

Einführung: Schicksalsschläge als Gefahr und Chance

»Bewahre mich vor dem naiven Glauben, es müsse im Leben alles gelingen.

Schenke mir die nüchterne Erkenntnis, dass Schwierigkeiten, Niederlagen, Misserfolge und Rückschläge eine selbstverständliche Zugabe zum Leben sind, durch die wir wachsen und reifen.«

— Antoine de Saint-Exupéry

Schicksalsschläge können wir überwinden und daran wachsen oder wir lassen unser ganzes Leben dadurch zerstören, gehen vielleicht sogar daran zugrunde. Ich, Jens-Uwe, habe persönlich beides erlebt: Resilienz und Scheitern. In einem Buch nur für meine Familie und meine engsten Freunde habe ich diese Erfahrungen beschrieben⁴. Die Mitautorin Birgit hat die Erlebnisse zusammengefasst:

»Die Zeit heilt alle Wunden«, hatte Jens-Uwe auf meinen fragenden Blick geantwortet, als ich vor Jahren ein Bild seiner ersten Frau und seiner ersten beiden Kinder, die bei einem Flugzeugabsturz ums Leben gekommen waren, betrachtete. Heilt die Zeit wirklich alle Wunden?

Aber das allein kann es nicht gewesen sein. Ich fragte mich oft, Welch starke seelische Kraft in diesem Mann stecken muss, dass er so erfolgreich, kraft- und humorvoll, mit beeindruckender Ehrlichkeit über sich selbst mitten im Leben steht. Was hat er gemacht, außer die Zeit wirken zu lassen? Welchen Weg ist er gegangen durch mehrere Schicksalsschläge hindurch, wie sie keiner von uns erleben will, in sein erfülltes, glückliches Leben, in dem es eines seiner Hobbys ist, Glücksmomente zu sammeln?

Sein Buch »Gespräche mit Ute« gibt manche Antwort auf meine Fragen. Es ist ein berührendes Buch über die Beziehung des zunächst jungen Jens-Uwe, viertes von fünf Kindern, mit seiner sechs Jahre älteren Schwester Ute. Da ist der kleine Jens-Uwe noch schüchtern, geht manchmal im Trubel der großen Familie unter und muss mit sieben Jahren – mitten in der schwersten Nachkriegszeit – mit Unterbrechungen ein ganzes Jahr im Krankenhaus liegen, die meiste Zeit mit einem Streckverband ans Bett gefesselt. 50 Kilometer entfernt vom Zuhause liegt die Klinik, eine Weltreise in damaliger Zeit, ohne Auto,

4 Martens, Jens-Uwe (2014b)

ohne verlässlichfahrende Züge. 50 Kilometer bedeuten in dieser Zeit, lange vor der Erfindung von SMS, E-Mails, Skype, CD oder gar Fernsehen mit seinen Kindersendungen, tiefe Einsamkeit und lange Tage. Ich erinnere mich, wie Jens-Uwe mir einmal erzählte, dass er an manchen Wochenenden sehnsgütig auf einen Besuch der Mutter gewartet hatte, um schließlich von der Krankenschwester gesagt zu bekommen, dass seine Mutter nicht kommen konnte, weil sie nicht mehr in den überfüllten Zug hineingekommen war.

Es ist Ute, die spröde, verlässliche, die einfühlsame ältere Schwester, die den besten Zugang zu Jens-Uwe gewinnt, ihn mit längeren Gesprächen, Verständnis und Zuwendung durch die anschließende Zeit des Ausgeschlossenseins in der Schule und auch durch die Pubertät begleitet. Sie ist es, die ihm erklärt: »Man kann das Leben als eine Abenteuerreise sehen, bei der man nie weiß, auf welche Hindernisse man stößt, mit welchen Dämonen und Untieren man kämpfen muss. Du bist stark genug und«, fügt sie hinzu, »du hast natürlich für diese Reise Weggefährten, die dir helfen werden.«

Ute ist die wichtigste Weggefährtin für Jens-Uwe, die Vertraute und Seelentrösterin, die ihm auch den nächsten Schritt im Umgang mit den Herausforderungen des Lateinlernens vermittelt: »Wenn du den Dämon nicht besiegen kannst, musst du dich eben mit ihm arrangieren.« Durchhaltevermögen und Disziplin entwickelt zu haben sind der Lohn für diesen Kampf und auch die Beschäftigung mit Saint-Exupéry und den Philosophen Epiket und Marc Aurel.

