

Duale Hochschule Baden Württemberg

Stuttgart an der Fakultät Sozialwesen

Modul 25 - Bachelorarbeit



**Die Chancen von Mentorenprojekten für die
Bewältigung kritischer Lebensereignisse junger Frauen -
Erkenntnisse aus dem Mentorinnenprojekt**



anna & marie

aus dem Landkreis Heilbronn.

Vorgelegt von:

Sarah Weiler

Don-Carlos-Str. 5

70563 Stuttgart - Vaihingen

Betreuer: Professor Thomas Meyer

Studiengangsleiter: Professor Paul-Stefan Ross

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Zielsetzung und Erkenntnisinteresse	2
3. Aufbau der Arbeit	5
I. THEORETISCHER TEIL	7
4. Die Postadoleszenz – zwischen Jugend und Erwachsenenalter	7
4.1 Die Entstehung der Postadoleszenz.....	7
4.1.1 Der Lebenslauf als Institution.....	7
4.1.2 Individualisierung und die Destandardisierung des Lebenslaufs.....	9
4.1.3 Auswirkungen gesellschaftlicher Modernisierungsprozesse auf den klassischen Lebenslauf.....	11
4.2 Charakteristische Entwicklungen in der Postadoleszenz.....	13
4.2.1 Ökonomische Verselbständigung.....	13
4.2.2 Soziale Verselbständigung.....	14
4.2.3 Kulturelle Verselbständigung.....	15
4.3 Fazit.....	15
5. Die Veränderung der weiblichen Geschlechterrolle und ihre Auswirkungen für junge Frauen	16
5.1 Die Rolle der Frau im Wandel.....	16
5.2 Veränderte Anforderungen an junge Frauen.....	17
5.2.1 Eigenverantwortung.....	17
5.2.2 Berufliche Existenz.....	18
5.2.3 Soziale Beziehungen.....	18
5.2.4 Identitätsentwicklung.....	19
6. Die Bewältigung	20
6.1 Copingstrategien.....	20
6.2 Das transaktionale Stressmodell nach Lazarus.....	21
6.2.1 Primäre Bewertung.....	22
6.2.2 Sekundäre Bewertung.....	22
6.2.3 Neubewertung.....	22
6.3 Die Bedeutung kritischer Lebensereignisse.....	23
6.4 Destruktive Bewältigungsergebnisse junger Frauen.....	24
6.4.1 Überforderung.....	24
6.4.2 Stress.....	25
6.4.3 Psychische Störungsbilder.....	25
6.5 Die Wirkung von Ressourcen.....	27
6.5.1 Soziale Ressourcen.....	27
6.5.2 Personale Ressourcen.....	28
7. Zusammenfassung	29

8. Das Mentorinnenprojekt <i>anna & marie</i>	30
8.1 Die Konzeption.....	30
8.1.1 Ausgangslage.....	30
8.1.2 Projektbeschreibung.....	31
8.1.3 Projektidee.....	31
8.1.4 Ziele.....	32
8.1.5 Zielgruppen.....	32
8.1.6 Zugänge zum Projekt.....	33
8.1.7 Fortbildung und fachliche Begleitung der Mentorinnen.....	33
8.1.8 Projektstruktur.....	34
8.2 Mentoring.....	35
8.2.1 Ursprung und Definition von Mentoring.....	35
8.2.2 Ziele von Mentoring.....	36
8.2.3 Rolle und Kompetenzen der Mentorin.....	37
8.2.4 Die Beziehung zwischen Mentorin und Mentee.....	38
8.3 Der personenzentrierte Ansatz nach Rogers.....	39
8.3.1 Das Menschenbild im personenzentrierten Ansatz.....	40
8.3.2 Non-direktive Gesprächsführung.....	40
8.3.3 Die personenzentrierten Grundhaltungen.....	41
8.3.4 Rogers Philosophie im Bezug auf <i>anna & marie</i>	44
9. Die Forschungsfrage	45
II. EMPIRISCHER TEIL	46
10. Konzeption und Durchführung der empirischen Untersuchung	46
10.1 Auswahl des Erhebungsinstrumentes - Das qualitative Interview.....	46
10.1.1 Überlegungen.....	46
10.1.2 Begründung des Instruments: Das problemzentrierte Interview.....	48
10.2 Empirische Umsetzung der Fragestellung: Der Interviewleitfaden.....	49
10.2.1 Auswertung des Interviewleitfadens.....	51
10.3 Kommunikationsstil und Vorgehensweise	51
10.4 Auswahl der Interviewpartnerinnen.....	52
11. Datenerhebung	54
11.1 Kontaktaufnahme.....	54
11.2 Interviewsituation.....	55
11.3 Fallskizzen.....	57
11.3.1 Interviewtandem <i>anna & marie</i> 1.....	57
11.3.2 Interviewtandem <i>anna & marie</i> 2.....	57
11.3.3 Interview <i>marie</i> 3.....	57
11.3.4 Interviewtandem <i>anna & marie</i> 4.....	58
11.3.5 Interviewtandem <i>anna & marie</i> 5.....	59
11.3.6 Experteninterview 6.....	59
11.4 Kommentierte Transkription.....	60

11.5	Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring.....	60
11.5.1	Richtung der Analyse.....	61
11.5.2	Strukturierung als Analysetechnik.....	61
12.	Auswertung und Darstellung der Forschungsergebnisse.....	65
12.1	Auswertung und Ergebnisse der Befragung.....	65
12.1.1	Kritische Lebensereignisse junger Frauen.....	65
12.1.2	Individuelle Ressourcen junger Frauen.....	67
12.1.3	Selbstvertrauen junger Frauen.....	68
12.1.4	Kennzeichen der Mentoring-Beziehung.....	70
12.1.5	Entwicklung einer Zukunftsperspektive.....	73
12.2	Hypothesenbildung in Bezug auf die Chancen von Mentorenprojekten - Steigerung der Bewältigungspotentiale durch:.....	74
12.2.1	Soziale Unterstützung.....	75
12.2.2	Gezielte Hilfe bei Problemen.....	75
12.2.3	Stärkung von Selbstvertrauen.....	75
12.2.4	Die Personenzentrierung.....	76
12.2.5	Perspektivenentwicklung.....	76
III.	SCHLUSSFOLGERUNGEN.....	77
13.	Das Projekt <i>anna & marie</i>.....	77
13.1	Chancen für die jungen Frauen im Projekt.....	77
13.1.1	Verselbständigung.....	77
13.1.2	Bewältigung.....	78
13.2	Folgen für das Projekt <i>anna & marie</i>	79
13.2.1	Fortbildungen.....	79
13.2.2	Bundesweite Ausdehnung des Projekts.....	80
14.	Mentoring als Ressource und Beitrag zur Sozialen Arbeit.....	81
14.1	Konsequenzen für die Soziale Arbeit im Hinblick auf:.....	81
14.1.1	Mentorenprojekte.....	81
14.1.2	Das Ehrenamt.....	83
14.1.3	Präventionsarbeit mit Mädchen und jungen Frauen.....	84
15.	Ausblick.....	85
IV.	LITERATURVERZEICHNIS.....	86
V.	ANHANG.....	91

1. Einleitung

Das Prinzip des Mentorings ist entgegen vieler Annahmen keine Erfindung der Neuzeit: Schon vor hunderten von Jahren wurden junge Männer in die Obhut eines Vertrauten gegeben, der sie dabei unterstützte, sich in einer immer komplexer werdenden Welt zurechtzufinden, die anstehenden Rollenerwartungen zu erfüllen und Herausforderungen zu bewältigen. Während Mentoring in Wirtschaft und Politik in den vergangenen zwei Jahrzehnten wieder neu entdeckt wurde und mittlerweile ein beliebtes Modell zur effektiven Nachwuchsförderung geworden ist, hat sich die Soziale Arbeit mit dem Thema Mentoring seither wenig befasst und erkannt, welche Chancen und Potenziale es beinhaltet, wenn ein erfahrener Mensch einer meist jüngeren Person stärkend und unterstützend zur Seite steht und sie ein Stück auf ihrem Lebensweg begleitet.

Die Phase des Übergangs vom Jugendlichen zum Erwachsenen, von Soziologen und Psychologen als Postadoleszenz bezeichnet, ist damals wie heute von enormer Bedeutung für die Entwicklung und das weitere Leben eines Menschen. In diesem Lebensabschnitt sehen sich junge Erwachsene mit einer Vielzahl von Anforderungen konfrontiert, die es zu meistern gilt. Mit dem Eintritt ins Erwachsenenalter wird ihnen ein viel größeres Maß an Verantwortung für sich und zunehmend auch für andere abverlangt, als es in der Kindheit und Jugend der Fall war. In Bezug auf die eigene Lebensperspektive steht jeder junge Erwachsene vor der Herausforderung, wichtige und wegweisende Entscheidungen für das eigene Leben zu treffen, seinen Platz in der Gesellschaft zu finden und das Verhältnis zu den Eltern völlig neu zu ordnen.

Wir leben heute in einer Zeit, in der das Leben immer mehr zum individuellen Gestaltungsprojekt wird und alte Muster und Normen nicht mehr bindend sind. Neben Paaren mit oder ohne Trauschein gibt es Singles und Mingles¹, die Karrierefrau und den Hausmann, die Bundeskanzlerin und den Make-Up-Artist, die 20-jährige Jurastudentin mit eigener Wohnung und den 35-jährigen Mediziner, der noch zuhause lebt. Alles ist möglich. Das heißt, dass die Wahlfreiheit und die damit verbundenen Entscheidungs- und Orientierungsanforderungen besonders in diesem Lebensabschnitt enorm sind. Doch trotz der großen Bedeutung der Postadoleszenz bzw. des frühen Erwachsenenalters findet diese Phase in der Forschung bislang wenig Beachtung und ist in der Literatur im Gegensatz zu den Phasen Kindheit und Jugend absolut unterrepräsentiert: „Entwicklungsprozesse im frühen Erwachsenenalter sind auch in der modernen Entwicklungspsychologie, trotz ihrer programmatischen Ausweitung auf die gesamte Lebensspanne, ein Stiefkind der Forschung

¹ Anmerkung: Laut Duden ist der Mingle ein neues soziologisches Phänomen und kommt von dem Begriff „mixed singles“. Der Lebensstil von Singles und Paaren vermischt sich mehr und mehr. Es gibt zunehmend Paare, die sich zum Beispiel bewusst dazu entschließen, getrennt zu leben, auch wenn sie sogar Familie haben.

geblieben.“¹ Der Fokus liegt bislang weiterhin auf den standardisierten Lebensphasen wie Kindheit, Jugend, Erwachsenenalter und Alter.

Besonders der Alltag und die Lebensbiographien junger Frauen sind von den gesellschaftlichen Entwicklungen betroffen. Während vor einigen Jahrzehnten die Rolle der Frau in unserer Gesellschaft eindeutig und größtenteils vorhersehbar war, hat sich dies durch ein neues Verständnis der Frauenrolle grundlegend verändert. Vor allem für junge Frauen bedeutet dieser Wandel, dass sie sich nicht mehr auf Normen und Traditionen verlassen können, sondern vor der Anforderung stehen, ihre Lebensentwürfe individuell gestalten und ihr Selbstverständnis neu definieren zu müssen. Die Familiengründung oder die Rolle als Mutter und Hausfrau stellt mittlerweile nur noch eine von vielen Optionen für junge Frauen dar. In einer solch komplexen, optionsreichen Gesellschaft zurechtzukommen, erfordert von jungen Frauen die Fähigkeit zur Reflexion, zur Entscheidung und auch zur Bewältigung schwieriger Lebenssituationen.²

Das Mentorinnenprojekt *anna & marie*, das in dieser Arbeit untersucht wird, hat es sich zum Ziel gesetzt, Mädchen und junge Frauen im Alter von 13 bis 26 Jahren, die mit diesen Anforderungen und einer schwierigen Lebenssituation konfrontiert sind, zu unterstützen und sie zu begleiten. Die Unterstützung durch eine Mentorin soll sie dazu befähigen, ihr Leben eigenständig zu meistern und zu planen. Damit zusammenhängend ist es das Anliegen des Projekts, dass die Bewältigungspotentiale junger Frauen in Bezug auf ihren Alltag, ihre Entwicklungsaufgaben und kritische Lebensereignisse durch die soziale Unterstützung gesteigert werden und damit Folgeprobleme oder -krankheiten präventiv vorgebeugt werden können. Darüber hinaus möchte das Projekt *anna & marie* junge Frauen dabei unterstützen, eine positive weibliche Identität zu entwickeln.

2. Zielsetzung und Erkenntnisinteresse

In meiner Arbeit im Jugendamt ist mir aufgefallen, dass bereits bei 17-Jährigen, die in einer stationären Einrichtung leben, zielstrebig auf ‚Verselbständigung‘ hingewirkt wird und sie dahingehend unterstützt werden, dass sie mit dem 18. Lebensjahr aus der Jugendhilfe entlassen werden und ihren eignen Weg gehen. Der Gesetzgeber betont zwar in Paragraph 41 des Achten Sozialgesetzbuchs, dass die jeweilige Hilfe zur Erziehung den jungen Volljährigen in der Regel bis zur Vollendung ihres 21. Lebensjahres gewährt wird und in

¹ Krampen & Reichle 2002, S.319

² „Schwierige Lebenssituation sind gegeben, wenn ein Übermaß an Alltagsbelastungen vorhanden ist, Schwierigkeiten bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben auftreten oder die Verarbeitung kritischer Lebensereignisse geleistet werden muss.“ Landesgesundheitsamt Baden Württemberg (Hrsg.) (2002): Konzeption des Projekts *anna & marie*, S.9

begründeten Einzelfällen sogar darüber hinaus¹. Die Beobachtung zeigt jedoch, dass dies nicht der Realität entspricht. Im Jugendamt Heilbronn ist beispielsweise in einer amtsinternen Verfügung festgehalten und dokumentiert, dass junge Volljährige bereits ab dem 18. Lebensjahr grundsätzlich halbjährlich einen Antrag und ein Schreiben der Einrichtung einreichen müssen, worin aussagekräftig begründet wird, warum die jeweilige Hilfe zur Erziehung² noch notwendig ist. Ansonsten wird die Hilfe beendet. Des Weiteren ist ‚üblich‘, dass die Zuständigkeit eines Jugendamtsmitarbeiters (inoffiziell) endet, wenn ein junger Mensch das 18. Lebensjahr erreicht hat. Dies mag dem Gesetzestext zwar in manchem widersprechen, doch sieht die Realität aufgrund leerer Staatskassen und Sparkursen in Jugendämtern oft anders aus.

Das Problem dabei ist allerdings, dass junge Volljährige mit dem Erreichen des 18. Lebensjahrs, wenn sie keine Familie oder ein enges soziales Netz besitzen, auf sich alleine gestellt und dieser Anforderung meist noch nicht gewachsen sind. Außer der finanziellen Unterstützung durch den Staat oder der Jugendberufshilfe¹, die sie beim Übergang von Schule in den Beruf begleiten, haben junge Volljährige ab 18 Jahren kaum Anspruch auf personelle Hilfe und Unterstützung.

Einige der jungen Frauen, die bei *anna & marie* teilnehmen, kommen aus der Jugendhilfe und wurden aufgrund von ‚keinem oder zu wenig Bedarf‘ oder mit der Begründung aus der Jugendhilfe entlassen: ‚Das Ziel der Verselbständigung ist erreicht.‘ Dennoch bleibt fraglich, ob eine junge Frau im Alter von 18 Jahren tatsächlich sozial, ökonomisch und kulturell selbständig ist, ihren Platz in der Gesellschaft gefunden und den Eintritt ins Erwachsenenalter geschafft hat. Außerdem bleibt offen, ob junge Frauen, die mit einer schwierigen Lebenssituation konfrontiert sind oder aus einer solchen kommen, adäquat mit ihren Anforderungen und Krisen umgehen können.

Mit diesem Hintergrund wurde ich auf das ehrenamtliche Mentorinnenprojekt *anna & marie* aufmerksam und fand das Engagement der Mentorinnen beeindruckend. Die jungen Frauen, die an dem Projekt teilnehmen, kommen alle aus einer Lebenssituation, die von einem Übermaß an Alltagsbelastungen, Schwierigkeiten bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und kritischen Lebensereignissen gekennzeichnet ist. Es ist das Anliegen des Projekts jeder jungen Frau mit einer akzeptierenden und wertschätzenden Grundhaltung zu begegnen und sich in Gesprächen auf die Themen einzulassen, die die

¹ Siehe § 41 (1) Achten Sozialgesetzbuch „Hilfe für junge Volljährige, Nachbetreuung“: „Einem jungen Volljährigen soll Hilfe für die Persönlichkeitsentwicklung und zu einer eigenverantwortlichen Lebensführung gewährt werden, wenn und solange die Hilfe aufgrund der individuellen Situation des jungen Menschen notwendig ist. Die Hilfe wird in der Regel nur bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres gewährt; in begründeten Einzelfällen soll sie für einen begrenzten Zeitraum darüber hinaus fortgesetzt werden. (...)“

² Siehe § 27 ff Achten Sozialgesetzbuch „Hilfen zur Erziehung“

junge Frau beschäftigen. Die Mentorin hat dabei keinen erzieherischen Auftrag, sondern steht im Gegensatz zu einer Sorgeberechtigten der Mentee als Vertraute gegenüber, die ihr den Rücken stärken möchte und sie dazu befähigen will, ihren eigenen Weg zu finden und zu gehen.

Die vorliegende Arbeit möchte die Lebenssituation von jungen Frauen im Alter von 18 bis 26 Jahren veranschaulichen und herausfinden, welche Chancen das Mentorinnenprojekt *anna & marie* in Bezug auf die Bewältigung kritischer Lebensereignisse hat. Die gesamte Arbeit hindurch ist es das Ziel, die Anforderungen, Probleme, Perspektiven und Sichtweisen junger Frauen in der Postadoleszenz zu erörtern und die Frage zu stellen: Welchen persönlichen Nutzen ziehen die jungen Frauen aus der Teilnahme an dem Mentorinnenprojekt *anna & marie* und inwieweit unterstützt es sie bei der Bewältigung der Anforderungen des täglichen Lebens und kritischer Ereignisse?

