

# Förderung der psychosozialen Gesundheit beim Übergang in eine Pflegefamilie

Erinnern Sie sich noch an Ihren letzten Wechsel des beruflichen Umfeldes: Wahrscheinlich waren Sie, obwohl Sie den „Zuschlag“ bekommen hatten, zu Beginn sehr verunsichert. Es könnte sein, dass Ihre Gesamtverfassung entsprechend war: Aufregung beim Weg zur Arbeit, vor jedem Treffen, vor jeder Teamsitzung. Vielleicht haben Sie einige Zeit nach diesem Wechsel einmal resümiert, wie es Ihnen eigentlich ging: Waren Sie längere Zeit auf erhöhtem Stressniveau, auch in der Freizeit kaum für etwas zu gebrauchen, da jede Energie verbraucht war? Vermutlich war auch in den ersten Wochen die persönliche Ansprache durch einzelne Kolleg\*innen sowie das Interesse an Ihrer beruflichen Herkunft und an Ihrer Kompetenz und Persönlichkeit sehr wichtig. Irgendwie wird es gelingen sein, nach und nach ein wenig Sicherheit zu gewinnen. Ob je jemand Ihrer neuen Kolleg\*innen wahrgenommen hat, auf welchem Stressniveau Sie unterwegs waren? Vermutlich konnten Sie allmählich den Stil des Hauses aufnehmen und verstehen, einiges von der Kultur übernehmen und später dann auch durch eigene Impulse mitgestalten. Irgendwann – ohne den Punkt bewusst wahrgenommen zu haben – konnten Sie dann feststellen, dass Sie sich im Team sehr zuhause und heimisch fühlen, Belastungen und Stress gut aushalten können, ohne sich bedroht zu fühlen oder das System in Gefahr zu sehen. Sie sind angekommen!

Jeder Vergleich hinkt ein wenig, dennoch glaube ich, hier einen guten Ausgangspunkt für das zu haben, was mir wichtig erscheint. Wenn ein Kind eine vertraute Umgebung verlässt – meistens von Erwachsenen zum Wohlergehen des Kindes veranlasst – gehen wir davon aus, dass es in der neuen Umgebung grundsätzlich eine gute Versorgung erfährt. Dies bezieht sich umfassend auf psychische und physische Versorgung und auf die soziale Einbindung, eben darauf, wie sich ein Kind mit Gleichaltrigen in Verbindung setzt, anfreundet und in Beziehung setzt.

## Das Bindungssystem ist alarmiert

Die Fachleute aus Jugendhilfe und Pflegefamilienberatung bemühen sich sehr, gute Bedingungen für psychosoziale Gesundheit zu schaffen. Aber: Das Kind weiß nicht, was wir wissen. Auch wenn es viele Informationen darüber bekommt, gibt es noch einen gravierenden Unterschied zwischen theoretischem Wissen und ganz konkret praktischem Erleben. Was eine Fremdunterbringung für das Kind mit sich bringt, ist das Fremde. Es tritt Kindern unvermeidbar entgegen. Auf einer emotionalen Ebene ist es spürbar und bedeutsam und hat noch einmal besondere Kraft, weil es die Kinder meistens in einer sehr verunsicherten Situation trifft. Das Bindungssystem ist im höchsten Maße alarmiert, und in dieser Situation kommt das Kind in eine neue Familie. In der neuen Familie sind fremde Menschen, die anders aussehen, sich anders kleiden, anders sprechen – manchmal vielleicht bis hin zu einer fremden Sprache (zumindest in der Klangmodulation, im Wortschatz etc.). Es sind fremde Gerüche, fremde Räume, fremde Geräusche, fremdes Essen, fremde Stimmen, fremde Gewohnheiten. Wenn viele dieser Aspekte zusammenkommen, fühlt sich aus Sicht eines Kindes die Fremdunterbringung vielleicht sogar wie ein Kulturwechsel an.