»Man weiß nie im Voraus, wozu etwas gut sein wird. Das kann man immer erst viel später, wenn alles schon vorbei ist, beurteilen«, sagt Ute dem kleinen Jens-Uwe und ahnt sicher nicht, dass all die schwierigen Herausforderungen ihrer jungen Leben und auch die folgenden Jahre des Glücks nur eine Vorbereitung für die ganz großen Schicksalsschläge sind.

Zunächst lacht ihnen das Glück. Sowohl Ute als auch Jens-Uwe finden ihre große Liebe. Ute heiratet zuerst, bekommt drei Kinder, dann Jens-Uwe und Mike, eine Jugendliebe, die zwei Kinder bekommen, einen Jungen und zwei Jahre später ein Mädchen. Durch den beruflichen Erfolg des Vaters ist auch finanzieller Wohlstand garantiert. Die Familien wohnen nahe beieinander und verbringen eine glückliche Zeit zusammen. Jens-Uwe schließt sein Psychologiestudium ab und gründet eine kleine Firma, die er mit viel Freude erfolgreich leitet. Das Glück scheint perfekt, selbst mit einer Fehlbildung des kleinen Sohnes von Mike und Jens-Uwe, die aber einem glücklichen Leben seinerseits nicht im Wege stehen muss. Nach dem anfänglichen Hadern mit dem Schicksal war die innere Einstellung gefunden: Das Schicksal hatte ihnen eine Aufgabe gestellt, die es galt anzunehmen und nach besten Möglichkeiten zu lösen.

Kurze Zeit später aber schlägt das Schicksal erbarmungslos zu. Jens-Uwe und Mike sind gerade einmal 29 Jahre alt, Jan-Peter und Beatrix nur fünf und fast drei Jahre: Mike und die Kinder stürzen mit einem Flugzeug ab, die kleine Familie ist bis auf den Vater ausgelöscht.

Jens-Uwe fühlt sich in den folgenden Monaten rückblickend als willenloser und vor allem gefühlloser Roboter, der irgendwie von seinem Verstand ferngesteuert wird. Und wieder ist es Ute, die ihn auffängt.

Er zieht bei ihr und ihrer Familie ein, sie bieten ihm ein liebevolles Heim. Ute gibt ihm auch praktische Hilfe, indem sie seinen Haushalt auflöst und vor allem dadurch, dass sie viele lange Gespräche mit ihm führt. Sie und die innere Kontrollinstanz Jens-Uwes schützen ihn davor, in Selbstmitleid zu versinken oder in unrealistische Gedankengebäude abzudriften, wie: Das Schreckliche sei nicht geschehen. Jens-Uwe gelingt es erneut, eine hilfreiche Einstellung zu finden: »Ich stellte mir vor, dass mir dieser zweite, viel schimmere Schicksalsschlag auferlegt war, damit ich mich daran bewähren könnte. Ich habe die Aufgabe bekommen, meinem Schicksal oder einer höheren Macht zu beweisen, dass ich auch damit fertigwerde.«

Nach einigen Monaten bei Ute und ihrer Familie wagt Jens-Uwe einen Schritt in ein neues Leben, eine neue Wohnung, einen neuen Einrichtungsstil, sogar eine neue Art, sich zu kleiden. Es ist Teil einer selbst verordneten Therapie auf dem Weg, das Geschehene zu verarbeiten und eine »neue« Persönlichkeit zu finden.

Ein zweiter Teil der selbst verordneten Therapie ist die wieder wichtig werdende Arbeit im Institut und nach einiger Zeit ein dritter, die Suche nach wenigstens körperlicher Liebe – auch wenn Seele und Gefühle noch taub sind. »Ich muss die Prägung auf meine Frau Mike auflösen, ich darf nicht nach einer zweiten Mike suchen«, ist seine Begründung für diesen Schritt. In schonungsloser Offenheit beschreibt Jens-Uwe Martens seine Versuche, dadurch seelisch zu gesunden, dass er seiner Vernunft folgt. »Gestalter« seines Lebens will er sein, nicht »Opfer der Umstände.«

Während Jens-Uwe Schritte in ein neues Leben zu gehen versucht, wendet sich das Schicksal Utes Familie zu. Ihr zehnjähriger Sohn verliert alle Haare, auch Wimpern und Augenbrauen, aufgrund einer seltenen Stoffwechselkrankheit und alles Suchen nach einer wirksamen Behandlungsmethode bleibt erfolglos. Nun ist es Jens-Uwe, der zu helfen versucht, der bei langen Spaziergängen und Gesprächen die verzweifelte Ute tröstet und seinen Neffen darin unterstützt, eine gute Einstellung zu dieser Herausforderung zu finden.