Daher lautet die erkenntnisleitende Fragestellung:

Welche Chancen haben Mentorenprojekte für die Bewältigung kritischer Lebensereignisse von jungen Frauen?

Am Ende dieser Arbeit sollen Aussagen darüber gemacht werden können, inwieweit die Begleitung einer Mentorin den jungen Frauen von *anna & marie* von Nutzen ist und welche Chancen Mentorenprojekte im Allgemeinen für junge Frauen haben können, die sich in einer schwierigen Lebenslage befinden.

Dieses Thema ist besonders spannend, da junge Frauen durch diesen geschützten Rahmen die Möglichkeit erhalten, sich mit ihren Problemen und sich selbst auseinanderzusetzen. Ziel des Projekts ist es, dazu beizutragen, dass aus jungen Frauen starke Frauen werden, die für sich eine Perspektive gefunden haben, kritische Ereignisse bewältigen können und ein positives Selbstbild entwickeln konnten. Als Hypothese der Arbeit wird vermutet, dass die kontinuierliche Begleitung von jungen Frauen positive Auswirkungen hat und sie befähigt, kritische Lebensereignisse besser bewältigen zu können. Unklar ist jedoch zu diesem Zeitpunkt, und das wird die Forschung sicherlich ergeben, welche Einflussfaktoren dabei eine besondere Rolle spielen und auf was es zu achten gilt.

¹ Jugendberufshilfe als Teil der Jugendsozialarbeit nach § 13 Abs. 2 und 3 Achten Sozialgesetzbuch

Die Frage nach den Chancen von Mentorenprojekten für junge Frauen ist aus zwei Gründen für die Soziale Arbeit relevant: Zum einen stellt sich daraus die kritische Frage, warum junge Volljährige trotz eines Bedarfs bzw. einer Notlage die Jugendhilfe verlassen und anschließend auf sich allein gestellt sind. Auf der anderen Seite regt es an, darüber nachzudenken, in welcher Weise ehrenamtliches Engagement gefördert und fachlich unterstützt werden sollte, damit es einen Beitrag zur Sozialen Arbeit leisten kann.

Der Auftrag der Sozialen Arbeit ist es, Menschen, die sozial benachteiligt, gesellschaftlich ausgegrenzt oder davon bedroht sind, Unterstützung und Hilfe anzubieten. Ziel ist es, präventiv soziale Probleme zu erkennen oder ihre Auswirkungen zu lindern. Dazu gehört es, Menschen zu befähigen, persönlich und gesellschaftlich bedingte Schwierigkeiten bewältigen zu können. Um das zu erreichen, ist es notwendig Unterstützung anzubieten und Ressourcen so zu aktivieren, damit Menschen zu mehr Gemeinschaftsfähigkeit und Eigenständigkeit gelangen. Dieses Projekt möchte dazu beitragen, dass Ressourcen erschlossen werden, Mädchen und junge Frauen persönlich bzw. gesellschaftlich bedingte Schwierigkeiten bewältigen können und Perspektiven für sich entdecken. Darüber hinaus sollen junge Frauen durch die Begleitung individuell und präventiv gestärkt werden.

Dass Mentoring in der Wirtschaft, der Politik und im Bildungssektor Anklang findet hat vielfältige Gründe. Danach zu forschen, welches Potenzial und welche Chancen es auch für die Soziale Arbeit und ihr Klientel hat, ist lohnenswert.

3. Aufbau der Arbeit

Um einen Einblick in die Lebenssituation junger Frauen zu gewinnen, beschäftigt sich das erste Kapitel dieser Arbeit mit der Lebensphase Postadoleszenz. Es geht darum, wie die Lebensphase entstanden ist und welche gesellschaftlichen Entwicklungen dazu beigetragen haben, dass sich der standardisierte Lebenslauf langsam auflockert und sich zwischen den Lebensphasen Jugend und Erwachsenenalter ein Lebensabschnitt herauskristallisiert hat. Im weiteren Verlauf behandelt die vorliegende Arbeit die drei charakteristischen Merkmale dieser Lebensphase: Die Verselbständigung im sozialen, ökonomischen und kulturellen Bereich.

Im darauf folgenden Kapitel sollen die Rolle der Frau, ihr Wandel und die damit verbundenen veränderten Anforderungen im Vordergrund stehen. Junge Frauen stehen zunehmend vor der Herausforderung, eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen, in Bezug auf Beruf und Familie einen eigenen Standpunkt zu vertreten und sich mit den eigenen Vorstellungen und Bedürfnisse auseinanderzusetzen. Darüber hinaus wird von jungen Frauen verlangt, sich mit ihrer Rolle als Frau bzw. der Identität und dem eigenen Selbstverständnis zu beschäftigen.

Das sechste Kapitel handelt davon, wie Menschen Anforderungen, Stress und Lebensereignisse bewältigen und welche Bewertungsprozesse dabei in einer Person vorgehen. Dabei soll besonders auf kritische Lebensereignisse und ihr Bedeutung eingegangen werden. Um ein besseres Verständnis für die Bewältigungsprozesse und ihre Auswirkungen zu erhalten, geht es im Folgenden darum, dass Bewältigung nicht nur das Meistern einer Situation bedeutet, sondern Bewältigung auch destruktive Formen und Resultate haben kann. Anschließend wird die Wirkung von Ressourcen näher erläutert und welchen Einfluss sie auf die Bewältigungsprozesse haben.

Im folgenden Kapitel wird das Projekt *anna & marie* und seine Konzeption dargestellt. Da es sich dabei um ein Mentorinnenprojekt handelt, geht es im zweiten Abschnitt um Mentoring, dessen Ursprung und Ziele. Des Weiteren wird hier die Rolle der Mentorin beschrieben und von was die Mentoring-Beziehung gekennzeichnet ist. Der darauf folgende Abschnitt handelt von dem personenzentrierten Ansatz nach Rogers und macht deutlich, um welche Grundhaltung und welches Menschenbild es ihm in der Begegnung mit anderen Menschen geht und wie dies mit *anna & marie* zusammenhängt.

Nach diesem ausführlichen Theorieteil und der Begründung der erkenntnisleitenden Forschungsfrage beginnt der empirische Teil der Arbeit. Zunächst wird die Konzeption der Untersuchung vorgestellt und was in Bezug auf die Forschung geplant wurde. Dabei wird als Erhebungsinstrument das problemzentrierte, leitfadengestützte Interview vorgestellt und die damit verbundenen Überlegungen erläutert. Danach steht die empirische Umsetzung im Fokus und welche Themenblöcke der Leitfaden weshalb beinhaltet. Anschließend wird auf den Kommunikationsstil und die Vorgehensweise im Interview eingegangen und darauf, wie die Interviewpartnerinnen ausgewählt wurden.

Die Datenerhebung befasst sich mit der konkreten Durchführung der Interviews, wie die Kontaktaufnahme verlief und was an den Interviewsituationen besonders war. Danach werden die einzelnen Fallskizzen von den Interviewpartnerinnen beschrieben und auf die Besonderheiten der Einzelfälle eingegangen. Nach der Beschreibung der Transkription wird die qualitative Inhaltsanalyse von Mayring erläutert, nach der in der folgenden Auswertung vorgegangen wird. Nach der Auswertung erfolgt die Ergebnisdarstellung und Hypothesenbildung.

Am Ende der Arbeit werden anhand der Erkenntnisse Schlussfolgerungen, einerseits für das Projekt und andererseits für die Soziale Arbeit, gezogen. Ein Ausblick rundet die Arbeit schließlich ab.

I. THEORETISCHER TEIL

4. Die Postadoleszenz – zwischen Jugendphase und Erwachsenenalter

Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter gewinnt derzeit immer mehr an Aufmerksamkeit. Für diese Übergangsphase hat sich in der Pädagogik und auch bei einigen Soziologen der Begriff der sogenannten *Postadoleszenz* eingebürgert.¹ Um ein besseres Verständnis für diese spezifische Statuspassage zu bekommen, ist es notwendig, die Funktion und Bedeutung des gesamten Lebenslaufs zu verstehen. Aus diesem Grund werden im ersten Teil dieses Kapitels die für die Arbeit wichtigsten Elemente der soziologischen Lebenslaufforschung dargestellt und folgende Frage beantwortet: Wie und wodurch ist diese Lebensphase entstanden? Im zweiten Teil des Kapitels geht es um die charakteristischen Entwicklungen im Übergang vom Jugendlichen zum Erwachsenen und um die Aufgaben, die es in der Statuspassage bzw. Lebensphase *Postadoleszenz* zu bewältigen gilt.

4.1 Die Entstehung der Postadoleszenz

Bei der Entstehung dieser Lebensphase ist es zunächst wichtig, grundsätzlich zu fragen, was einen Lebenslauf kennzeichnet, welche Funktion er hat und welche Rahmenbedingungen und gesellschaftlichen Prozesse einen Wandel einleiten. Um die Entwicklung der Postadoleszenz besser zu verstehen, müssen die derzeitigen gesellschaftlichen Modernisierungsprozesse und ihre Auswirkungen auf den modernen Lebenslauf berücksichtigt werden.

4.1.1 Der Lebenslauf im Wandel

Die ‚Institutionalisierung des Lebenslaufes‘ von Martin Kohli² ist eines der bedeutendsten Konzepte der letzten Jahrzehnte. Dieser These nach ist der Lebens(ver)lauf keine individuelle und persönliche Angelegenheit, sondern eine ‚soziale Tatsache‘, eine ‚soziale Konstruktion‘, die durch die jeweilige Gesellschaft und ihre Institutionen wie Schule, Beruf oder Altersnormen festgelegt werden.³ Das Individuum ist bei der Gestaltung seines Lebenslaufs daher in einen engen gesellschaftlichen Kontext eingebunden. Das heißt, es stehen beim Lebenslauf keine individuelle Biographien im Vordergrund, sondern kollektive Erfahrungen und Ereignisse. Der Lebenslauf stellt ein Ablaufmuster an Übergängen von einer Lebensphase zur anderen dar, in denen je nach Phase bestimmte Ereignisse

¹ Vgl. Vaskovics 1997, S.143 und Heinz 2001, S.159

² Die nachfolgenden Ausführungen sind aus dem Aufsatz: Kohli 1985: Die Institutionalisierung des Lebenslaufes, zusammengefasst von Dommermuth 2008, S.21ff

³ Anmerkung: Die Biographie hingegen beinhaltet im Gegenteil zum Lebens(ver)lauf genau diesen individuellen bzw. subjektiven Aspekt. Im Lebenslauf als objektives Rahmenkonstrukt gestaltet jeder Mensch individuell seine Lebensgeschichte.

vorkommen, Entwicklungsaufgaben bewältigt und Rollen eingenommen werden. Diese sind vom sozialen Alter, welches jede Gesellschaft und Zeitepoche für sich definiert, abhängig und nur bedingt vom biologischen Alter.

„Alle bekannten Gesellschaften strukturieren, klassifizieren und organisieren ihre Mitglieder nach natürlichen Merkmalen.“¹ Damit hat der Lebenslauf seit jeher die Funktion, eine Gesellschaft zu ordnen und den Mitgliedern gesamtgesellschaftlich (objektiv) und persönlich (subjektiv) Orientierung zu geben. Da den verschiedenen Lebensaltern unterschiedliche Rollen zugeschrieben werden, integriert der Lebenslauf die einzelnen Mitglieder ihrem Lebensalter entsprechend und hat darüber hinaus Auswirkungen auf das Verhalten und die Handlungsmöglichkeiten der Menschen. Ein weiteres Merkmal des Lebenslaufes ist die identitätsstiftende Wirkung der Lebensalter, wie Kindheit oder Jugend. Demnach sind die Lebensalter „ebenso wie Geschlecht eine Grunddimension des menschlichen Daseins.“²

Um einen Eindruck zu bekommen welchem Wandel sich der Lebenslauf unterzieht und bereits unterzogen hat, lohnt es sich, einen kurzen Blick zurück in die Geschichte zu werfen. In der vorindustriellen Gesellschaft gab es keine gesellschaftliche Abgrenzung der Lebensphase ‚Kind‘ von der des Erwachsenen. Junge und alte Menschen lebten unter einem Dach und hatten nahezu gleiche Aufgaben und Beschäftigungen im Tagesablauf. Das Kind war eine ‚Miniaturausgabe‘ des Erwachsenen. Zwar hatte es die Jugend als eine Phase der biologischen und psychologischen Entwicklung zwischen Kind und Erwachsenen immer schon gegeben, jedoch wurde den verschiedenen Veränderungen weniger Bedeutung beigemessen, als es heute der Fall ist. Mit der Industrialisierung trennten sich langsam die Handlungsbereiche von Kindern und Erwachsenen. Der entscheidende Schritt zu einer eigenen und abgegrenzten Lebensphase war damit vollzogen.³

Abbildung 1: Lebenslauf ⁴



Sozialhistorische Analysen von ARIES zeigen, dass noch um 1900 ‚Jugend‘ als eine eigene Phase im menschlichen Lebenslauf nicht bekannt war und sich erst danach allmählich herauskristallisiert hat.⁵ Erst seit der Nachkriegszeit und mit Beginn der Industrialisierung wurde Jugend als eigenständige Lebensphase vor allem dadurch freigesetzt, dass das Bildungswesen in den 60er Jahren ausgeweitet und über die Klassen vereinheitlicht wurde.⁶

¹ Pieper 1978, S.53

² Rosenmayr 1978, S.11, zitiert in: Biendarra 2005, S. 63

³ Hurrelmann 1994, S.19 und Böhnisch 1997, S.87 ff

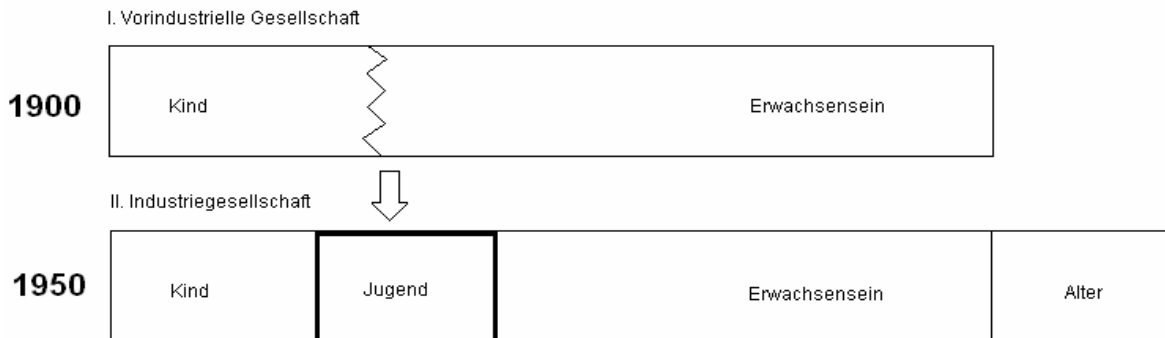
⁴ Abbildung 1 ‚Lebenslauf‘ in Anlehnung an Vaskovics 1997, S.142 und Hurrelmann 1994, S.17

⁵ Hurrelmann 1994, S.19 und Böhnisch 1997, S.87 ff

⁶ Vgl. Gaiser 1990, S.184

Dazu kam, dass die beruflichen Anforderungen so komplex wurden, dass hierfür eine gezielte Ausbildung der Fähigkeiten und Fertigkeiten von Jugendlichen und eine berufsschulische Ausbildung notwendig wurden. Das bedeutet, dass eine Vorbereitungsphase für den Erwachsenenstatus, der sich mehr und mehr um die Erwerbstätigkeit zentrierte, zunehmend notwendig wurde. Aufgrund dieser Entwicklungen differenzierte sich „eine neue Phase im menschlichen Lebenslauf aus, nämlich die Jugendphase.“¹

Abbildung 2: Lebenslauf²



Der Lebenslauf in modernen Gesellschaften ist um das Erwerbsleben herum organisiert und durch eine einheitlichen Erwerbsphase sowie (relativ) einheitliche Vor- und Nachphasen gekennzeichnet. In diesem Zusammenhang spricht KOHLI von der Dreiteilung in Vorbereitungs-, Aktivitäts-, und Ruhephase.³ Die *Vorbereitungsphasen* auf den Beruf werden somit Kindheit und Jugend mit den Hauptinstitutionen Schule und Ausbildung, worauf nach der *Aktivitätsphase* im Arbeitsleben die *Ruhephase* erfolgt. Dieser ‚Normallebenslauf‘ mit seinen typischen Ereignissen⁴ und Übergängen führte mehr und mehr zur Standardisierung dieser Dreiteilung.

4.1.2 Individualisierung und die Destandardisierung des Lebenslaufes

Die Frage die sich derzeit stellt ist, ob der derzeitige ‚Normallebenslauf‘, sprich die typische Abfolge der Lebensphasen Kindheit, Jugend, Erwachsenenalter und hohes Alter so bleibt oder sich nicht auch wieder ändert. Damit würden sich auch spezifische ‚Entwicklungsaufgaben‘ bzw. Rollen und soziale Anforderungen verändern. Vermutlich wird es sich dabei um keinen radikalen Wandel oder eine Auflösung handeln, sondern vielmehr um fließende Verschiebungen innerhalb des Lebenslaufs. In diesem Zusammenhang ist es notwendig, die gesellschaftlichen Veränderungen des 20. und 21. Jahrhundert zu betrachten, um darüber eine Aussage treffen zu können.

¹ Hurrelmann 1994, S.20

² Abbildung 2: ‚Lebenslauf‘ in Anlehnung an Vaskovics 1997, S.142 und Hurrelmann 1994, S.17

³ Vgl. Kohli 1985, S.3 zitiert in Dommersmuth 2008, S.23

⁴ Anmerkung: Zu diesen Ereignissen gehören nach Dommermuth zum Beispiel die schulische Ausbildung, der Berufseintritt, die berufliche Karriere, die Heirat, die Elternschaft, die Großelternschaft und die Pensionierung.