Für jedes Kind ist mit dem Wechsel in eine neue Familie ein erhöhter Stresslevel verbunden. Untersuchungen aus der Bindungsforschung zeigen, dass man Kindern das nicht ansieht, sondern dass sie nach außen ruhig wirken, ihr Cortisolspiegel



aber sehr deutlich verändert ist. Um Kinder dabei zu unterstützen, in der neuen Situation zurechtzukommen, brauchen wir sehr gute Bedingungen, müssen genau hinsehen und wissen, was geschieht.

## Feinfühliges Verhalten

Basis der kindlichen Entwicklung ist die Wahrnehmung und Artikulation eigener Bedürfnisse. Wenn ein Kind immer wieder auf's Neue erfährt, dass die eigenen Be-

dürfnisse gut reguliert werden können, dass es in jeglicher Hinsicht gut versorgt ist, entwickelt es ein inneres Bild, das durch Zuversicht geprägt und so ein guter Startpunkt für weitere Schritte ist.

Aus der Bindungsforschung ist mittlerweile gut bekannt, dass ein feinfühliges Verhalten der Bindungspersonen für die Entwicklung von sicheren Bindungen eine zentrale Größe ist. Es zeichnet sich dadurch aus, dass Bedürfnisse und Regungen des Gegenübers erkannt werden und dass die Reaktion darauf prompt und angemessen ist. Bei Säuglingen und Kleinkindern brauchen wir hierfür ein anderes Repertoire als bei Schulkindern oder gar Jugendlichen. Übergreifend stellt sich die Frage, was das Kind braucht, um sich sicher und gut versorgt zu fühlen, ohne sich zu sehr anzupassen und zu begrenzen.

## Verstehbarkeit, Handhabbarkeit, Sinnhaftigkeit

Die Entstehung von Gesundheit – Salutogenese – ist von einem guten Kohärenzgefühl abhängig. Und dieses wiederum beinhaltet die Aspekte Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit. Für Kinder in der besonderen Stresssituation beim Übergang in eine Pflegefamilie bedeutet dies: Alle Beteiligten müssen sich darüber bewusst sein, dass sie etwas zum Gelingen beitragen können.

- Verstehbarkeit herstellen: Gut wäre, wenn ein Kind verstehen kann, warum es in diese neue Situation gelangt. Dies ist sicher nicht immer möglich, aber wenn es gelingt, ist es hilfreich.
- Handhabbarkeit unterstützen: Das Gefühl zu haben, den Anforderungen zu genügen, ist wichtig. Dazu gehört, zu

wissen, welche Erwartungen, Gewohnheiten etc. es in der neuen Familie gibt.

- Sinnhaftigkeit ermöglichen: Die Gegebenheiten und Anforderungen in der neuen Lebenssituation müssen als sinnvoll und wichtig angesehen werden, damit sie angenommen werden und es sich lohnt, sie anzustreben.



### „Schön, dass du da bist.“

Wenn ein Kind aus seiner bisher bekannten Umgebung in eine neue Familie kommt, müssen wir darauf achten, dass es so viel Orientierung wie möglich bekommt. Es ist wichtig, viele kleine Schritte in Richtung auf ein Miteinander zu machen. Ein klares und fürsorgliches Beziehungsangebot ist dabei genauso wichtig wie ein gutes Timing. Viele Dinge, die der Umzug eines Kindes in eine andere Familie mit sich bringt, sind nicht veränderbar. Was wir tun können, ist die Gestaltung des

Neuen, ohne das Alte zu negieren! Das alte und das neue Leben müssen sich im Inneren des Kindes miteinander arrangieren. Was dabei helfen kann: Menschen, die sagen; „Schön, dass du da bist!“ Freundliche Worte, die empfangen und willkommen heißen, nicht nur einmal, sondern kontinuierlich, ohne dass das Kind etwas dafür tun muss! Akzeptanz für alles, was es mitbringt! Zeit, sich an fremde Gerüche zu gewöhnen! Zeit, sich fremde Räume zu erschließen, vor fremden Geräuschen nicht zu erschrecken, fremdes Essen zu probieren und vielleicht dann auch zu mögen, sich an fremde Stimmen zu gewöhnen und zu verstehen, wie das, was sie sagen, gemeint ist. Zeit, sich an fremde Gewohnheiten, Abläufe, Regeln zu gewöhnen.