Es ist beeindruckend, wie viel stärker als die Mutter Ute ihr Sohn ist. Er erkennt, dass es ihm nicht hilft, Perücken zu tragen, sondern dass er lernen muss, mit seinem Aussehen, mit dem Unverständnis mancher Menschen,

den Nachteilen und den gelegentlichen Vorteilen zu leben, zu sich zu stehen, so, wie er ist. Darüber hinaus wird ihm klar, dass er immer auffallen wird: »Mit diesem Kopf bin ich etwas Besonderes, ob ich will oder nicht. Ich falle immer auf.« Rückblickend meint er: »Ich musste ein besonderes Selbstbewusstsein entwickeln, das meiner Sonderrolle gerecht wird und durch das ich mit diesem besonderen Aussehen leben kann (Anm.: bis heute), ohne mich zu verstecken.«

»Durch Akzeptanz entsteht Raum«, drückt er es treffend aus, entsteht der Raum, der notwendig ist, um die Bedeutung der Eindrücke zu erkennen und die richtigen Schlüsse daraus zu ziehen.

Wie tragisch: Ute kann die guten Interpretationen, mit denen sie Jens-Uwe in seiner Not geholfen hatte, für sich nicht annehmen, als Jens-Uwe nun ihre Stütze ist. Ute bleibt in einer »Erdulderhaltung« gefangen. Sie kann ihren Sohn nicht unterstützen, eine positive Haltung zu seinem besonderen Aussehen zu gewinnen, empfiehlt ihm lieber, weiter Perücken zu tragen, obwohl er schon deshalb gehänselt worden war. Sie bleibt verzweifelt und untröstlich.

Währenddessen macht Jens-Uwes seelische Gesundung einen großen Schritt nach vorne: Seine Empfindungen erwachen aus der Taubheit, als er sich verliebt – in eine verheiratete Frau. In der Sicherheit des Unerfüllbaren – die Geliebte lässt keinen Zweifel daran, dass sie ihren Mann und ihre Kinder nie verlassen würde – wagt Jens-Uwes wunde Seele wieder zu lieben. Es entwickelt sich eine viele Jahre dauernde heimliche Beziehung, in deren Verlauf Jens-Uwe mit Zustimmung der Geliebten gleichzeitig weiter nach einer Frau sucht, mit der er eine neue Familie gründen kann. »Unzurechnungsfähig« nennt Jens-Uwe sich selbst rückblickend, als er in dieser Konstellation sogar in Offenheit gegenüber allen Betroffenen eine neue Ehe eingeht, die nur von kurzer Dauer ist.

Auch in dieser Phase beweist Ute ihrem Bruder gegenüber grenzenlose Geduld und Verständnis ohne jede Verurteilung.

Es ist der Rat eines Kollegen, der sich auf Eheberatung spezialisiert hat, der Jens-Uwe aufrüttelt: Er solle sich mit der Dreieckssituation in Bezug auf die Geliebte und ihren Mann abfinden und sich freuen, eine solch bezaubernde Frau gefunden zu haben.

Das würde bedeuten, auf die Erfüllung des sehnüchterigen Wunsches, des großen Lebenszieles, wieder eine Familie zu haben, zu verzichten. Jens-Uwe ist inzwischen vierzig Jahre alt. Schon am Ende des Gesprächs mit dem Kollegen gewinnt in Jens-Uwe »der Gestalter« wieder die Oberhand, er ist kein »Opfer«. Er beschließt, so schwer es auch für beide sein mag, sich endgültig von der Geliebten zu trennen, sich nicht mehr die schönen

Erlebnisse und Möglichkeiten mit ihr ständig vor Augen zu führen, sondern all die negativen Seiten, die diese Beziehung für ihn mit sich bringt, und den inneren Preis, den er bezahlen muss.