Ulrich BECK (1986), der bekannteste Vertreter der Individualisierungsthese, stellte Ende des 20. Jahrhundert fest, dass die meisten westlichen Gesellschaften einen enormen Zuwachs an materiellem Wohlstand, Bildung und sozialer Sicherheit erfuhren. In fast allen Bereichen des Berufs- und Alltagslebens wurden daraufhin ältere Orientierungsmuster und in sich stabile Lebensformen, wie die lebenslange Arbeit im gleichen Beruf, die lebenslange Partnerschaft in der Ehe oder die Identifikation mit dem Herkunftsort zunehmend in Frage gestellt und scheinbar entbehrlich. BECK sprach in diesem Zusammenhang von der ‚Enttraditionalisierung‘, sprich der Freisetzung und Herauslösung des Menschen aus traditionellen, familiären, beruflichen und kulturellen Bindungen.¹ Seine Frau war ähnlicher Ansicht und formulierte für die anbrechende Zeit, die den Individuen immer größere Sicherheit im Bezug auf das Leben zu bieten schien:

„In der individualisierten Gesellschaft muss der Einzelne (...) lernen, sich selber als Handlungszentrum, als Planungsbüro im Bezug auf seinen eigenen Lebenslauf, seine Fähigkeiten, Orientierungen, Partnerschaften, usw. zu begreifen. Wo der Lebenslauf nicht mehr Schicksal ist, sondern eher ein Möglichkeitsspielraum, da werden neue Fähigkeiten und Denkmuster verlangt.“²

Stabile Normen haben sich aufgelöst, traditionelle Bindungsmuster ihren Stellenwert verloren. Im Zuge der Individualisierung ergeben sich somit große Optionsspielräume, das eigene Leben zu gestalten. Selbstfindung und Selbstverwirklichung werden zu den Aufgaben der Moderne, die jeder Mensch auf seine Weise lösen muss.³ Damit hat die Institution ‚Lebenslauf‘ einen Teil ihrer Entlastungs- und Orientierungsfunktion verloren und die Gestaltung des Lebens wird immer mehr als Leistung des Einzelnen verstanden. Das Individuum muss sich sozusagen seine Orientierung selbst schaffen und ist wahllos vor die Aufgabe gestellt, sein Leben selbst zu entwerfen. Jeder Einzelne ist somit vor die Herausforderung gestellt, eine Vielzahl von Entscheidungen zu treffen und sie zu verantworten.

Diese Entwicklungen der letzten Jahrzehnte deuten darauf hin, dass der standardisierte Lebenslauf an einigen Stellen aufweicht und sich die Lebensalter, ihre Anforderungen und Rollen verändern. Auch KOHLI (1985) erkannte ähnlich wie BECK einen dramatischen Wandel im familiären und beruflichen Bereich. Damit wurde der ‚Normallebenslauf‘ brüchig, was KOHLI mit dem Begriff der ‚De-Standardisierung‘ beschreibt.⁴ Auch DOMMERMUTH (2008) kommt in neuerer Zeit zum dem Ergebnis: „Das Zusammenspiel zwischen sozialen Merkmalen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen führt letztlich zu einer Weiterentwicklung der Lebenslauftheorie“⁵ und damit derzeit zum erneuten Wandel des standardisierten Lebenslaufs.

¹ Vgl. Beck 1989, S.132

² Beck-Gernsheim 1998, S.61

³ Vgl. Mies 1991, S.7

⁴ Vgl. Kohli 1985, S.22, zitiert in Dommermuth 2008, S.30

⁵ Dommermuth 2008, S.30

4.1.3 Auswirkungen gesellschaftlicher Modernisierungsprozesse auf den klassischen Lebenslauf

Der klassische Lebenslauf scheint sich derzeit zu wandeln. Im Zuge der verschiedenen Entwicklungen ist es zu einer ständigen Ausdehnung der Lebensphase Jugend gekommen.¹ Während Kinder ihre Entwicklungsaufgaben früher abgeschlossen zu haben scheinen und früher ins Jugendalter eintreten,² verbleiben Jugendliche länger in ihrer Lebensphase. Dies hat gründet darin, dass die Anforderungen, die sie für den Eintritt ins Erwachsenenalter qualifizieren, gestiegen sind und mehr Zeit benötigen. Seit den achtziger Jahren hat sich durch die Verlängerung der Bildungs- und Ausbildungsdauer der Übergang von Jugendlichen in den Erwachsenenstatus immer mehr verzögert.³ Das hängt vor allem damit zusammen, dass die Voraussetzungen im Berufsleben mit den Anspruch nach systematischer beruflicher und (hoch-)schulischer Ausbildung gestiegen sind.⁴ Je nach Biographie verwirklichen Jugendliche ihre spezifischen Entwicklungsaufgaben⁵, wie den Aufbau von sozialen Beziehungen, die Entwicklung eines Werte- und Normensystems, die Akzeptanz des veränderten Körpers, die Abnabelung von den Eltern und die Entwicklung von Kompetenzen, die auf Dauer zu einer ökonomischen Selbständigkeit befähigen, sowie die Entwicklung einer Identität, sehr unterschiedlich. Manche Entwicklungsaufgaben werden sehr früh im Jugendalter erfüllt, manche sogar erst über die Volljährigkeit hinaus.

Die Erfüllung der Entwicklungsaufgaben schafft die Voraussetzung für den Eintritt in die nächste Lebensphase mit den verschiedenen Statuspassagen. Doch der Eintritt ins Erwachsenenalter ist wie das Ende der Jugend sehr flexibel. Laut älterer soziologischer Definitionen waren die Erwerbstätigkeit und die Familiengründung zentrale Bestandteile des Erwachsenenalters.

„In Abgrenzung gegenüber (...) Erwachsenen lassen sich Jugendliche also als diejenigen definieren, welche mit der Pubertät die (...) Geschlechtsreife erreicht haben, *ohne mit Heirat und Berufsfindung* in den Besitz der allgemeinen Rechte und Pflichten gekommen zu sein, welche eine verantwortliche Teilnahme an wesentlichen Grundprozessen der Gesellschaft ermöglichen.“⁶

„Der vollständige Status des Erwachsenen hingegen wird über Berufstätigkeit, die Gründung eines eigenen Haushalts und erfolgte Familienbildung definiert.“¹

Der Eintritt ins Berufsleben und die Heirat bzw. Geburt des ersten Kindes markierten damit die entscheidenden Statuspassagen in Erwachsenenalter. Diese Definition ist jedoch mittlerweile zu eng an die beiden Statuspassagen geknüpft.

¹ Vgl. Hurrelmann 1994, S.22

² Vgl. Heinz 2001, S. 158.

³ Vgl. Heinz 2001, S. 159.

⁴ Vgl. Hurrelmann 1994, S.22

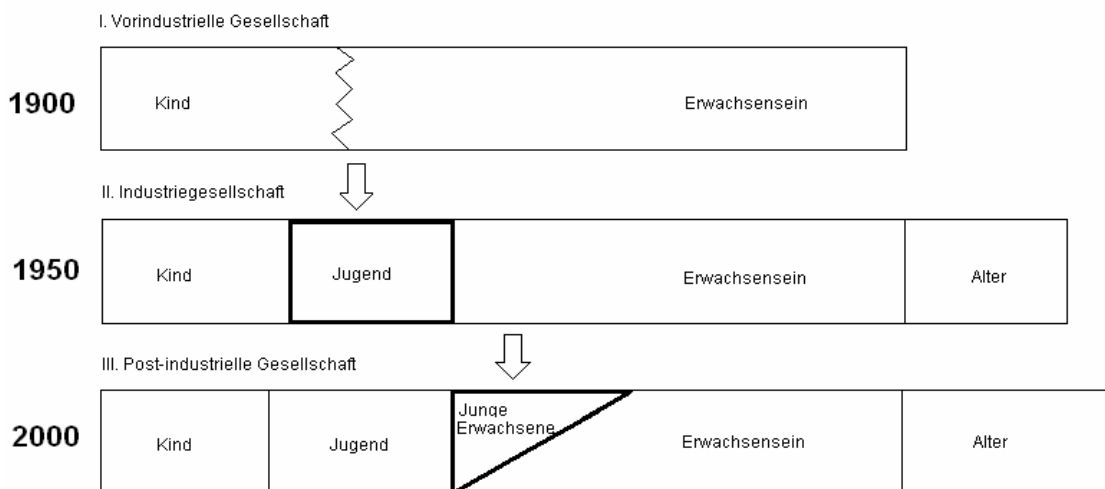
⁵ Vgl. Helfferich 1995, S.150 und Haberlandt 1995, S.91

⁶ Neidhardt 1972, S.20 zitiert in Dommermuth 2008, S.36

Im Zuge der Arbeitsmarktkrise und der Pluralisierung der Gesellschaft und der Lebensformen im Erwachsenenalter müsste konsequenterweise fragt werden, ob man mit der Scheidung oder bei Arbeitslosigkeit wieder zum Jugendlichen wird. Das zweite Problem ist, dass diese Statuspassagen meist nicht mehr parallel zueinander verlaufen, sondern wenn überhaupt, Beruf und Familie oft zeitlich versetzt.² Der dritte Kritikpunkt der klassischen soziologischen Definition bezieht sich auf die Geschlechterunterscheide. Es ist offensichtlich, dass weder KOHLI in seiner Dreiteilung noch NEIDHARDT den typisch weiblichen Lebenslauf berücksichtigt hat. Eine moderne Definition zum (Übergang ins) Erwachsenenalter muss demnach mehrere Ebenen berücksichtigen. Daher könnte das neue Ziel im Erwachsenenalter lauten: auf der Grundlage einer gesicherten ökonomischen und sozialen Existenz den eigenen Platz in der Gesellschaft zu finden.³

Es gibt mittlerweile zunehmend junge Menschen, die entweder sozial *oder* ökonomisch selbständig sind, jedoch beides noch nicht realisieren konnten. Der immer spätere Eintritt in die soziale *und* ökonomische Selbständigkeit lassen die *Postadoleszenz*, auch *junge Erwachsene* genannt, als Übergangsphase im Lebensverlauf, die dem Erwachsenenstatus nahe kommt, entstehen:

Abbildung 3: Lebenslauf⁴



Diese Lebensphase ist zu Beginn der neunziger Jahre des letzten Jahrhunderts in den modernen Lebenslauf hinein genommen worden. Hintergrund hierfür ist der Trend, dass die ökonomische Unabhängigkeit durch die eigene Erwerbstätigkeit erst spät erreicht wird. Diese häufig anzutreffende Zusammensetzung lässt die Situation junger Erwachsener zu einer modernen Realität werden.

¹ Junge 1995, S.10

² Vgl. Dommermuth 2008, S.36

³ Vgl. Dommermuth 2008, S.32

⁴ Abbildung 3: ‚Lebenslauf‘ in Anlehnung an Vaskovics 1997, S.142 und Hurrelmann 1994, S.17

4.2 Definition und charakteristische Entwicklungen in der Postadoleszenz

Die Postadoleszenz stellt einen Zeitraum im Lebenslauf dar, der von zahlreichen Veränderungen, weit reichenden Entscheidungen und zu bewältigenden Aufgaben gekennzeichnet ist. Besonders bedeutsam für diesen Entwicklungsabschnitt ist die gegenüber der Jugend deutlich zunehmende Übernahme von Verantwortung in ganz unterschiedlichen Lebensbereichen.

Während viele Autoren von einer Zeitspanne¹ sprechen sieht JUNGE das Ende der Jugendphase bzw. den Beginn des jungen Erwachsenenalters, sobald entweder die soziale oder ökonomische Verselbständigung erreicht ist.² Als vollständig erwachsen gilt man demnach, wenn man beide Teilprozesse verwirklicht hat, also die soziale *und* ökonomische Verselbständigung:

Abbildung 4: Definition von Jugendlichen, jungen Erwachsenen und Erwachsenen³

		Soziale Verselbständigung	
		abgeschlossen	unabgeschlossen
Ökonomische Verselbständigung	abgeschlossen	Erwachsene	<i>Junge Erwachsene</i>
	unabgeschlossen	<i>Junge Erwachsene</i>	Jugendliche

Im Folgenden werden die beiden Verselbständigungsbereiche näher erläutert und die entscheidenden Übergangereignisse herausgearbeitet. Zu diesen beiden objektiven Prozessen kommt laut JUNGE und VASKOVISCS⁴ eine subjektive Ebene hinzu, die kulturelle Verselbständigung¹.

4.2.1 Ökonomische Verselbständigung

Ökonomische Selbständigkeit wird dann erreicht, wenn man dauerhaft nicht mehr auf die finanzielle Hilfe der Eltern angewiesen ist, um sein Leben zu meistern. Der eindeutigste Weg ist der Berufseinstieg und das damit verbundene eigene Gehalt. Dennoch gibt es weitere Möglichkeiten, ohne einen Beruf ökonomisch unabhängig von den Eltern zu sein, zum Beispiel durch staatliche Transferleistungen oder die gemeinsame Haushaltsführung mit

¹ Anmerkung: Diesen Zeitspanne genau zu erfassen ist sehr schwierig, da unterschiedliche Autoren von sehr unterschiedlichen Altersgrenzen ausgehen. Ganz grob könnte sich dieser Lebensabschnitt zwischen 18 und 29 Jahren einordnen lassen. Vergleiche dazu: Krampen & Reichle 2002, S. 319 und Vaskovics 1997, S.144

² Vgl. Junge 1995, S.13

³ Junge 1995, S.14

⁴ Anmerkung: Obwohl Vaskovics andere Begrifflichkeiten verwendet, so ähneln sich die Konzepte der beiden Autoren. Vaskovics spricht wie Junge ebenfalls von der sozialen und ökonomischen Verselbständigung, nennt sie jedoch soziale und ökonomische Ablösung. Die kulturelle Verselbständigung bei Junge heißt in Vaskovics Konzept die ‚affektive Ablösung‘. Gemeint ist dasselbe. Die rechtliche Ablösungsdimension von Vaskovics, sprich die Volljährigkeit ist bei Junge kein gesonderter Aspekt. Jedoch ist er in diesem Zusammenhang erwähnenswert, da das Erwachsenenalter nicht ohne die Volljährigkeit und damit verbundene Geschäftsfähigkeit erreicht werden kann. Die letzte Dimension, die Haushaltsablösung wird im Folgenden unter die soziale Selbständigkeit gefasst.

einem Partner.² Hiermit wird man zum ersten Mal vielen Hausfrauen und Arbeitslosen gerecht, die so gesehen bislang alle keinen Erwachsenenstatus erreicht hatten. Die finanzielle Eigenständigkeit ist ein wichtiger Schritt in die Unabhängigkeit und in ein eigenverantwortliches Leben. Diese finanzielle Ablösung bedeutet für jeden Postadoleszenten, dass er die Herausforderung annimmt, sich vom Jugendlichen hin zum Erwachsenen weiterzuentwickeln und nicht mehr auf die Eltern angewiesen ist. Diese Entscheidung verändert auch das Selbstbild des jungen Erwachsenen und er lernt dadurch, Verantwortung zu übernehmen. Hinzu kommt, dass sich damit seine Perspektive grundlegend verändert. Während zuvor in der Jugendphase eher kurzfristige Perspektiven eine Rolle gespielt haben, verändert sich der Blick nunmehr hin zu langfristigen Perspektiven im Bezug auf unterschiedliche Lebensziele.

4.2.2 Soziale Verselbständigung

Der erste Schritt in diesem Prozess ist die Loslösung von der elterlichen Fremdbestimmung und der Aufbau eines eigenen sozialen Umfelds, das von der Herkunftsfamilie unabhängig ist. Indem ein junger Erwachsener aus dem Elternhaus auszieht und einen eigenen Haushalt mit oder ohne Partner gründet, verändert sich automatisch die Beziehung zu den Eltern. Durch den Auszug erlangt der Postadoleszent mehr Freiheit, Selbstbestimmung, Unabhängigkeit und Eigenständigkeit, aber auch Verantwortung und Pflichten.

Die verlängerte (Hochschul-)Ausbildung, steigende Wohnkosten und Jugendarbeitslosigkeit verstärken jedoch den Trend, dass junge Erwachsene wieder länger bei ihren Eltern wohnen. Diese Entwicklung wirkt einer vollkommenen Verselbständigung zwar entgegen, jedoch bestätigt sie die These, dass es immer mehr junge Erwachsene gibt, die in einem Bereich selbständig sind und im anderen noch nicht. Dies hat zur Folge, dass die Postadoleszenten lange Zeit nicht den Erwachsenenstatus erreichen und abhängig von ihren Eltern leben.

Ein weiterer Schritt im Prozess der sozialen Verselbständigung ist die feste Partnerschaft. Die Eltern rücken in den Hintergrund und der grundlegende Wunsch nach sozialer und emotionaler Anerkennung, nach Nähe, einem gleichwertigen Gegenüber und das Bedürfnis nach Sexualität wachsen und können in einer Partnerschaft erfüllt werden. Somit sind Partnerschaften und langfristige Lebensgemeinschaften Teil der sozialen Verselbständigung und Ablösung.¹ Konsequenterweise bedeutet dies, dass die soziale Selbständigkeit auch ohne Heirat oder Elternschaft erreicht werden kann. Dies ist wichtig zu benennen, da eine Eheschließung direkt nach dem Wegzug aus dem Elternhaus selten geworden ist. Genauso lässt sich beobachten, dass die Gründung einer Familie für weite Teile der jungen

¹ Junge 1995, S.129f

² Vgl. Dommermuth 2008, S.38

Erwachsenen an lebensbestimmender Kraft verloren hat. Vielmehr eröffnet sich jungen Erwachsenen zunehmend Experimentierräume hinsichtlich Partnerschaft und Lebensformen: Beziehung ohne Trauschein, alternative Wohn- und Lebensgemeinschaften, usw. Vormalig stabile und berechenbare Strukturen von Lebensläufen und Lebensperspektiven sind für junge Erwachsene zunehmend weniger von Bedeutung.²

4.2.3 Kulturelle Verselbständigung

Bei der kulturellen Verselbständigung, die bei VASCOVIKS die affektive Ablösung genannt wird, geht es unabhängig von der objektiven Ablösung um die *subjektive* Selbstwahrnehmung des jungen Menschen, also, ob er sich reif, abgelöst, selbständig, erwachsen oder jugendlich *fühlt*. Von Bedeutung ist demnach nicht, was andere darüber sagen, wer man ist, sondern welches Gefühl man im Bezug auf seine Lebensphase wahrnimmt und welches Bild man von sich selbst hat. Darüber hinaus geht es in der kulturellen Verselbständigung um die zunehmende Herausbildung persönlicher Ziele in Bezug auf sich und seinen Standpunkt in der Gesellschaft.¹ Immer mehr muss der junge Erwachsene seine Verantwortung als Staatsbürger und Teil der Gesellschaft wahrnehmen, indem er sich sozial engagiert, politisch bildet und zumindest als Wahlberechtigter Einfluss auf die Politik nimmt.

