern und ihren Bezugspersonen hohe Resilienz abverlangen, damit sich frühe negative Kindheitserfahrungen nicht zu größeren Entwicklungsrisiken entwickeln. Doch die Widerstandskraft braucht manchmal einen professionellen Booster, um zu gedeihen. Hilfreiche Ressourcen können mit Unterstützung der Familienbegleitung im Rahmen der Frühen Hilfen aufgespürt und nutzbar gemacht werden.

Welche Resilienzfaktoren in der frühen Kindheit als Schutz gegen Krisen und die Auswirkungen negativer Erfahrungen wirksam werden, soll im Folgenden in einen