Dass die Dämonen unseres Lebens nicht nur Unglück, sondern auch Heilung und Schutz bringen können, erweist sich in Form von Elke, die nicht nur durch ihr Erscheinen in Jens-Uwes Leben mithilft, die Beziehung mit der verheirateten Geliebten wirklich endgültig sein zu lassen, sondern die auch bis heute Jens-Uwes »Fenster zum Leben« ist. Elke ist so anders, hat im Vergleich zu ihm so unterschiedliche Interessen und Vorlieben, dass Jens-Uwe in der Überzeugung, dass sie nicht zusammenpassen, nur sehr langsam sein Herz für sie öffnen kann. Während er noch versucht, ihr aus dem Weg zu gehen, zieht sie in seine Nähe, um »zufällig« gleichzeitig zu joggen, auch mal bei ihm zu duschen und nach einiger Zeit bei ihm einzuziehen. Aus der Überzeugung von Jens-Uwe, dass sie nicht zusammenpassen, weil sie so verschieden sind, wird die neue Erkenntnis, dass sie besonders gut zusammenpassen, gerade weil sie so verschieden sind und sich dadurch ergänzen. Der spontanen Verlobung folgen die Hochzeit und die glückliche Ankunft vier gesunder Kinder.

Doch während mit Elke und den Kindern das Glück in Jens-Uwes Leben zurückkehrt, stellt das Schicksal Ute vor eine weitere Prüfung. Nina, Utes sechzehnjährige Tochter, verhält sich auffällig und was zunächst alle für eine pubertäre Reaktion gehalten hatten, entpuppt sich als Schizophrenie. Leidvolle Jahre beginnen für Nina und ihre ganze Familie.

Krankenhausaufenthalte, Entlassungen, Hoffnung auf Besserung und Rückfälle wechseln sich ab. Es ist heute kaum mehr vorstellbar, dass noch vor vier Jahrzehnten diese Krankheit fast ausschließlich medikamentös behandelt wurde, ohne intensive psychotherapeutische Betreuung der Patientin in den Phasen der Besserung oder psychologische Beratung der Familie. Nina hat außer der eher ratlos wirkenden Liebe ihrer Eltern nur die Hilfe ihres Patenonkels Jens-Uwe in psychologischer Hinsicht und muss selbst damit fertig werden, sich fremdbestimmt, gleichsam entmündigt und voll Scham über das in den akuten Phasen der Krankheit Getane zu fühlen.

So sehr Ute Rettungsanker, liebevolle Freundin, fast Therapeutin für Jens-Uwe gewesen war, so wenig kann sie nun aus seiner Erfahrung mit schweren Schicksalsschlägen und seinem psychologischen Wissen, das er ihr nur zu gerne zur Verfügung stellt, schöpfen. Sie schwankt zwischen unrealistischer Hoffnung auf beständige Heilung der Tochter und bitterer Enttäuschung bei einem Rückfall oder »Schub«. Sie verzweifelt in solchen Momenten und sucht ähnlich ihrem Mann Erleichterung im abendlichen Konsum von Alkohol.

Es schmerzt Jens-Uwe unsagbar, dass es ihm nicht gelingt, Ute zu vermitteln, welche Kraft darin liegt, von höheren Mächten auferlegte Aufgaben als Herausforderung zu akzeptieren, an denen man sich bewähren kann, statt sich gegen das Schicksal aufzulehnen, es eigentlich nicht wahrhaben zu wollen. »Akzeptanz schafft Raum«, hatte Ninas Bruder das genannt. Raum zur Gestaltung, Raum, eine zweite ärztliche Meinung einzuholen, Raum, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden, Raum, dem Leben mit der Krankheit einen neuen Sinn zu geben. Aber Ute gelingt die Akzeptanz nicht und Jens-Uwe gelingt es nicht, sie ihr zu vermitteln.

Nach zehn Jahren des Kampfes zerbricht Nina an ihrem Schicksal, sie wirft sich vor die U-Bahn und ist tot. Zurück bleiben eine Familie und Verwandte, die sich, wie alle Menschen in dieser Lage, erschüttert fragen: Hätte ich es verhindern können?

Jens-Uwe kennt nur zu gut aus eigener Erfahrung die Einsamkeit, das Unerreichbar-Sein nach dem Verlust eines geliebten Menschen, selbst in Gesellschaft. Mitfühlend und verständnisvoll ist er für seine Schwester da, ohne ihr billigen Trost anzubieten. Nach einem ihrer gemeinsamen Spaziergänge zu Hause angekommen, fühlt Ute sich nicht wohl, setzt sich auf das Sofa im Wohnzimmer, während Jens-Uwe ihr einen Tee macht. Als er nach wenigen Minuten zurück in das Zimmer kommt, liegt Ute wie schlafend auf dem Sofa. Sie ist tot, nach nur sechs Monaten ihrer Tochter gefolgt.