4.3 Fazit

Ob die Postadoleszenz nun tatsächlich eine neue ‚Lebensphase‘ ist oder nicht, wird von Soziologen bis heute sehr kontrovers diskutiert. Entscheidend ist die Beobachtung, dass der Übergang vom Jugend- zum Erwachsenenalter eine neue Gewichtung im Lebenslauf erhalten hat und Schwierigkeiten und Verlängerungen beim Eintritt ins Erwachsenenalter die Situation junger Erwachsener zu einer modernen Realität haben werden lassen.

Ganz offensichtlich ist die Postadoleszenz von enormer Bedeutung für das weitere Leben und stellt jeden jungen Erwachsenen vor schwierige Aufgaben und Entscheidungen, deren Bewältigung gelingen oder scheitern kann. Im weiteren Verlauf der Arbeit geht es nun im Speziellen um die *Postadoleszentinnen*. Denn vermutlich mehr als männliche Postadoleszenten stehen jungen Frauen vor der Herausforderung ihre (Doppel-) Identität bzw. Rolle zu finden und sich in einer Multioptionsgesellschaft zurechtzufinden.

¹ Vgl. Dommermuth 2008, S.41

² Vgl. Gaiser 1990, S.182f

5. Die Veränderung der weiblichen Geschlechterrolle und ihre Auswirkungen für junge Frauen in schwierigen Lebenslagen

Im Projekt *anna & marie* werden Mädchen und junge Frauen begleitet, die sich in einer schwierigen Lebenslage befinden und die sich mit kritischen Lebensereignissen auseinandersetzen müssen. Um ein besseres Verständnis für ihre Lebenssituation zu bekommen und zu begreifen, mit welchen Ereignissen sie konfrontiert sind, ist es notwendig, sich mit dem Wandel der Frauenrolle und mit den Chancen und Herausforderungen, die sich daraus ergeben können, zu beschäftigen. Denn zu den kritischen Lebensereignissen, in denen sich die jungen Frauen befinden, kommen Anforderungen hinzu, die sie meistern und bewältigen müssen.

5.1 Die Rolle der Frau im Wandel

Im Zuge der Individualisierung hat sich auch für Frauen eine Vielfalt an Möglichkeiten eröffnet, ihr Leben zu gestalten. Die einst herrschenden Idealbilder von Familie, Ehe und Hausarbeit verschwimmen langsam und es bilden sich neue Formen des Zusammenlebens und der Erwerbstätigkeit. Die Möglichkeiten der Lebensgestaltung haben sich in der post-modernen Industriegesellschaft in den vergangenen Jahrzehnten rasch erweitert. Von der Geschäftsführerin bis hin zu Hausmann in Kochschürze ist alles möglich. Besonders durch die Verbesserung der Bildungschancen, die Liberalisierung der Sexualität und die Veränderung in den Partnerbeziehungen haben Frauen insgesamt mehr Entfaltungsfreiräume erhalten. „Zahlreiche empirische Studien der letzten Jahre belegen die Umbrüche in der Lebenssituation der jüngeren Frauengeneration, den Wandel in ihren Lebensentwürfen und im eigenen Selbstverständnis, die veränderten Anforderungen an Lebensführung und Lebensplanung.“²

Sowohl in der Gestaltung der alltäglichen Lebensführung wie in der biographischen Planung des eigenen Lebenslaufs ist die jüngere Frauengeneration mehr als jede Frauengeneration vor ihr mit der Frage konfrontiert, wie sie in einer Welt leben soll, in der alles, was früher vorgegeben oder traditionsgebunden war, nunmehr in gewissem Sinne gewählt oder entschieden werden muss.¹ Die Frage - wie soll ich leben? - fordert in gewisser Weise die intensive Auseinandersetzung mit verschiedenen, traditionellen und modernen Frauenbildern.

Dennoch führt die leichtgängige Formel der Individualisierung nicht automatisch für jede junge Frau zur absoluten Freiheit und unbegrenzten Wahlmöglichkeiten. In der Tat haben die

¹ Vgl. Junge 1995, S.129 und Vaskovics 1997, S.144

² Geissler/Oechsle 1998, S.185

gesellschaftlichen Wandlungsprozesse die Lebenssituation von jungen Frauen grundlegend verändert, jedoch müssen sie sich weiterhin mit Einschränkungen, „nachweisbar insbesondere im Bildungs- und Ausbildungssektor sowie im Berufsbereich“² konfrontiert sehen. Es wäre fatal zu glauben, dass die gestiegene Bildungsbeteiligung von Frauen ihnen automatisch unbegrenzte Berufs- und Entfaltungsmöglichkeiten eröffnen würde.

5.2 Veränderte Anforderungen an junge Frauen

Jede Krise oder zu bewältigende Aufgabe beinhaltet die Chance, zu wachsen oder das Risiko, an ihr zu scheitern. An junge Frauen werden heute in Ausbildung, Beruf, Familie und Beziehungen neue und weit reichende Anforderungen an ihre Kompetenzen und ihr Selbstverständnis gestellt. Die Notwendigkeit, individuelle Ziele zu entwerfen und das eigene Leben zu gestalten und zu bewältigen, ist für sie unabdingbar.³ Nutzen sie die Chancen, kommen sie ihren Zielen ein Stück näher. Scheitern sie jedoch an den Herausforderungen, hat es möglicherweise Folgen für die jungen Frauen.

5.2.1 Eigenverantwortung

In unserer Gesellschaft werden junge Frauen mit einer Vielzahl von Angeboten und Ansichten konfrontiert. Umso wichtiger ist es für sie, zu lernen, Entscheidungen zu treffen, ohne den Rat der Eltern oder anderer Bezugspersonen, und damit Verantwortung zu übernehmen. Es ist eine Herausforderung, sich für einen Weg, für einen Partner oder eine Berufsausbildung zu entscheiden, wenn es daneben noch eine große Auswahl an anderen Wegen, Partnern und Berufszweigen gibt. Die Schwierigkeit besteht darin, den eigenen Weg zu identifizieren und sich von bestehenden Leitbildern abzugrenzen. Dazu gehört auch die Bereitschaft, einen Fehler zu riskieren.

Die Auflösung biographischer Vorgaben macht eine aktive Gestaltung von Gegenwart und Zukunft notwendig.⁴ Ob gewollt oder ungewollt, junge Frauen stehen unter dem Zwang einer reflexiven Lebensführung, die ihnen weder die Gesellschaft noch das nähere Umfeld mehr abnehmen kann. Sie *müssen* somit eine Wahl treffen, sich festlegen, binden, verpflichten und sei es nur für eine bestimmte Zeit. Die Entscheidung und die sich daraus ergebende Konsequenz hat jede selbst zu verantworten. In diesem Zusammenhang kann Überforderung eine Folge für all diejenigen sein, die nicht in der Lage sind, sich mit den vielfältigen Optionen auseinander zu setzen und nicht fähig sind, bei jeder Entscheidung abzuschätzen, welches die ‚richtige‘ Wahl ist.

¹ Geissler/Oechsle 1998, S.10

² Fleißner 2002, S.78

³ Oechsle/Geissler 1996, S.21

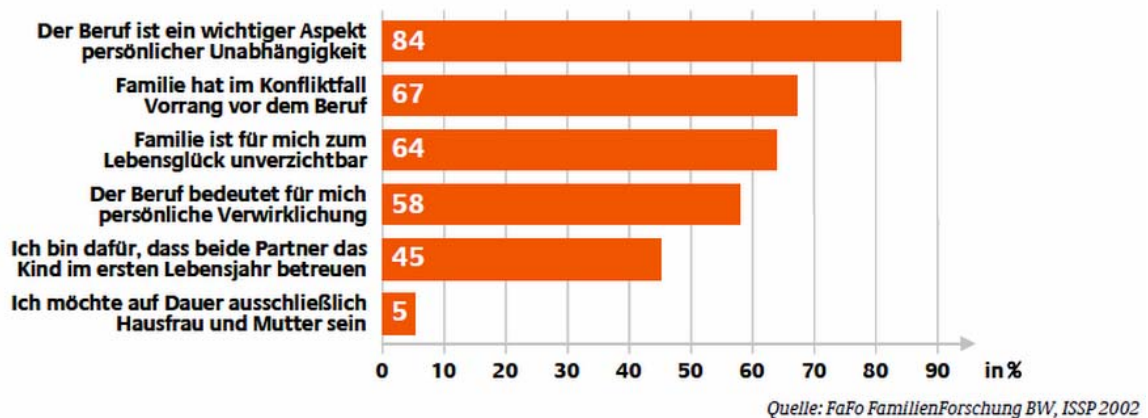
⁴ Vgl. Oechsle 1998, S.185

5.2.2 Berufliche Existenz

Durch die gesteigerten Bildungschancen nehmen immer mehr Frauen aktiv am Erwerbsleben teil. Das hat zur Folge, dass sich die Rolle der Frau sowohl in der Gesellschaft als auch innerhalb der Familie stark verändert hat und der Stellenwert des Berufs für junge Frauen als Basis für ihr künftiges Leben hoch ist.

Während 1988 noch fast die Hälfte der Männer und Frauen der Meinung waren, dass die Frau für den häuslichen und der Mann für den beruflichen Bereich zuständig sei, wünschen sich immer mehr Frauen, das Familienlebens partnerschaftlich zu gestalten.¹ Wie die folgende Abbildung zeigt, haben sich die Ansichten der Frauen über ihre Rolle als Mutter und Hausfrau verändert:

Abbildung 5: Was Frauen über Familie und Beruf denken²



Beruf und Familie sind für Frauen größtenteils selbstverständliche Bestandteile geworden. Einmal eine eigene Familie zu gründen, erscheint vielen jungen Frauen auf der Wunschebene fast ebenso selbstverständlich wie die Vorstellung, einen Beruf zu erlernen. Nur noch für fünf Prozent ist die Vorstellung, auf Dauer ausschließlich Hausfrau und Mutter zu sein, attraktiv. Das Problem ist jedoch zum einen, dass junge Frauen mit der Vereinbarkeit von Beruf und Familie nach wie vor strukturell allein gelassen sind und zum anderen, dass sie in vielen Bereichen des Berufsbildungs- und Berufssystems trotz vielfach besserer und höherer Bildungsabschlüsse immer noch benachteiligt werden.³

5.2.3 Soziale Beziehungen

Individualisierung bedeutet die Freisetzung von traditionellen Bindungen mit der Einbindung in neue Vergemeinschaftungsprozesse. Das bedeutet, das idealtypische Familienbild der bürgerlichen Kernfamilie mit Vater, Mutter und zwei Kindern ist brüchig geworden. Hohe Scheidungsquoten, eine wachsende Zahl an Singles und Alleinerziehenden gegenüber einer

¹ Vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren und Jugend 2007, S. 6

² Abbildung 5: ‚Was Frauen über Familie und Beruf denken‘ in: Bundesministerium für Familie, Senioren und Jugend 2007, S. 6

³ Vgl. King 2000, S.51

niedrigen Zahl der Neueheschließungen lassen vermuten, dass die ‚Kernfamilie‘ nur noch eine der Familienformen der Zukunft sein wird. Obwohl die Ehe damit ihre Monopolstellung verloren hat, hat die Paarbeziehung für junge Frauen nicht an Bedeutung verloren. Im Gegenteil, das langfristige Zusammenleben mit einem Partner steht neben dem Aufbau eines eigenständigen Lebens und einer beruflichen Existenz hoch im Kurs.¹ Auch in der Shell Studie 2006 äußern junge Frauen zum Thema Partnerschaft: „Der Beruf gehört selbstverständlich dazu, aber das Wunschbild von der Zukunft spiegelt eher eine Familienidylle.“²

Hinzu kommen der Wunsch und das Bedürfnis, Freundschaften und ein stabiles soziales Netz aufzubauen. Das gelingt jedoch nicht immer. Aufgrund wachsender Mobilität und hohen Ansprüchen an eine soziale Beziehung kommt es häufig vor, dass wenige die Erfahrung eines stabilen Freundeskreises machen, sondern eher von ‚Bekanntschaften‘ sprechen.

5.2.4 Identitätsentwicklung

Die Entwicklung einer eigenen Identität ist, wie bereits erwähnt, in der Jugendphase eine der zentralen Entwicklungsaufgaben. In der Jugendphase setzt sich der Jugendliche mit der Veränderung seines Körper, seiner Rolle und Anforderungen auseinander und fragt sich, wer er ist, was er kann und was er will. Doch die Suche nach sich selbst, ist mit dem Ende der Pubertät nicht abgeschlossen, sondern zieht sich hinein bis in die Postadoleszenz und sogar darüber hinaus. Sich ein System an Zielen, Werten und Überzeugungen anzueignen, mit denen man sich verbunden fühlt, ist ein Prozess der vor allem in der Lebensphase der Postadoleszenz noch einmal eine gewichtige Rolle einnimmt. Wie bereits erwähnt, müssen junge Erwachsene sich besonders in dieser Phase mit ihrer Zukunft, ihren Vorstellungen, langfristigen Perspektiven und Lebensformen auseinandersetzen, die sie sich größtenteils wählen können. Nach wie vor steht ein Teil der Identitätsfragen im Raum: Was kann ich und vor allem, was will ich?

Besonders im Zusammenhang mit der angesprochenen kulturellen Verselbständigung wird deutlich in welcher ‚Identitätskrise‘ sich junge Erwachsene befinden können, wenn sie selbst nicht wissen, ob sie zu den Erwachsenen gehören oder noch zu den Jugendlichen. Hier ist es umso wichtiger den Postadoleszenten, ähnlich wie den Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Senioren ihre Lebensphase zu beschreiben, mit ihrer spezifischen Rolle und den dazugehörigen Anforderungen, um Orientierung zu geben und sie bei der Identitätsfindung zu unterstützen.

¹ Vgl. Kreddi, B. 2007, S.380

² Vgl. Jugendwerk der Deutschen Shell 2006, S.268

6. Die Bewältigung von Anforderungen und kritischen Lebensereignissen

In einer Gesellschaft, der zunehmend einheitliche Ziele und Werte abhanden gekommen sind und die von einer Pluralisierung der Lebensstile gekennzeichnet ist, wird die Lebensgestaltung zu einem risikoreichen Unternehmen, bei dem sich das Individuum immer weniger auf vorgegebene Normen und Muster beziehen kann. Um ein besseres Verständnis dafür zu bekommen, wie der Mensch solche Herausforderungen und auch kritische Lebensereignisse bewältigt, ist es notwendig, zu erörtern, welche Coping- bzw. Bewältigungsstrategien der Mensch besitzt und wann er sie zum Einsatz bringt. Im *transaktionalen Erklärungsmodell* von Lazarus wird sehr anschaulich erklärt, durch welche Bewertungsprozesse der Mensch die Ereignisse, seine Ressourcen und damit die eigenen Bewältigungsfähigkeit einschätzt. Mit dem Blick auf dieses Modell werden im nächsten Abschnitt die kritischen Lebensereignisse näher erläutert, um ihre Bedeutung und ihr Ausmaß verstehen zu können. Daraufhin werden destruktive Bewältigungsergebnisse näher erläutert, was deutlich machen wird, dass der Versuch etwas zu bewältigen sowohl konstruktive als auch destruktive Folgen haben kann. Am Ende des Kapitels werden die Ressourcen und ihre Wirkung in den Mittelpunkt gestellt, da sie den Bewältigungsprozess und das Ergebnis in erheblichem Maße beeinflussen.

6.1 Coping Strategien

Das englische Wort *Coping* bzw. *to cope* bedeutet soviel wie ‚mit etwas fertig werden‘ und wird im Deutschen meist als *Bewältigung* bezeichnet oder als Auseinandersetzung mit belastenden Ereignissen oder Erlebnissen. Daher beschreibt FILIPP Coping als „jene Reaktion einer Person, die sie bei Konfrontation mit einer potentiell bedrohlichen oder belastenden Situation zeigt“ oder als „die Summe aller problemlösenden Anstrengungen einer Person, die sich in einer für sie bedeutsamen, gleichwohl ihre individuellen Anpassungskapazitäten überfordernden Lage befindet.“¹ Demnach werden unter Bewältigungsverhalten all jene Versuche verstanden, die Menschen bei belastenden Lebensereignissen oder bedrohlichen Anforderungen einsetzen, um mit ihnen umgehen zu können. Diese als *Copingstrategien* bezeichneten Prozesse stellen eine Art Selbstregulierungsmechanismus dar, die zum Beispiel Reaktionen wie Angriff oder Flucht, Selbstmitleid, Optimismus oder Verleugnung der Situation auslösen. LAZARUS unterscheidet drei Arten der Stressbewältigung, das problem-, emotions- und bewertungsorientierte Coping²:

Beim **problemorientierten Coping** geschieht die Bewältigung der Situation durch eine aktive Auseinandersetzung mit dem Stressor. Hier versucht die Person, durch eine Handlung oder auch durch Unterlassen von Handlungen ihre Problemsituation zu überwinden oder sich

¹ Filipp 1986, S.36

² Vgl. Schmid 2003, S.87

den Gegebenheiten anzupassen. Verhaltensweisen bei diesem handlungsbezogenen Coping sind sozialer Rückzug, Flucht, Kompensation, Entspannung oder aktives Vermeiden.