### Ankommen

Kinder brauchen Gelegenheiten, immer wieder etwas von sich einzubringen. Sie brauchen Menschen, die zeigen, dass sie Interesse an ihnen haben, die helfen, wenn sie einmal nicht weiterkommen, die sie unterstützen, wenn sie in Altem festhängen. Sie brauchen Menschen, die sich Zeit nehmen und sich selbst Zeit geben, um in das Leben und Erleben des Kindes Eingang zu finden. Also: Es ist mit Sicherheit für jedes Kind eine sehr große Herausforderung in einem neuen Umfeld anzukommen, sich einzulassen und zu gewöhnen, Sicherheit darüber zu gewinnen, dass das neue Umfeld gut ist und bleibt (!) und dass die Menschen unterstützend, fürsorglich und wohlgesonnen sind. Wenn das gelingt, kann es auch in einer neuen Familie für Kinder das Gefühl von Zuhause und Angekommen-Sein geben, ohne den vergangenen Teil des Lebens ins Unbewusste zu verdrängen.

Autor: Klaus Schuller, PFIFF gGmbH  
[klaus.schuller@pfiFF-hamburg.de](mailto:klaus.schuller@pfiFF-hamburg.de), [www.pfiFF-hamburg.de](http://www.pfiFF-hamburg.de)

## Gesundheit fördern durch eine gute Gestaltung von Übergängen im Kindes- und Jugendalter

Im Verlauf des Lebens erfährt jeder Mensch eine Vielzahl von biographischen Übergängen bzw. Transitionen. Diese sind in der Regel verbunden mit dem Abschied von Vertrautem und machen es erforderlich, sich auf Neues einzulassen. Übergänge sind stets mit persönlichen Veränderungen verbunden und stellen längerfristige Prozesse dar, die jeweils in einen sozialen Kontext eingebettet sind. Je nach Bewältigung können sich Übergänge positiv oder negativ auf die weitere Entwicklung eines Individuums auswirken, was die Bedeutsamkeit einer gelingenden Übergangsgestaltung im Kindes- und Jugendalter aufzeigt.



Im Verlauf des Lebens erfährt jeder Mensch eine Vielzahl von biographischen Übergängen bzw. Transitionen. Diese sind in der Regel verbunden mit dem Abschied von Vertrautem und machen es erforderlich, sich auf Neues einzulassen. Übergänge sind stets mit persönlichen Veränderungen verbunden und stellen längerfristige Prozesse dar, die jeweils in einen sozialen Kontext eingebettet sind. Je nach Bewältigung können sich Übergänge positiv oder negativ auf die weitere Entwicklung eines Individuums auswirken, was die Bedeutsamkeit einer

gelingenden Übergangsgestaltung im Kindes- und Jugendalter aufzeigt.

Griebel und Niesel (2004) beschreiben Transitionen als Lebensereignisse, „die eine Bewältigung von Veränderungen auf mehreren definierten Ebenen erfordern – der individuellen, interaktionalen und der kontextuellen – und in der Auseinandersetzung des Einzelnen und seines sozialen Systems mit gesellschaftlichen Anforderungen Entwicklungen stimulieren und als bedeutsame biographische Erfahrungen in der Identitätsentwicklung ihren Niederschlag finden“ (S. 36). Entscheidend für die Bewältigung von Transitionen sind bewältigungsbezogene Kompetenzen und Ressourcen aller am Übergang beteiligten