»Man kann das Leben als eine Abenteuerreise sehen, bei der man nie weiß, auf welche Hindernisse man stößt, mit welchen Dämonen und Untieren man kämpfen muss«, erklärte Ute einst dem kleinen Jens-Uwe.

Nach diesen vielen bestandenen Kämpfen und auch Niederlagen endet Jens-Uwe mit der Frage: »Ob wohl irgendwo, irgendwann ein neuer Dämon auf mich wartet?«

»Und«, hatte Ute hinzugefügt, »du hast natürlich für diese Reise Weggefährten, die dir helfen werden – wenn du diese Hilfe annimmst.«

Warum konnte der eine Teil der Familie, Jens-Uwe, seine Schicksalsschläge überwinden, während seine Schwester Ute daran zugrunde gegangen ist? Was waren die entscheidenden Faktoren, die Jens-Uwe die Kraft gaben, mit den Widrigkeiten fertigzuwerden, während es Ute nicht glückte? Warum gelingt es manchen Menschen, nach schmerhaften Geschehnissen und tiefen Krisen ihr Leben wieder in die Hand zu nehmen? Warum können sie ihre neuen Ziele erreichen, obwohl sich ihnen immer wieder Hindernisse in den Weg stellen und man es ihnen unter den gegebenen Umständen nie zugetraut hätte, während andere trotz Unterstützung von verschiedener Seite zu scheitern scheinen?

Einige Punkte sind in der obigen Schilderung schon deutlich geworden. Um diese Frage aber umfassend und nachvollziehbar zu beantworten und um die Kräfte, die die Resilienz fördern, vielleicht selbst zu unterstützen, werden wir weitere Fallbeispiele, wissenschaftliche Untersuchungen und einige psychologische Modelle heranziehen. Wir werden im Folgenden aus diesen Elementen die wichtigsten Kräfte des Widerstandes gegen die Unbilden des Schicksals extrahieren und einzeln darstellen.

1

Unsere innere Widerstandskraft: Resilienz

»Wenn Sie glücklich sein wollen, dürfen Sie nicht um jeden Preis dem Unglück ausweichen. Eher sollte man danach suchen, wie man es meistern kann.«

— Boris Cyrulnik

Was ist »Resilienz«?

In der Psychologie wurde in letzter Zeit besonders häufig untersucht, welche Eigenschaften einen Menschen dazu befähigen, Schicksalsschläge und Krisen zu überwinden, ohne Schaden zu nehmen, ja sogar durch Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen daran zu wachsen. Um diese Fähigkeiten zu beschreiben, benutzen die Psychologen den Begriff »Resilienz«, der am besten mit psychischer Widerstandskraft übersetzt werden kann.

Der Begriff »Resilienz« leitet sich aus dem lateinischen Verb »resilire« ab, das »zurückspringen, abprallen« bedeutet. Er wird in der Technik und Ma-

terialwirtschaft verwendet, um die Fähigkeit eines Systems zu beschreiben, nach einem Teilausfall nicht vollständig zu versagen, oder um die Eigenschaft eines Materials zu beschreiben, nach einer Verformung wieder in den Ausgangszustand zurückzukehren.

In der Psychologie setzte man zunächst den Begriff Resilienz dafür ein, die Widerstandsfähigkeit von Kindern zu bezeichnen, sich trotz schwieriger und belastender Umstände normal zu entwickeln. Ganz allgemein versteht man heute in der Psychologie unter Resilienz die innere, psychische Widerstandskraft oder Stärke einer Person (oder einer Familie), auf belastende Lebenssituationen, wie Unglücke, Notsituationen, traumatische Erfahrungen, existentielle Bedrohungen oder Ähnliches, angemessen zu reagieren und sie ohne psychische Folgeschäden zu bewältigen.

Wir schließen uns dieser Definition an und gehen in diesem Buch auf die innere Widerstandskraft ein, die manche Menschen entwickeln, wenn sie schwere, ihr Leben stark verändernde Schicksalsschläge erleben oder massiven Bedrohungen ausgesetzt sind. Das betrifft sowohl objektiv feststellbare Ereignisse als auch subjektiv erfahrene Erlebnisse.