Anders beim **emotionsorientiertes Coping**. Hier geschieht die Bewältigung der Stresssituation auf der Gefühlsebene. Hierbei wird in erster Linie versucht, emotionale Gefühle abzubauen, die diese Situation, Anforderung oder dieses Ereignis ausgelöst haben, ohne sich mit der Ursache auseinanderzusetzen.¹ Wut, Trauer, Resignation, Hadern oder Optimismus sind beim emotionsbezogenen Coping Bewältigungsversuche.

Das **bewertungsorientierte Coping** bezieht sich auf kognitive Prozesse des Individuums und „kann zu kognitiver Umdeutung oder (Neu-) Einschätzung des Problems bzw. der Situation führen.“² Es beginnt mit einer logischen Analyse und das Individuum setzt sich gedanklich mit der Anforderung oder dem Erlebten auseinander.

6.2 Das transaktionale Stressmodell nach Lazarus

Das transaktionale Stressmodell nach LAZARUS grenzt sich von der Vielzahl anderer Erklärungsmodelle dadurch ab, da es Stresssituationen als komplexe Wechselwirkungsprozesse zwischen den Anforderungen der Situation und der handelnden Person mit ihren verfügbaren Ressourcen betrachtet. LAZARUS ging nämlich davon aus, dass nicht die Charakteristika oder Intensität der Reize bzw. Anforderungen für die Stressreaktion von Bedeutung sind, sondern die subjektive Bewertung und individuelle kognitive Verarbeitung durch den Betroffenen. Überforderung oder Stress entstehen daher weniger durch die Ereignisse selbst als vielmehr dadurch, wie diese subjektiv bewertet werden. Das bedeutet, dass jeder Mensch für ein stressauslösendes Erlebnis sehr unterschiedlich anfällig sein kann.

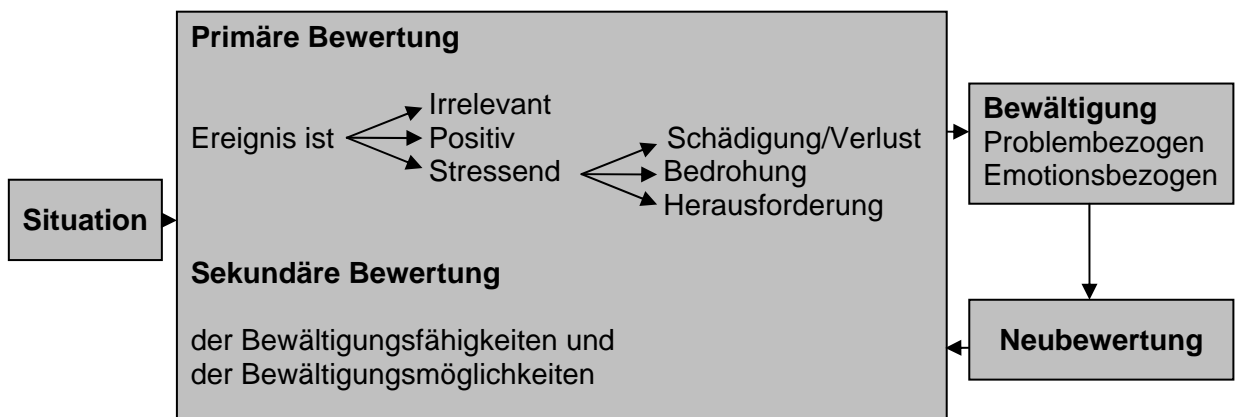
Grundlegend für das Ausmaß der Bewältigung bzw. des *Copings* ist die Beantwortung der Frage, ob das Individuum glaubt, eine Anforderung meistern zu können oder ob es annimmt, dass diese die eigenen Fähigkeiten übersteigt. Verschiedenste Ressourcen und Persönlichkeitsfaktoren wie ein stabiles Selbstbild und eine hohe Überzeugung, die Umwelt beeinflussen zu können, sind daher entscheidende Merkmale bei der Entstehung des Stressempfindens. Nach seinem Erklärungsmodell wird jede neue oder unbekannte Situation in drei Phasen³ kognitiv bewertet:

¹ Vgl. Zimbardo & Gerrig 2008, S.480

² Maletzki & Stegmeyer 2008, S.34

³ Vgl. Filipp 1990, S.212

Abbildung 6: Transaktionales Stressmodell nach Lazarus



6.2.1 Primärbewertung

In einem primären Bewertungsprozess wird ein Ereignis zunächst subjektiv eingeschätzt, ob es in Bezug auf das Wohlbefinden irrelevant, angenehm positiv oder stressrelevant ist. Bei stressrelevanten Situationen erfolgt subjektiv eine weitere Differenzierung in drei Kategorien: Je nach Einschätzung kann der Reiz als schädigend, bedrohend oder als herausfordernd wahrgenommen werden.¹ Die Ergebnisse der ersten Einschätzung fließen in die zweite, die *Ressourceneinschätzung*² ein.

6.2.2 Sekundärbewertung

Bei der Sekundärbewertung werden die zur Verfügung stehenden Ressourcen und die eigenen Fähigkeiten daraufhin bewertet, wie sie zur Bewältigung der Situation genutzt werden können. Nicht mehr allein das Wohlbefinden ist nun entscheidend, sondern die Einschätzung der subjektiven Ressourcen, die zu einer erfolgreichen Bewältigung der Bedrohung, der Schädigung oder Herausforderung beitragen können. Kommt die Person zu dem Ergebnis, dass sie alle nötigen Fähigkeiten besitzt, die Situation zu bewältigen, wird das Stressniveau sehr gering ausfallen. Fehlen aber entscheidende Ressourcen, steigt das Stressniveau an und die Person erwartet eine negative Konsequenz. Bei diesem sekundären Bewertungsprozess spielen subjektive Deutungen eine große Rolle.¹ An dieser Stelle wird nun eine Bewältigungsstrategie entworfen. Dieser Umgang und die Auseinandersetzung mit einer Bedrohung wird *Coping* genannt.

6.2.3 Neubewertung

Nach dem Coping kommt es zur Neubewertung der vorliegenden Situation. Hier werden die äußeren und inneren Bedingungen erneut reflektiert, die ursprüngliche Situation noch einmal

¹ Vgl. Schmid 2003, S.56

² Vgl. Filipp 1990, S.212

bewertet und die Bewältigungsstrategie evaluiert. Das Ergebnis dieser Neubewertung fließt dann in die Wahrnehmung kommender Situationen ein.²

Der Ansatz von Lazarus ist jedoch mehr als eine reine **Stresstheorie**. Jede Anforderung oder belastendes Erlebnis spielt in diesem Bewertungsprozess eine Rolle. Eine der wichtigsten Erkenntnisse für diese oder ähnliche Erfahrungen ist, dass nicht die äußeren Reize oder die Eigenschaften einer Person den Ausschlag geben, sondern besonders die subjektiv konstruierte Sichtweise. Die persönliche Bewertung entscheidet demnach, was als Stress oder Belastung empfunden wird oder nicht. Deshalb betont LAZARUS: „Stress gründet weder in der Situation noch in der Person, obschon er von beiden abhängt. Er entsteht vielmehr aus der Art, wie die Person die adaptive Beziehung einschätzt.“³

6.3 Die Bedeutung kritischer Lebensereignisse

Laut FILIPP sind kritische Lebensereignisse Wendepunkte im Leben eines Menschen, die bisherige Routinen außer Kraft setzen und zur Auseinandersetzung, Bewertung und Bewältigung zwingen. *Nicht-normative kritische Lebensereignisse* wie Abbruch einer Ausbildung, psychische Krankheit, Trennung der Eltern, Gewalterfahrungen, Missbrauch oder Beziehungsabbrüche stellen eine besondere Bedrohung für jeden Menschen dar, weil sie wenig vorhersehbar sind und extrem hohe Anforderungen an den Menschen stellen.

Bezieht man sich auf das zuvor beschriebene Modell, so würde im primären Bewertungsprozess der Ereigniseinschätzung die Frage, ob dieses *nicht-normative* Ereignis bedrohlich, schädlich oder herausfordernd und daher relevant ist, bejaht werden. Im folgenden, sekundären Bewertungsprozess, nämlich bei der Ressourceneinschätzung, würden vermutlich die meisten zu dem Ergebnis kommen: diese Bedrohung oder dieser Verlust überfordert meine Ressourcen und Fähigkeiten. Denn für solche *nicht-normativen* kritischen Ereignisse existieren keine Rituale und Muster, wie es bei *normativen* kritischen Lebensereignissen wie dem Eintritt in den Beruf, der Heirat, der Gründung eines eigenen Haushalts der Fall ist. Dies birgt das große Risiko, dass junge Frauen, die mit *nicht-normativen* Ereignissen konfrontiert sind oder in ihrer Kindheit bzw. Jugend damit konfrontiert wurden, diese nicht adäquat bewältigen konnten oder destruktive Resultate oder Verhaltensweisen bei der Bewältigung zum Vorschein kamen. Die jungen Frauen in dem Projekt *anna & marie* sind alle auf unterschiedliche Weise mit *normativen* und *nicht-normativen* Ereignissen in Berührung gekommen und stehen vor der Herausforderung, mit diesen kritischen Lebensereignissen zurecht zu kommen und nicht daran zu scheitern.

¹ Vgl. Schmid 2003, S.56

² Vgl. Schmid 2003, S.56

³ Lazarus 1981, S. 204 zitiert in: Handbuch Elternbildung 1999, S.33

Dennoch muss abschließend festgehalten werden, dass auch kritische *nicht-normative* Lebensereignisse positive Effekte haben können. Das Individuum gewinnt in der Auseinandersetzung neue Fähigkeiten, die ihm bei der Bewältigung künftiger Ereignisse helfen können.¹ Dies unterstreicht auch den letzten Bewertungsprozess des Modells von LAZARUS, die Neubewertung. In jede neue Anforderung oder Situation geht man mit der Erfahrung der letzten Bewältigung hinein. Dies birgt die Chance durch adäquates Coping gestärkter und selbstbewusster an Neues heranzutreten.

6.4 Destruktive Bewältigungsversuche junger Frauen

Doch trotz allem muss festgehalten werden, dass kritische Lebensereignisse und „Freiheitsgrade für die Gestaltung der eigenen individuellen Lebensweise teilweise die Bewältigungskapazität“² und Ressourcen junger Frauen überfordern.

Obwohl Ereignisse wie Übergang in den Beruf, Eintritt in ein neues Umfeld, Aufnahme einer Partnerschaft *normativ*, d.h. altersangemessen und zu erwarten sind und keinen hohen Belastungsgrad aufweisen, kann deren Anhäufung zu einer erheblichen Stressbelastung führen, wenn man sich ihnen subjektiv ‚nicht gewachsen‘ fühlt. Hinzu kommt, dass die jungen Frauen, auf die in dieser Arbeit der Fokus gelegt ist, zusätzlich mit *nicht-normativen* kritischen Ereignissen konfrontiert sind. Umso wahrscheinlicher ist es, dass junge Frauen sich mit den Anforderungen der heutigen Zeit überfordert fühlen und ihre Ressourcen für eine konstruktive Bewältigung nicht ausreichen. Das Ergebnis sind Bewältigungsversuche, die destruktive Resultate bzw. Verhaltensweisen mit sich bringen.

6.4.1 Überforderung

Junge Frauen in schwierigen Lebenslagen sind in einer Phase, in der sie wichtige und ‚wegweisende‘ Entscheidungen für ihr Leben zu treffen haben und sich dieser Herausforderung oft schon vor ihrem 20. Lebensjahr stellen müssen. Dies führt dazu, dass aus der großen Freiheit Orientierungslosigkeit, Unsicherheit und Überforderung werden kann, weil die jungen Frauen diese Freiheit subjektiv nicht nur als Chance wahrnehmen, sondern im Blick auf ihre Fähigkeiten und Ressourcen³ zu dem Ergebnis kommen, dass sie diese Anforderung nicht meistern können. Auch Ulrich Beck räumt ein, dass die Freiheit Gefahren in sich birgt. In seinem Werk ‚Kinder der Freiheit‘ spricht er von der Haltlosigkeit der Menschen und bringt es mit folgendem Satz auf den Punkt: „Wir *leiden* an Freiheit.“⁴

¹ Vgl. Filipp 1990, S.163

² Haberlandt 1995, S.100

³ Anmerkung: Ressourcen in diesem Zusammenhang können ein notwendiger Abschluss, ein soziales Netz der Unterstützung oder eine Familie sein. Welche Bedeutung und Wirkung Ressourcen in Bezug auf sich und sein näheres Umfeld haben wird im Folgenden noch näher eingegangen.

⁴ Vgl. Beck 1997, S. 12

6.4.2 Stress

Stress ist nach dem Modell von LAZARUS das Ergebnis der Gegenüberstellung und Bewertung des Ereignisses mit den vorhandenen Ressourcen einer Person und nichts, das im Ereignis oder der Person selbst gründet. Demnach stellt es ein Ungleichgewicht zwischen Anforderungen der Umwelt und den persönlichen Leistungsvoraussetzungen oder Möglichkeiten dar. Erst die individuelle Bewertung macht einen Reiz zu einem Stressor und wirkt daraufhin auf eine Stressreaktion hin. In diesem Zusammenhang können der Übergang ins Erwachsenenalter und die damit verbundenen Anforderungen sowie persönliche Belastungen und Probleme als Stressoren empfunden werden, die bei der jungen Frau Stressreaktionen auslösen, wenn sie keine Ressourcen bei sich und im Umfeld sieht.¹ Stressreaktionen sind demnach eine Form der Bewältigung, eine aktive handlungs- als auch emotionsbezogene Copingstrategie, die destruktive Resultate mit sich bringt, weil sie im Verhalten und Gefühl Reaktionen auslöst, die bei anhaltender Dauer zu *Burnout* oder physischen Belastungen führen kann.

6.4.3 Psychische Störungsbilder

Depressionen bzw. depressive Verstimmungen kommen immer häufiger bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen vor und laut Berichten sogar vorwiegend beim weiblichen Geschlecht.² Zu Recht gilt die Depression als gravierende Beeinträchtigung der Alltags- und Lebensbewältigung, da depressive Menschen häufig dazu neigen, Entscheidungen und Planungsnotwendigkeiten aufzuschieben und aus Hilflosigkeit und Selbstabwertung soziale Kontakte zu meiden.³ **Isolation** ist oft die Folge, und auch suizidale Gedanken können den emotionalen Belastungen entspringen. Dieses Störungsbild beinhaltet einen Kreislauf aus negativen Gedanken bezogen auf:

- sich selbst und damit auch auf die eigenen Möglichkeiten und Fähigkeiten;
- die Umwelt, da man sich mit unüberwindbaren Hindernissen konfrontiert sieht;
- die Zukunft, welche für den Belasteten zunächst völlig aussichtslos erscheint.⁴

Im Bezug auf den Ursprung der Krankheit beweisen Untersuchungen verschiedenster Professionen, dass es keinen eindeutigen Auslöser gibt, sondern sehr unterschiedliche neurobiologische, genetische oder soziologische Faktoren gibt, die einen Einfluss haben können. Seiffke-Krenke weist in dem Zusammenhang auf über 40 Studien hin, die in der Vergangenheit einen deutlichen Zusammenhang zwischen belastenden Lebensereignissen und depressiver Verstimmung bzw. Depression im Jugend- und jungen Erwachsenenalter sehen.⁵

¹ Anmerkung: Bleibt Stress ein chronischer und nicht zeitlich begrenzter Zustand so ist er ein ernstzunehmender Auslöser für eine chronische Belastung bzw. Krankheit.

² Vgl. Seiffge-Krenke 195, S.187

³ Vgl. Fend 1990, S.58

⁴ Vgl. Fend 1990, S.61

⁵ Vgl. Seiffge-Krenke 195, S.190

Eine weitere Folge der schwierigen Lebenslage ist der **Drogenmissbrauch** bei jungen Frauen. Auch Medikamente müssen als eine spezifische Form von Drogen betrachtet werden da die Einnahme von Schlaf- oder Beruhigungsmitteln, Anregungs- sowie Schmerzmitteln ohne medizinische Notwendigkeit oder bei zu häufiger Wiederholung zum Missbrauch führt. Das Ziel des Konsums ist häufig die Steigerung der Leistungsfähigkeit, um individuellen oder sozialen Erwartungen zu entsprechen. Genauso werden sie jedoch als Betäubungs- und Verdrängungsmittel missbraucht, um Schmerzen zu lindern oder zur Ruhe zu kommen, wenn es auf natürlichem Wege nicht gelingt.

Obwohl **Essstörungen**, sprich Anorexie und Bulimie überwiegend bei jungen Frauen zwischen 15 und 30 Jahre auftreten, handelt es sich dabei nicht nur um eine Pubertätskrise, sondern um eine tiefgehende Identitätsstörung aufgrund belastender Ereignisse. Damit hängt zusammen, dass besonders junge Frauen einerseits damit überfordert sind, den ‚weiblichen Attraktivitätsidealen‘ zu entsprechen, und zum anderen den Leistungsansprüchen in Beruf und Partnerschaft nachzukommen.¹

Studien über die geschlechtsspezifische Bewältigung zeigen, dass Frauen im Gegensatz zu Männern ein sehr nach „innen gerichtetes“ Bewältigungsverhalten haben.² Das bedeutet, dass sie ihre Wut, ihre Angst und ihre inneren Verletzungen weniger nach außen tragen, sondern **Autoaggression** die Folge ist. Wie gravierend das Phänomen Selbstverletzung bzw. Selbstverstümmelung‘ ist und wie weit verbreitet es unter Mädchen und jungen Frauen ist, machen eine Vielzahl von (Medien-) Berichten derzeit deutlich.³

Haberlandt weist darauf hin, dass viele Befunde der neueren Jugendforschung deutlich machen, dass verschiedenen Formen des Risikoverhaltens, wie diese, eine attraktive und bewältigende Funktion bei typischen Problemen, Konflikten, Erwartungsdruck und Anforderungen dieser Lebensphase besitzen.¹ In einer Kultur, in der das Erwachsenwerden zunehmend unattraktiv ist, junge Menschen mit gesamtgesellschaftlichen und persönlichen Probleme sich selbst überlassen werden und sich Bindungen auflösen, wundert es nicht, dass einige junge Frauen auf dem schwierigen und widersprüchlichen Weg des Erwachsenwerdens scheitern und es destruktive Folgen für sie hat. Dabei gilt festzuhalten, dass diese gesundheitsgefährdenden Verhaltensweisen meist Ausdruck der Bemühungen von jungen Frauen sind, sich mit diesen Herausforderungen auseinanderzusetzen und sie auf diese Weise zu bewältigen.