Der Begriff der Resilienz wird manchmal auch verwendet, um zu beschreiben, wie man mit täglichen Belastungen der Arbeitswelt umgehen und dabei die eigene Gesundheit erhalten kann. Wir beziehen uns in diesem Buch jedoch auf die innere Widerstandskraft, die betroffene Menschen bei Ereignissen zeigen, die plötzlich einschneidende Veränderungen in ihrem Leben bewirkt haben. An ihrem Umgang mit sich und den Veränderungen können wir wie mit Hilfe eines Vergrößerungsglasses sehen, was uns auch im täglichen Leben helfen kann, in Balance zu bleiben und Krisen zu bewältigen.

Während man zu Beginn der Resilienz-Forschung davon ausging, dass Resilienz eine angeborene Fähigkeit sei, weiß man heute, dass sich Resilienz zusätzlich in einem Interaktionsprozess zwischen dem Individuum und der Umwelt entwickelt und weitgehend erlernbar ist. Resilienz ist ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess und verändert sich im Laufe des Lebens je nach Erfahrungen sowie aktueller körperlicher, geistiger und psychischer Konstitution.

Resilienz wird durch eine Reihe von Strategien gestärkt, mit Schicksalschlägen umzugehen (»Resilienz-Faktoren«), die wir in diesem Buch an Hand von konkreten Fallbeispielen analysieren und darstellen werden.

»Unverwundbar oder immun gegenüber dem Schicksal ist kein Mensch«, betont Rosemarie Welter-Enderlin⁵. Auch Menschen mit großer Widerstands-

5 Welter-Enderlin, Rosemarie, 2010, S. 22

kraft, also starker Resilienz, werden von Schwierigkeiten gebeutelt, erleiden Schmerzen und Trauer, aber sie erholen sich wieder davon.

Wie verbreitet ist Resilienz?

Manche Menschen scheinen an einem Schicksalsschlag zu scheitern. Depressionen und exzessiver Drogenkonsum sind die häufigsten Folgen nicht oder ungenügend verarbeiteter Schicksalsschläge. Verständlicherweise hört man von solchen Fällen seltener, die Betroffenen versuchen sie zu verbergen, sprechen wenig darüber und schreiben keine Bücher, weil sie keine Kraft dazu haben und nicht stolz darauf sind. Es ist daher schwer zu bestimmen, wie groß der Anteil der Menschen ist, die auf Schicksalsschläge oder extreme Lebensbedingungen mit Widerstandskraft reagieren.

Um trotzdem eine Aussage zu versuchen, zitieren wir hier zwei einschlägige Untersuchungen, von denen sich eine auf Kinder bezieht, die unter sehr schwierigen Bedingungen aufgewachsen sind. Die Resilienz von Kindern – ein wichtiges Thema – steht in diesem Buch jedoch nicht im Mittelpunkt⁶:

In einer der ersten Langzeitstudien zum Thema Resilienz begleitete Emmy Werner auf der Hawaii-Insel Kauai 698 Kinder, die alle 1955 geboren wurden, 40 Jahre lang⁷. Knapp 210 dieser Kinder hatten sehr schlechte Startbedingungen: Sie waren in Armut geboren und wuchsen in Armut auf; bei einigen von ihnen waren vor oder während der Geburt Komplikationen aufgetreten; etliche lebten in Familien, in denen chronisch Unfrieden, Scheidung oder elterliche Psychopathologie ihre Entwicklung belasteten oder sie wurden von Müttern großgezogen, die weniger als acht Jahre zur Schule gegangen waren. Zur Überraschung von Emmy Werner entwickelten nur zwei Drittel der Kinder, die bis zum Alter von zwei Jahren vier oder mehr Risikofaktoren ausgesetzt waren, bis zum Alter von zehn Jahren Lern- oder Verhaltensprobleme. Auch wurden bis zum Alter von 18 Jahren lediglich zwei Drittel dieser 210 Kinder straffällig und/oder psychisch krank⁸. 72 Kindern, mehr als einem Drittel, gelang es jedoch, ihre schwierige Situation zu meistern: Sie zeigten

6 Einen Überblick über die Forschung in diesem Bereich gibt u. a. das Buch von Opp, Fingerle und Freytag (Hrsg.), 2007

7 Werner & Smith, 1992, s. a. Berndt, 2014, S. 65

8 Werner, Emmy, 2012, S. 30