¹ Vgl. Catina & Kächele 1998, S. 27

² Vgl. Böhnisch 2002, S.15

³ Weiterführende Literatur mit empirischer Forschung zum Thema Autoaggression von Schmeisser 2000: „Selbstverletzung: Symptome, Ursachen, Behandlung“

6.5 Die Wirkung von Ressourcen

Die Wirkung von Ressourcen ist unumstritten. In unterschiedlichen Modellen stellen sie einen (Schutz-) Faktor dar, der in großem Maße positiven Einfluss auf das Leben, die Entwicklung und die Bewältigung schwieriger Lebensphasen oder -ereignisse hat. Denn wie bereits im Erklärungsmodell von LAZARUS erwähnt wurde, so sind es die Ressourcen, die einem Ereignis oder einer Anforderung gegenüber gestellt werden und die schlussendlich Einfluss auf die Einschätzung der Handlungs- und Bewältigungsfähigkeit nehmen. Auch wenn verschiedene Autoren Ressourcen in ganz unterschiedliche Weise einteilen und kategorisieren, soll in dieser Arbeit ausschließlich auf zwei wesentliche Ressourcenbereiche eingegangen werden, auf die Sozialen und die Persönlichen.

6.5.1 Soziale Ressourcen

Zu den sozialen Ressourcen gehört mindestens eine Bezugsperson, die auf die eigenen Bedürfnisse eingehen kann und von der man emotionale und soziale Unterstützung erhält. Daneben gehört zu den sozialen Ressourcen ein Netzwerk von Personen, die der Person nahe stehen und von denen in Notlagen Unterstützung erwartet werden kann. Dazu gehören zum Beispiel Menschen aus der Familie, Verwandtschaft, Freunde und Bekannte. Da Unterstützung in zentralen Orientierungsfragen weder von klassischen Institutionen wie der Schule geleistet werden kann und auch nicht mehr von den Eltern zu erwarten ist, hat die Bedeutung von eigenen Netzwerkbeziehungen, die Rat, Unterstützung und Begleitung anbieten, sogar eher zugenommen.²

Diese Netzwerke erfüllen eine doppelte Funktion: Über den Integrationseffekt hinaus haben sie beim Auftreten von kritischen Lebensereignissen und chronischen Stressoren einen risikomildernden Effekt,³ da sie als zusätzliche Ressource das subjektive Gefühl steigern können, eine Situation zu meistern. Damit verbunden agieren Netzwerke und Bezugspersonen als ‚Rahmen‘⁴, in dem Unterstützung bei der Realisierung von Lebensentwürfen möglich wird und das aktive Bewältigungsverhalten fördert. SEIFFGE-KRENKE geht sogar so weit zu sagen: „...die Suche nach Rat und Hilfe sind bevorzugte Copingstrategien“⁵ von jungen Frauen. In diesem Zusammenhang sind soziale Beziehungen umso wichtiger, wobei dabei auch durchaus konflikträchtige Beziehungen eine bedeutende Rolle spielen können.⁶

¹ Haberlandt 1995, S.99

² Vgl. Stauber/Walther 2007, S.9

³ Vgl. Haberlandt 1995, S.101

⁴ Vgl. Phillip 1990, S.136

⁵ Seiffge-Krenke 1995, S.193

⁶ Vgl. Jugendwerk der Deutschen Shell 2006, S.268

6.5.2 Personale Ressourcen

Personale Ressourcen sind Fähigkeiten, Handlungsstrategien, Einstellungen und Kompetenzen, die in der Person selbst liegen.¹ Wohingegen die sozialen Ressourcen im Umfeld und in der Familie zu finden sind. Um in ihrer Rolle als jungen Frauen handlungsfähig zu sein und ihre Anforderungen und Probleme bewältigen zu können, spielen diese unterschiedlichen personalen Ressourcen eine wichtige Rolle.

Eine Einstellung bzw. Haltung spielt unter den personalen Ressourcen jedoch eine herausragende Rolle: der *Kohärenzsinn*. Diese Widerstandsressource ist laut ANTONOVSKYS Überlegungen zur Belastungs- und Problembewältigung von elementarer Bedeutung. ANTONOVSKY bezieht sich schon in den achtziger Jahren ausdrücklich auf das transaktionale Stressmodell von LAZARUS und bezeichnet kognitives Bewerten als Schlüsselkompetenz² und als zentrale Eigenschaft für Copingprozesse. Es zeigte sich, dass Menschen mit hohem Kohärenzsinn besonders widerstandsfähig gegenüber Stress und Belastungen sind. Beim Kohärenzsinn geht es Antonovsky um eine bestimmte Einstellung gegenüber sich selbst und der Außenwelt und eine Art und Weise, wie man sich ihr nähern kann. Daher definierte er ihn als:

"...durchdringendes, überdauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens, dass erstens die Anforderungen aus der internalen und externalen Umwelt im Verlauf des Lebens strukturiert, vorhersagbar und erklärbar sind, und dass zweitens die Ressourcen verfügbar sind, die nötig sind, um den Anforderungen gerecht zu werden. Und drittens, dass die Anforderungen Herausforderungen sind, die Investitionen und Engagement verdienen"³.

Der Kohärenzsinn setzt sich demnach aus drei Komponenten zusammen: Der Verstehbarkeit (comprehensibility), Handhabbarkeit (manageability) und Sinnhaftigkeit (meaningfulness). Als **Verstehbarkeit** definiert der Autor das Gefühl, dass die Lebensumstände, Situationsbedingungen und Anforderungen der Umwelt für die Person nachvollziehbar und durchschaubar sind. Etwas, das als sinnvoll interpretiert wird, entwickelt sich gar nicht erst zu einer Bedrohung oder zu Stress. Im Gegenteil: es kann sogar als Chance zu Wachstum und Weiterentwicklung empfunden werden.

Mit **Handhabbarkeit** wird die Überzeugung bezeichnet, dass Ereignisse, (Alltags-) Anforderungen und Belastungen aus eigener Kraft mit den zur Verfügung stehenden Handlungskompetenzen oder mit fremder Hilfe bewältigt werden können. Für Antonovsky kommt es dabei nicht darauf an, ob diese Ressource unter der eigenen Kontrolle steht oder

¹ Anmerkung: Wie beispielsweise die Kontaktfähigkeit, Fähigkeit zu Empathie, Problemlösestrategien, usw.

² Vgl. Antonovsky 1981, S.111, zitiert in Schmid 2003, S.60

³ Antonovsky 1993, S.12 zitiert in Schmid 2003, S.62

durch andere kontrolliert wird, wie zum Beispiel durch den Ehepartner, Freunde oder Gott. Entscheidend ist die Gewissheit, trotz Widerständen handlungsfähig zu sein.

Bei der **Sinnhaftigkeit** handelt es sich um eine spezifische Lebenseinstellung bzw. Fähigkeit, die dadurch charakterisiert ist, Belastungen sowie zahlreiche große und kleine Anforderungen des Lebens als sinnhaft zu erfahren. Probleme erscheinen damit zwar als unangenehm, aber als zu bewältigende und lohnenswerte Herausforderung, die mit einem Sinn und Zweck an jemanden gestellt werden. Damit ist die Bereitschaft verbunden, für die Problemlösung Ressourcen zu mobilisieren.¹

Der Kohärenzsinn bewirkt demnach eine optimistische Einstellung hinsichtlich der Wirksamkeit des eigenen Handelns, unterstützt auf diese Weise die Bewältigungsstrategien einer Person und ist vor allem in schwierigen Lebenslagen hilfreich. Je stärker der Kohärenzsinn ausgeprägt ist, desto gelassener und selbstsicherer kann auf Anforderungen reagiert werden. Je schwächer er jedoch ist, desto mehr fehlt das Vertrauen in die eigenen Bewältigungsmöglichkeiten.

7. Zusammenfassung

Die Auseinandersetzung mit der Lebensphase Postadoleszenz und dem Wandel der Frauenrolle hat gezeigt vor welchen Herausforderungen besonders junge Frauen in Bezug auf ihr Leben stehen. Neben der zunehmenden Verselbständigung und Verantwortung in unterschiedlichen Bereichen kommt hinzu, dass junge Frauen für sich eine Lebensperspektive entwickeln müssen, die weder durch Standards noch durch Orientierungsmerkmale charakterisiert ist. Frauen müssen zum Beruf, zu Partnerschaft, Familie und ihrer Vereinbarkeit eine eigenständige Einstellung gewinnen und darüber hinaus zu sich selbst finden. Diese vielfältigen Rollenanforderungen bringen ein großes Risiko für junge Frauen mit sich, daran zu scheitern und damit überfordert zu sein. Durch die Beschäftigung mit dem Themenblock ‚Bewältigung‘ wurde deutlich, wie solche Anforderungen zu Stressauslösern werden können und wie notwendig Ressourcen sind, um die Herausforderungen meistern zu können.

Damit junge Frauen, deren Lebenssituation durch kritische Ereignisse und wenig soziale Unterstützung gekennzeichnet ist, nicht an diesen Aufgaben und Herausforderungen scheitern, sondern diese bewältigen können und in ihrer Entwicklung vorankommen, gibt es Projekte wie *anna & marie*. Dieses Mentorinnenprojekt hat sich zum Ziel gesetzt, Mädchen und junge Frauen in schwierigen Lebenslagen zu unterstützen und zu begleiten, um ihre persönliche Weiterentwicklung und ihrer weiblichen Identitätsfindung zu fördern. Darauf wird im Folgenden eingegangen.

¹ Vgl. Schmid 2003, S.60

8. Das Mentorinnenprojekt *anna & marie*

8.1 Konzeption

In diesem Kapitel soll das Projekt *anna & marie* dargestellt werden.¹ Ein Mentorenprojekt, das weiblichen Jugendlichen und Postadoleszentinnen in schwierigen Lebenssituationen die Möglichkeit eröffnet, Kontakt zu einer *großen Freundin*² zu finden, die es während der (Post-) Adoleszenz begleitet.

anna & marie baut auf den Lehren und dem Menschenbild von Carl Rogers auf. Laut Rogers besitzt jeder Mensch eine *Aktualisierungstendenz*, d.h. jeder Mensch trägt die Fähigkeit für ein konstruktives Persönlichkeitswachstum in sich. Voraussetzung für das Wachstum ist eine Atmosphäre die von Echtheit, Akzeptanz und Empathie gekennzeichnet ist. Diese Haltung ist nicht auf das therapeutische Setting beschränkt, sondern lässt sich in jeder Situation anwenden, die die Entwicklung einer Person zum Ziel hat.³

8.1.1 Ausgangslage

Wie bereits in den vorherigen Kapiteln erörtert, stehen Mädchen und junge Frauen vor Herausforderungen vielseitiger Art. Sie müssen in einer Gesellschaft zurechtkommen, die ihnen wenig Verlässlichkeit bietet. Die sogenannte Normalbiographie ist brüchig geworden und einer zunehmenden Variabilität unterworfen. Traditionelle Lebensformen lösen sich zunehmend auf und damit verbunden steht jeder jungen Frau eine Vielzahl an Optionen offen. Jede Wahl und jede Entscheidung muss individuell getroffen und für sich verantwortet werden. Dadurch beinhaltet die Gestaltung des eigenen Lebenslaufes immer größere Chancen, aber auch immer größere Risiken.

Zur gesellschaftlichen Weiterentwicklungen und der damit verbundenen Neuanpassung kommt die Notwendigkeit, *nicht-normative* kritische Lebensereignisse zu bewältigen, wie zum Beispiel die Scheidung oder Arbeitslosigkeit der Eltern, Krankheit, der Verlust eines geliebten Menschen, ungewollte Schwangerschaft, Beziehungsabbruch oder kein Ausbildungsplatz. In jeder dieser Situationen besteht ein hohes Risiko für Mädchen in eine Lebenslage zu geraten, die für sie schwerwiegende Folge haben kann, wenn sie diese nicht bewältigen oder bei der Bewältigung nicht unterstützt werden.

¹ Anmerkung: Die Konzeption zum Projekt wurde vom Landesgesundheitsamt Baden Württemberg erstellt. Es folgt daher eine kurze Zusammenfassung der relevanten Aspekte aus: Landesgesundheitsamt Baden Württemberg (Hrsg.) (2002): Konzeption des Projekts *anna & marie*, S. 2 – 13, sowie Landesgesundheitsamt Baden Württemberg (Hrsg.) (2005): Konzeption und Evaluation des Projekts *anna & marie*, S. 13 – 17

² Anmerkung: Bei *anna & marie* wird die Mentorin „große Freundin“ und die Mentees „kleine Freundin“ genannt. Auf das Thema ‚Mentoring‘ wird im folgenden Kapitel 8.2 näher eingegangen.

³ Anmerkung: Die Lehren von Carl Rogers werden in Kapitel 8.3 ausführlich erläutert.

8.1.2 Projektbeschreibung

Das Projekt *anna & marie* bietet Mädchen und jungen Frauen in schwierigen Lebenslagen unbürokratische Hilfe durch geschulte ehrenamtliche Mentorinnen. Ziel der sozialen Unterstützung ist die Steigerung der Bewältigungspotentiale der Mädchen. Der Umgang mit Alltagsstressoren, die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und eventuell auftretende kritische Lebensereignisse sollen durch folgende persönlichkeitsstärkende Strategien erleichtert werden:

- Entwicklung von Selbstakzeptanz der eigenen Persönlichkeit und Geschichte
- Ausbau der Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit
- Vermittlung von Konfliktlösungs- und Bewältigungsstrategien
- Förderung der Eigeninitiative
- Unterstützung bei der Suche nach Sinn

Entscheidend ist nicht die Veränderung der Situation, in der das Mädchen sich befindet, sondern dass sie in dieser Situation durch die Begleitung in der Entwicklung einer weiblichen Identität und in der eigenständigen Gestaltung ihres Lebenswegs unterstützt wird.

8.1.3 Projektidee

Die Idee zum Projekt *anna & marie* hat ihren Ursprung in Boston (USA) und wird dort unter dem Namen „Big Sister“ seit 1951 erfolgreich umgesetzt. Eine leitende Mitarbeiterin des Landesgesundheitsamtes Baden Württemberg¹ erfuhr bei einem USA-Aufenthalt erstmals von dem Projekt. Nach ihrer Rückkehr stellte sie das Konzept „Big Sister“ im Rahmen einer Veranstaltung im Landesgesundheitsamt vor und gab damit dem Impuls für das Projekt *anna & marie*. Nachdem sich eine qualifizierte Mitarbeiterin² gefunden hatte, die bereit war, die fachliche Projektleitung zu übernehmen, konnte das Projekt im Jahr 2002 beginnen.

Seit 2004 ist *anna & marie* preisgekrönt. Als "vorbildliche Initiative" hat Gesundheits- und Sozialministerin Ulla Schmidt das mit ehrenamtlich tätigen Frauen umgesetzte Pilotprojekt des Landesgesundheitsamtes Baden-Württemberg bezeichnet und ihm den Deutschen Präventionspreis 2004 verliehen. Von den bundesweit 449 Projektbewerbungen waren 40 Projekte für die Endausscheidung nominiert worden. Elf der ausgewählten Projekte wurden in Berlin ausgezeichnet, darunter *anna & marie*.

¹ Frau Dr. Berg, MPH (Harvard University), Landesärztin am Landesgesundheitsamt, jetzt tätig im Regierungspräsidium Stuttgart, Abteilung 9

² Frau Grön, Erziehungswissenschaftlerin, Supervisorin und Leiterin des Instituts für Konstruktive Kommunikation (<http://www.institut-koko.de>)

Seit 2008 wird das Pilotprojekt außer in Heilbronn in sechs weiteren Stadt- und Landkreisen in Baden-Württemberg umzusetzen. Dazu gehören Baden-Baden, Freudenstadt, Metzingen, Ehingen, Ludwigsburg und Öhringen. Der Deutsche Kinderschutzbund (DKSB) plant das Projekt bald landesweit anzubieten. Die *Finanzierung* des Projekts wird durch die Kinderlandstiftung Baden-Württemberg sichergestellt sowie durch private Spenden und kommunale Mittel.¹

8.1.4 Ziele

Das Projekt *anna & marie* strebt folgende langfristige Ziele an:

- Befähigung von Mädchen, eine positive Identität zu entwickeln und ihr Leben eigenständig zu planen.
- Prävention möglicher Folgeprobleme oder –krankheiten durch Steigerung der Bewältigungspotentiale der jungen Frauen.
- Frauen durch Qualifizierung in die Lage zu versetzen, eine Atmosphäre zu schaffen, die es Mädchen in schwierigen Lebenssituationen ermöglicht, sich zu öffnen und die anstehenden Entwicklungsaufgaben selbstständig zu meistern.
- Bildung eines organisatorischen und fachlich gestützten Netzwerkes von gezielt geschulten Frauen zur Begleitung von Mädchen in schwierigen Lebenssituationen.

8.1.5 Zielgruppen

Die Zielgruppe von *anna & marie* sind Mädchen und junge Frauen in schwierigen Lebenssituationen² im Alter von 13 bis 26 Jahren. Dazu gehören u.a. Aussiedlerinnen, Mädchen mit einem niedrigen sozialen Status, Schwangere und Alleinerziehende in schwierigen Lebenslagen, Suchtkranke bzw. abhängige Mädchen und Mädchen mit einem schwierigen familiären Hintergrund.

Die intermediäre¹ Zielgruppe sind Frauen, unabhängig von ihren beruflichen und familiären Hintergrund, die sich ehrenamtlich als Mentorinnen engagieren wollen. Eine Altersbegrenzung für die „großen Freundinnen“ gibt es nicht. Dafür sollten sie Neugier, Offenheit, Zeit und vor allem Interesse an jungen Menschen mitbringen, um sich auf ein Mädchen und ihre Lebenssituation einzulassen. Die ausgewählten Frauen werden anschließend geschult und für ihre ehrenamtliche Tätigkeit gezielt vorbereitet.

¹ Siehe: <http://www.kinderschutzbund-bw.de/projekte/anna-und-marie.html>

² „Schwierige Lebenssituation sind gegeben, wenn ein Übermaß an Alltagsbelastungen vorhanden ist, Schwierigkeiten bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben auftreten oder die Verarbeitung kritischer Lebensereignisse geleistet werden muss.“ Landesgesundheitsamt Baden Württemberg (Hrsg.) (2002): Konzeption des Projekts *anna & marie*, S.9

8.1.6 Zugänge zum Projekt

Der Zugang zu den Mädchen wird über Jugendhilfeeinrichtungen, Jugendämter, Schulen und andere Institutionen geschaffen. In jedem Landkreis befindet sich eine Ansprechpartnerin, die die Verbindung zur fachlichen Projektleitung hält. Diese stellt den ersten Kontakt her und vermittelt die Mädchen an die Mentorin.

Die Mentorinnen werden über soziale Organisationen oder Öffentlichkeitsarbeit angesprochen. Das Projekt wird in Frauenverbänden, Frauennetzwerken, Frauenorganisationen und Frauenclubs vorgestellt. Frauen, die an dem Projekt teilnehmen möchten, können sich an die organisatorische Projektleitung wenden und erhalten dort einen Fragebogen, den sie ausgefüllt abgeben müssen. Dieser dient primär dazu, später möglichst gut harmonisierende Tandems bilden zu können.

8.1.7 Fortbildung und fachliche Begleitung der Mentorinnen

Um die Aufgabe als Mentorin für heranwachsende Mädchen zu meistern, erhalten die Frauen eine intensive und obligatorische Schulung. Diese entscheidet über die Eignung für die Begleitung eines Mädchens.

Die Fortbildung besteht aus einem 15-stündigen Intensivblock, der meistens samstags stattfindet, damit auch berufstätige Frauen teilnehmen können. In wöchentlichem Abstand folgen dann vier zweistündige Blocks. Pro Fortbildung werden acht Frauen zugelassen, damit eine intensive Schulung möglich ist und jede Teilnehmerin genügend Raum zur eigenen Reflexion und zur Übung von Gesprächen erhält.² Im Intensivblock erfolgt zunächst eine Einführung in die Grundlagen der Gesprächsführung auf der Basis der Lehre von Carl Rogers. Im weiteren Verlauf der Fortbildung werden folgende Fähigkeiten geschult:

- Aktives Zuhören
- Nachvollziehen der emotionalen Erlebnisinhalte, die die jeweilige Gesprächspartnerin vermittelt
- Positive Gesprächsführung
- Vermeidung von Ratschlägen und Belehrungen
- Sich abgrenzen können

Während ihres Engagements werden die Frauen im Monatsrhythmus durch Supervision begleitet und beratend unterstützt. Dadurch erhalten sie die Möglichkeit, sich gegenseitig auszutauschen, voneinander zu lernen und schwierige Situation gemeinsam zu reflektieren.

¹ Anmerkung: Intermediär bedeutet „zwischen zwei Gegenständen befindlich“ und soll verdeutlichen, dass die Mentorinnen in ihrer Rolle als Begleiterinnen als Zwischenglied fungieren und ihrerseits von der fachlichen Projektleitung unterstützt werden.

² Vgl. Konzeption des Projekts *anna & marie* 2002, S. 11

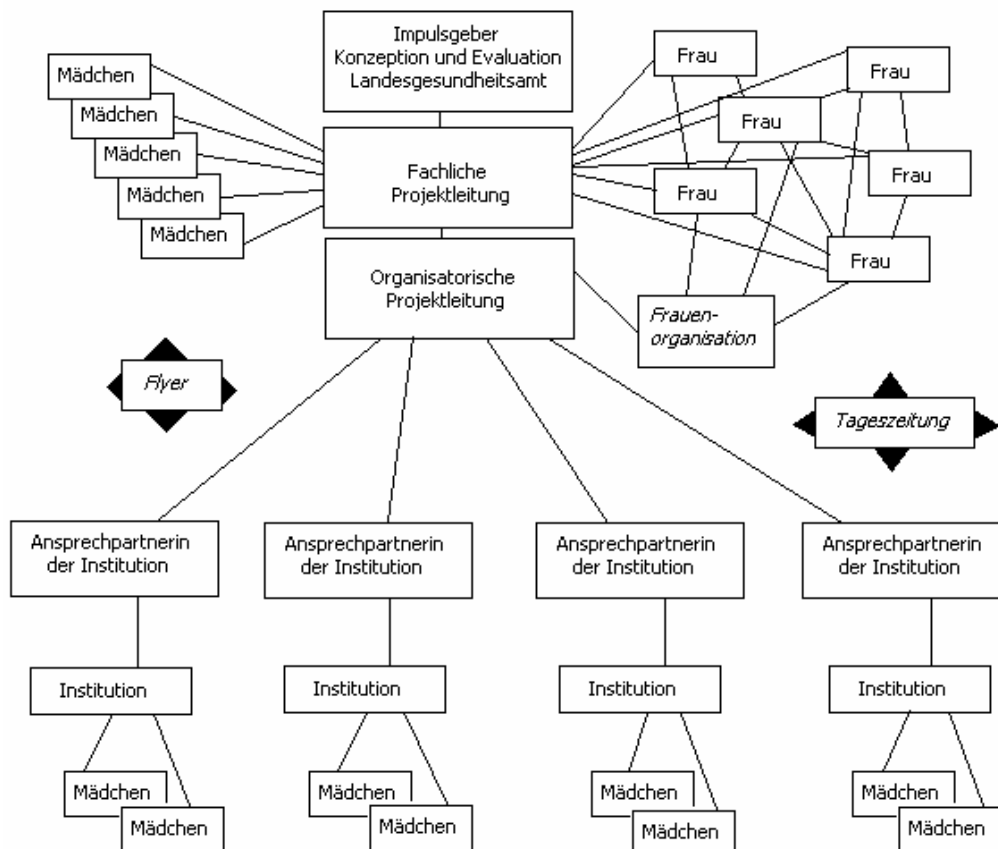
Hier ist der fachlichen Projektleitung, Frau Grön, ein vertrauensvolles Klima und Wertschätzung der engagierten Frauen von großer Bedeutung. Daher erhalten die Mentorinnen Qualifikationsnachweise über ihre Fortbildung in non-direktiver Gesprächsführung und es werden während ihrer gesamten Tätigkeit alle Ausgaben bezüglich der Begleitung erstattet.

Seit 2002 wurden insgesamt acht Intensivkurse durchgeführt und insgesamt 60 Frauen geschult. Zurzeit läuft die neunte Schulungsrunde für Frauen, die einem jungen Mädchen verstehend und helfend zur Seite stehen möchten.

8.1.8 Projektstruktur

Das vollständige strukturelle Netzwerk von *anna & marie* kann folgendermaßen dargestellt werden:

Abbildung 7: Strukturelles Netzwerk von *anna & marie* ¹



Die fachliche Projektleitung hat seit 2002 die Diplom-Sozialpädagogin und Erziehungswissenschaftlerin Frau Martina Grön übernommen. Sie ist für die Betreuung, Beratung und Fortbildung der Mentorinnen zuständig.

¹ Quelle: Tatti 2005, S.45

Die organisatorischen Projektleiterinnen jedes Stadt- und Landkreises fungieren als sogenannte Koordinatorinnen. Sie stellen damit ein wichtiges Bindeglied zwischen den Ansprechpartnerinnen der jeweiligen Institution und der fachlichen Projektleitung dar.

In allen Institutionen, die Kontakt zu Mädchen haben, die für das Projekt in Frage kommen, wird eine solche Ansprechpartnerin benannt. Diese Ansprechpartnerinnen werden von der organisatorischen Projektleitung regelmäßig über den Fortgang des Projekts *anna & marie* informiert und mit Infomaterial ausgestattet. Selbstverständlich können Mädchen auch ohne Einschaltung der Ansprechpartnerin Kontakt aufnehmen.

8.2 Mentoring

In diesem Kapitel soll der Begriff des Mentoring kurz eingeordnet und anschließend in Bezug auf das Projekt *anna & marie* erläutert werden.

8.2.1 Ursprung und Definition von Mentoring

Der Begriff des *Mentors* entstammt der griechischen Mythologie. Der Sage nach übertrug Odysseus während seiner Abwesenheit im Trojanischen Krieg seinem Freund Mentor die Aufgabe, sich seinem Sohn Telemachus anzunehmen. Ihre Beziehung war fortan von gegenseitiger Achtung, Vertrauen und Zuneigung geprägt und Mentor wurde für Telemachus Berater, Vertrauter, Vaterfigur und Lehrer. Darüber hinaus stellte Mentor seine Erfahrung und Unterstützung zur Verfügung. Diese erste Mentorenschaft in der griechischen Antike wurde in den folgenden Jahrhunderten stetig weiterentwickelt, um das Hineinwachsen junger Männer in eine zunehmend komplexer werdende Arbeits- und Lebenswelt zu erleichtern.¹ Aus diesem antiken Sagenschatz leitet sich also der Begriff des Mentor ab und zugleich seine wichtigste Interpretation: Der Mentor als Förderer und Berater eines Heranwachsenden, dem sogenannten Mentee, dem er begleitend und unterstützend zur Seite steht. SHEA definiert daher:

Mentoring is „a developmental, caring, sharing, and helping relationship where one person invests time, knowledge, and effort in enhancing another person’s growth, knowledge and skills, and responds to critical needs in the life of that person in ways that prepare the individual for greater achievement in the future.“²

In den siebziger Jahren wurde in den USA diese antike Tradition des Mentorings und dessen fördernde und unterstützende Funktion wieder ‚neu‘ entdeckt und als wirkungsvolles Instrument der Führungskräfteentwicklung eingesetzt.³ Der Blick auf bisher nicht genutzte Ressourcen und Potentiale wird immer unverzichtbarer und veranlasst dazu, ständig neue

¹ Vgl. Heinze 2002, S.23 und Hilb 1997, S.21

² Shea 1994, S.13 zitiert in: Hilb 1997, S.22

³ Vgl. Hilb 1997, S.15 und Segerman-Peck 1994, S.23

Strategien zu finden. Mentoring als Nachwuchsförderung hat sich daher mittlerweile auch deutschlandweit in unterschiedlichen Bereichen etabliert. Namhafte Unternehmen wie Siemens, Lufthansa, Deutsche Telekom, Volkswagen oder Deutsche Bank haben unternehmensinterne Mentoring-Programme eingerichtet.¹ Die Erfahrung hat gezeigt: Kaum ein Instrument kann so gezielt und wirkungsvoll den Nachwuchs fördern wie Mentoring.²

Seit einiger Zeit haben das auch immer mehr Verbände und Initiativen, die im sozialen Bereich tätig sind, erkannt und nutzen Mentoring als Möglichkeit, Menschen zu mobilisieren, die sich ehrenamtlich engagieren wollen, um in jungen Menschen und deren Entwicklung zu investieren. Denn: „MentorInnen sind nicht nur im beruflichen Umfeld hilfreich, sie fördern auch persönliche Reifeprozesse.“³

8.2.2 Ziele von Mentoring

Mentoring-Programme, wie das von *anna & marie*, haben klare und positive Zielsetzungen, an denen sich die Beteiligten orientieren können. Mentoring bietet der Mentee durch den gegenseitigen Austausch mit der Mentorin⁴ in vielerlei Hinsicht die Chance:

- sich persönlich weiterzuentwickeln.

Jeder junge Mensch steht an einem anderen Punkt und vor unterschiedlichen Herausforderungen in seinem Leben. Durch Mentoring sollen Mentees ermutigt werden, sich mit ihren Möglichkeiten auseinanderzusetzen und ihre eigenen Entscheidungen zu treffen. Durch das Gespräch und die kontinuierliche Begleitung wird den Mentees von *anna & marie* die Gelegenheit gegeben, über Themen zu sprechen, die für sie von Bedeutung sind und gemeinsam an diesem Thema dranzubleiben.

- Kompetenzen auszubauen.

Mentoring zielt darauf ab, dass die Mentees eigene Fähigkeiten an sich besser kennen und einschätzen lernen, um sie später ausbauen zu können. Der Austausch mit der Mentorin dient bei *anna & marie* auch als Übungsfeld für soziale und kommunikative Fähigkeiten.

- Perspektiven zu entwickeln.

Manchmal ist es nicht entscheidend, dass sich eine Situation grundlegend verändert, sondern dass man sie aus einer anderen Perspektive sehen kann. Mentoring hilft durch das gemeinsame Reflektieren, das eigene Leben, Einstellungen und Beziehungen zu überdenken, um neue Sichtweisen zu gewinnen. Ebenfalls zur Perspektiveentwicklung gehört, erste Ideen für die Berufsfindung zu entwickeln und Mut zu haben, erste Schritte zu gehen. Dabei steht die Mentorin ihrer Mentee stärkend und ermutigend zur Seite.

¹ Vgl. Heinze 2002, S.2

² Vgl. Segerman-Peck 1994, S.13

³ Segerman-Peck 1994, S.14

⁴ Anmerkung: Es wird aufgrund des vorgestellten Mentorinnenprojekts die weibliche Form gewählt, jedoch beinhaltet es ebenso die männliche Form (Mentor).

- Lösungsmöglichkeiten zu finden.¹

Ein weiteres Ziel von Mentoring ist die Begleitung bei der Bewältigung von Problemen und beim Finden neuer Lösungsmöglichkeiten. Hier möchte die Mentorin dahingehend unterstützen, dass die Mentee sich selbst und ihre Geschichte besser annehmen kann.

8.2.3 Rolle und Kompetenzen der Mentorin

Die Mentorinnen betreuen ihre Mentees auf vielfältige Weise: Sie unterstützen sie und stärken ihnen den Rücken, sie fördern ihre persönliche Weiterentwicklung und stellen ihnen Ressourcen zur Verfügung.²

Laut BELL gibt es für ein erfolgreiches Mentoring vier Kernkompetenzen, die eine Mentorin besitzen sollte. Diese hat BELL unter dem Begriff „SAGE“ zusammengefasst:

Mentoring = Surrendering x Accepting x Gifting x Extending

Diese Formel besagt, dass sich die einzelnen Faktoren multiplizieren und bei Nicht-Existenz einer dieser vier Kernkompetenzen Mentoring letztendlich wirkungslos bleibt.

Unter den vier Kernkompetenzen ist folgendes zu verstehen:³

- Mit *Surrendering* ist die bedingungslose Unterstützung durch die Mentorin gemeint. This support adds a “special dimension to a helping relationship, one that tends to be unconditional and about as pure as anything in human affairs can be. (...) The mentor experiences the unalloyed joy of seeing a friend succeed at his or her chosen goal, and the Mentee experiences the joy of achieving success!”⁴
- Unter *Accepting* wird, ähnlich wie bei Carl Rogers, die Akzeptanz und Wertschätzung der Begleitenden durch die Mentorin verstanden. Die große Herausforderung, besonders für Mentorinnen des Projekts *anna & marie* besteht darin, grundsätzlich die Lebensmodelle der jungen Frauen zu akzeptieren, sich eigener Vorurteile bewusst zu werden und die Fähigkeit zu entwickeln, wertneutral mit ihnen umzugehen.⁵
- *Gifting* meint die Großzügigkeit der Mentorin im Sinne von >>... bestowing something of value upon another without expecting anything in return<<.¹ Damit ist gemeint, dass die Mentorin in ihrer Mentee investiert ohne die innere Haltung dafür etwas zurückzuverlangen.
- Unter *Extending* wird verstanden, dass die Beziehung zwischen Mentorin und Mentee so gestaltet ist, dass sie ungeahnte Entwicklungsmöglichkeiten für die zu Begleitende bietet.

¹ Vgl. Heinze 2002, S.27

² Vgl. Heinze 2002, S.91

³ Vgl. Bell 1996, 11ff zitiert in: Hilb 1997, S.38ff

⁴ Vgl. Shea 1994, S.25 zitiert in: Hilb 1997, S.37

⁵ Vgl. Heinze 2002, S.66

Hier ist wichtig, dass die Mentorin ganz auf die Mentee, deren Bedürfnisse und Talente eingeht und sie ermutigt, ihren Weg zu gehen, der überhaupt nicht identisch sein muss mit dem Weg der Mentorin.

Diese vier Kernkompetenzen, wie BELL sie nennt, sind zunächst keine Fähigkeiten, die jemand besitzt oder nicht, sondern vielmehr eine Art Grundhaltung einem Menschen bzw. einer Mentee gegenüber. Jemanden bedingungslos anzunehmen mit seiner Vorgeschichte und Persönlichkeit und an dessen Potentiale zu glauben, ist eine Voraussetzung, die nicht jeder Mensch mitbringt, aber die zum Gelingen einer Mentorenschaft wesentlich ist.

Würde man die Eigenschaften einer Mentorin aufzählen, würde sich das wie folgt anhören: Sie hört zu, sie versetzt sich hinein, sie kommuniziert, unterstützt, ermutigt, fördert und macht Potentiale sichtbar. Sie berät, nimmt Fehler hin, stärkt das Selbstvertrauen ihrer Mentee, investiert, hält aus, reflektiert und gibt Impulse. Wichtig jedoch neben dieser großen Bandbreite an Eigenschaften sind der Schlüssel einer guten Mentorin: echtes Interesse, Geduld, Begeisterungsfähigkeit, (Aus-) Gelassenheit und Kommunikationsfähigkeit.

„Kommunikationsfähigkeit, eine offene Persönlichkeit und die Fähigkeit, auf andere zugehen zu können, sind laut einer 1998/99 durchgeführten Untersuchung die wichtigsten Voraussetzungen für erfolgreiche Mentorinnen und Mentoren. Die Fähigkeit zur Kommunikation ist der Dreh- und Angelpunkt der Mentoring-Partnerschaft.“²

8.2.4 Die Beziehung zwischen Mentorin und Mentee

Mentoring basiert auf einer zwischenmenschlichen Beziehung zwischen einer (lebens-) erfahrenen Mentorin und einer heranwachsenden Mentee, die durch Achtung, Respekt und Vertrauen gekennzeichnet ist.³ Ob die Mentorin und die Mentee ein harmonierendes Tandem werden, hängt davon ab, was beide von der Beziehung erwarten, ob sie sich aufeinander einlassen können und ob die *Chemie* zwischen beiden stimmt. Für jede Phase der Mentoring-Partnerschaft gilt, dass Mentorin und Mentee sich auf vertrauensvoller und wertschätzender Ebene begegnen. „Auf diese Weise trägt eine Mentoring-Beziehung dazu bei, dass die Mentee durch die erfahrene (...) Akzeptanz offen über ihre Ängste und Erfahrungen berichten kann.“⁴ Die Zuverlässigkeit und Aufmerksamkeit der Mentorin helfen den Mentees, sich zu öffnen und Kommunikationsfähigkeit entwickeln.

¹ Vgl. Bell 1996, 11ff zitiert in: Hilb 1997, S. 38f

² Die Untersuchung „Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitung zum Modellprojekt Mentorinnen-Netzwerk für Frauen an hessischen Universitäten und Fachhochschule“ wurde zitiert in: Heinze 2002, S.64

³ Vgl. Segerman-Peck 1994, S.67 und Heinze 2002, S.26

⁴ Vgl. Broschüre „Mentoring für Frauen in Europa“ http://www.dji.de/4_mentoringfrauen/titeldt.htm

Maßgeblich zur Qualität der Mentoring-Beziehung trägt bei, ob die Mentee das Gefühl hat, Fehler und eigene Erfahrungen machen zu dürfen, ohne bevormundet zu werden. Für die Mentorin kann es eine große Herausforderung sein, die Mentee nicht mit Lösungen und Ratschlägen zu konfrontieren, sondern ihrer Anvertrauten offen zu lassen, welchen Weg sie geht und welche Entscheidung sie trifft, selbst wenn man anderer Ansicht gewesen ist.

Wichtig ist, dass Mentoring nicht zu einer Art Abhängigkeit der Mentee von ihrer Mentorin führt. Beim Mentoring kommt es vor allem darauf an, dass das Tandem gemeinsam Lösungen und Strategien entwickelt, die von der Mentee eigenständig angeregt und umgesetzt werden. Auf diese Weise wird die Selbständigkeit der Mentee gestärkt und sie angeleitet für sich Verantwortung zu übernehmen.

Für die Häufigkeit und Intensität der Kontakte zwischen Mentorin und Mentee gibt es keine allgemeingültige Regel. Im Projekt *anna & marie* bestimmen die Mädchen die Häufigkeit und Dauer selbst und daher gestalten sich die Beziehungen zwischen Mentorin und Mentee sehr unterschiedlich: zwischen sehr intensiven Beziehungen mit fast täglichen Kontakten bis zu einmaligen Treffen ist alles vertreten. Diese Entscheidung wird jedem Tandem selbst überlassen.

8.3 Der personenzentrierte Ansatz nach Rogers

Das inhaltliche Konzept von *anna & marie* basiert auf dem personenzentrierten Ansatz des amerikanischen Psychologen und Psychotherapeuten Carl Rogers (1902 – 1987). Er ist Begründer der personenzentrierten Gesprächsführung, die durch jahrelange Erfahrung im Umgang mit seinen Klienten entstanden ist und von vielen Therapeuten und Beratern bis heute praktiziert wird. Um ein umfassendes Verständnis für den Charakter, die Zielsetzung und Arbeitsweise des Projekts *anna & marie* zu erhalten, ist es wichtig, sich mit der Philosophie und dem Menschenbild Carl Rogers zu befassen. Da die ehrenamtlichen Mentorinnen zur Vorbereitung auf ihre spätere Tätigkeit als Begleiterinnen intensiv in personenzentrierter Gesprächsführung geschult werden, wird im folgenden Kapitel den der Ansatz von Carl Rogers dargestellt und der Bezug zum Projekt *anna & marie* hergestellt.

Rogers selbst betont an verschiedenen Stellen, dass die Wirkung des personenzentrierten Ansatzes nicht auf die Therapie beschränkt ist, sondern auf jede Beziehung und jede Situation anwendbar ist, da es sich im Grunde um allgemeine Einstellungen anderen Personen gegenüber handelt.¹

¹ Vgl. Rogers 1981, S.67 und Alterhoff 1994, S.82

8.3.1 Das Menschenbild im personenzentrierten Ansatz

Carl ROGERS ist überzeugt: Die menschliche Natur ist positiv, vertrauenswürdig, schöpferisch, sozial, entscheidungs- und handlungsfähig und auf Wachstum und Autonomie hin ausgerichtet.¹ Seiner Auffassung nach ist jeder Mensch mit einem ungeheuren Potential zur Selbsterkenntnis und zur Veränderung seiner Einstellungen und seines selbst bestimmten Verhaltens ausgestattet. Diese grundsätzlich positive und optimistische Einstellung dem Menschen gegenüber gilt als charakteristisches Merkmal des personenzentrierten Ansatzes.²

Nach ROGERS wird der Organismus des Menschen nicht durch Triebe, sondern von einer zielgerichteten Antriebskraft zur Selbsterhaltung und Verwirklichung der eigenen Potentiale gesteuert. Diese sogenannte *Aktualisierungstendenz* ist dem Menschen nach Rogers Theorie angeboren und stellt die wichtigste Triebfeder menschlichen Verhaltens und Erlebens dar. Nach SEITHE „...geht Rogers davon aus, dass jedem Organismus eine zentrale, motivierende Kraft innewohnt, die ihn in Richtung Selbstentfaltung, Autonomie und Weiterentwicklung treibt.“³ Jeder Mensch, der unter günstigen Bedingungen lebt, kann laut Rogers davon ausgehen, dass er sich zu einem sozialen, selbstbestimmten und unabhängigen Wesen entfaltet.⁴ Nach ROGERS kann das Wachstum dieser Tendenz durch die Erfahrung einer vertrauensvollen Beziehung gefördert werden. Das Ergebnis *personalen Begegnung*⁵ trägt wesentlich zur Entwicklung der Person bei. Die Wirkung der personenzentrierten Beratung hängt demnach in erster Linie von der Haltung des Beraters und nicht von theoretischem oder diagnostischem Wissen oder der Anwendung von Techniken ab.⁶

8.3.2 Non-direktive Gesprächsführung

Die übliche Situation in einer Beratung stellt sich meist so dar, dass eine Hilfesuchende mit ihrem Problem zu einer Beraterin geht. Diese hört sich das Problem an und schlägt anschließend eine Lösung vor (direktives Verhalten). Bei der non-direktiven Gesprächsführung steht nicht das Problem, sondern die Hilfesuchende selbst im Mittelpunkt der Betrachtung. Eine non-direktive Gesprächsführung „zeichnet sich vornehmlich dadurch aus, dass man auf Ratschläge, das Anbieten von Lösungen, direkte Fragen, Interpretationen (...) verzichtet.“⁷

¹ Vgl. Rogers 1991, S.130 und Schmid 1995, S.100ff

² Vgl. Alterhoff 1994, S.47

³ Seithe 2008, S.20

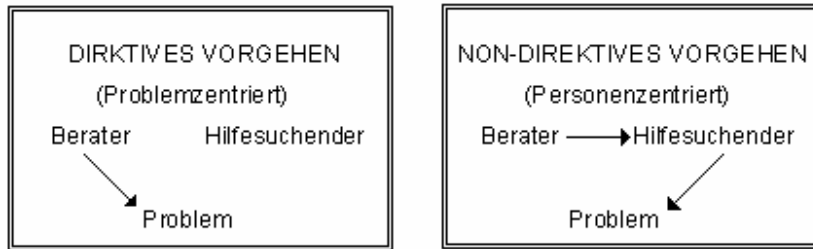
⁴ Vgl. Alterhoff 1994, S.44

⁵ Anmerkung: Von einer personalen Begegnung wird dann gesprochen, wenn eine non-direktive Gesprächsführung praktiziert wird und die frei Kriterien der personenzentrierten Grundhaltung (Empathie, Echtheit und Akzeptanz) möglichst gut realisiert sind. Näheres dazu wird im Folgenden beschrieben.

⁶ Vgl. Schmid 1995, S.100

⁷ Bay 1995, S.31

Abbildung 8: Direktives Vorgehen (links) und Non-Direktives Verhalten (rechts)¹



ROGERS geht davon aus, dass die Hilfesuchende im Beratungsgespräch selbst in der Lage ist, ihr Problem angemessen zu beschreiben und auch Lösungen zu entwickeln. Bewusst oder unbewusst weiß jeder Mensch mehr über sich selbst, als er glaubt. Damit räumt ROGERS konsequent mit der Vorstellung auf, die Beraterin wisse es besser. Deshalb ist es notwendig, dass die Helfende ihr Gegenüber als eigenständige, selbstverantwortliche, mündige und entwicklungsfähige Person betrachtet. Die Beraterin braucht keinen Weg vorzugeben, um der Hilfesuchenden die Lösung ihrer Probleme zu ermöglichen. Anders gesagt, die Beraterin muss in diesem Prozess nicht die Richtung bestimmen, weshalb diese Art der Gesprächsführung auch als *non-direktiv* bezeichnet wird. Hier steht das Wachstum und das Reifen der Person im Mittelpunkt und nicht sein isoliertes Problem. Ziel der personenzentrierten Gesprächsführung ist es, dass sich die Hilfesuchende über ihre „gefühlsmäßigen Einstellungen, Bewertungen, Wünsche und Ziele klarer wird, dass sie sich mit ihren inneren Prozessen auseinandersetzt und dass sie anfängt, selber aktiv nach Lösungen zu suchen.“²

8.3.3 Die personenzentrierte Grundhaltung

Carl ROGERS vertritt eine Grundhaltung in der Begegnung und im Gespräch mit Menschen, die sich in vielen Bereichen als hilfreich und zielführend erwiesen hat. Bei der personenzentrierten Beratung handelt es sich nicht um eine leicht lernbare Technik und sie stellt auch keine simple Gesprächstechnik des ‚Spiegelns‘ dar. Die drei Merkmale *Empathie*, *Echtheit* und *akzeptierende Wertschätzung* sind die Grundhaltungen auf Seiten der Beraterin, die erfüllt sein müssen, damit ein wachstumsförderndes Klima entsteht. Wenn die Beraterin diese verwirklicht und von der Hilfesuchenden entsprechend wahrgenommen wird, bietet sie ihrer Gesprächspartnerin optimale Voraussetzungen für eine konstruktive Auseinandersetzung mit sich selbst und ihren Verhaltensweisen.³

Das erste Element als Voraussetzung für ein vertrauensvolles Miteinander ist nach Carl Rogers emphatisches Verstehen. **Empathie** als sensible Haltung, Fähigkeit und Bereitschaft, sich in den Klienten hineinzusetzen, bedeutet im weiteren Sinne ein „einführendes

¹ Quelle: Schmid 1989, S.45

² Seithe 2008, S.20

³ Vgl. Alterhoff 1994, S.82

Verstehen oder ein Sich-Hineinsetzen“¹. Rogers selbst definiert Empathie als den Zustand des Sich-Einfühlens, die das Gegenüber mit allen emotionalen Komponenten wahrnehmen kann, als ob er selbst der andere wäre, ohne aber jemals den *als ob* Zustand zu verlassen.² Dabei werden sowohl Gefühle und Empfindungen des Gesprächspartners wie auch innere Bedeutungszusammenhänge erspürt und mitgeteilt. Diese Kommunikation bzw. Reflexion der Beraterin verhelfen dem Gegenüber zu einer differenzierten Wahrnehmung der eigenen Gefühlswelt.³ Rogers gebraucht hier das Bild des Spiegels, den die Beraterin für die Hilfesuchende darstellen soll. In diesem Spiegel entdeckt sie sich selbst und nimmt vielleicht manches wahr, das ihrem Bewusstsein bislang noch nicht zugänglich war. Emphatisches Verstehen bedeutet demnach, sich in jemanden hineinzusetzen und die innere Welt des anderen verstehen zu wollen. Ist die anschließende Verbalisierung der Erlebnisinhalte zutreffend, fühlt sich der Klient verstanden und angeleitet, sich weiter und tiefer auf sich einzulassen und kann dadurch neue Sichtweisen gewinnen.

Die zweite Bedingung für eine positive Wirkung der Beziehung zwischen Beraterin und Hilfesuchender liegt in der **Echtheit** der Beraterin. Echt oder authentisch ist eine Person, die sich ihrer Emotionen und Reaktionen bewusst ist. Eine wahrhaftige Beraterin ist persönlich und aufrichtig an der Beziehung beteiligt und in Übereinstimmung mit sich selbst. Echtheit ist nur möglich, wenn das Interesse am anderen nicht geheuchelt und Verständnis nicht gespielt ist und die Beraterin nicht den Mantel des Beraters anzieht, um damit in eine Rolle zu schlüpfen, die im Widerspruch zu seinem sonstigen Leben, seiner Einstellung oder der aktuellen Beziehung steht.⁴ Pseudoprofessionelles Verhalten, vorgespülte Sicherheit oder vorgetäushtes Interesse stehen einer wahrhaftigen Beziehung zur Hilfesuchenden im Weg. Je mehr die Beraterin in der Beziehung sich selbst ist, d.h. kein professionelles Gehabe und keine Fassade zur Schau trägt, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich die Hilfesuchende äußern und auf konstruktive Weise wachsen wird.⁵

Echtheit lernt man nicht ein für allemal: Ständige Supervision und Praxisbegleitung ermöglichen einen kontinuierlichen Reflexion- und Lernprozess, der auch sicherstellt, dass durch die Gespräche aufgewühlte eigene Probleme dort behandelt werden können, wo sie hingehören: in die Supervision.⁶ Diese ist essentiell wichtig, um nicht in die Gefahr zu geraten, sich im Prozess der Akzeptanz und des Verstehens selbst zu verlieren und sich nicht abgrenzen zu können. Denn eine große Schwierigkeit beim Erlernen der personenzentrierten Kommunikation besteht darin, dass oft heftige Gefühle beim Gegenüber auftreten, die ausgehalten werden müssen.

¹ Vgl. Alterhoff 1994, S.83 und Schmid 1995, S.139

² Vgl. Rogers 1991, S.175

³ Vgl. Alterhoff 1994, S.87

⁴ Vgl. Schmid 1995, S.122

⁵ Vgl. Rogers 1981, S.67

⁶ Vgl. Schmid, 1995, S.129

Die dritte wesentliche Haltung ist die **Wertschätzung** und bedingungslose Akzeptanz, die den anderen mit seinen Gefühlen, Erfahrungen und seinem Willen annimmt. Jemanden zu akzeptieren bedeutet, Fortschritte, aber auch und Rückschritte hinzunehmen – und nicht, den Klienten nur dann zu respektieren, wenn er Fortschritte in die ‚gewünschte Richtung‘ macht. Es bedeutet auch, seine Abwehr- und Schutzmechanismen anzunehmen, sein Zögern und Sich-Weigern. Ein solches Zuwendungsverhalten drückt das aktive Interesse der Beraterin am Erleben der Hilfesuchenden aus.¹ Wer solcherart geachtet und angenommen wird, kann sich leichter selbst akzeptieren und verhindert Abwehrreaktionen, Angst oder Misstrauen.² Die Wertschätzung des Gegenübers, die nicht an Bedingungen geknüpft ist, ermutigt es zu Offenheit, neuem Denken und veränderten Sichtweisen.³

Nicht selten wurde jedoch die von ROGERS geforderte bedingungslose Akzeptanz missverstanden als naive Großzügigkeit und Bereitschaft, alles für ‚gut‘ zu heißen. Bedingungslose Akzeptanz wird bei ihm jedoch als ein Angebot der Zuwendung und Bereitschaft verstanden, sich auf den anderen einzulassen, aus der Überzeugung heraus, dass das Gegenüber Aufmerksamkeit und Zuwendung verdient hat, auch wenn ‚negative‘ Gefühle, Ängste, Widerstände, unsoziale Einstellungen und Unangenehmes zum Vorschein kommen.⁴ „Das ist die Form des Akzeptierens, von der die Hypothese aufgestellt wird, dass sie notwendig ist, wenn eine Persönlichkeitsveränderung geschehen soll.“⁵

Nach ROGERS' Vorstellung sind *Empathie*, *Echtheit* und *akzeptierende Wertschätzung* in ihrer Kombination eine Grundhaltung des Beraters. Die Echtheit ist die Bedingung dafür, dass die anderen Einstellungen als hilfreich erfahren werden können. Je mehr es gelingt, die personenzentrierte Haltung zu verwirklichen, umso größer ist die Chance, dass bei der Hilfesuchenden ein Prozess in Gang kommt, der sich auf Besserung von psychosozialen Störungen, auf die Übernahme von Selbstverantwortung und auf den Abbau von Wachstumsblockierungen hinbewegt. Auch wenn das Modell als theoretisches Konzept relativ einfach erscheint, stellt es in der Praxis sehr hohe Anforderungen an die Beraterin. Eigene Erfahrungen mit dem Prozess des Sich-Wahrnehmens, Sich-Annehmens und Sich-Verstehens sind Voraussetzung.⁶ In einer solchen Atmosphäre „entwickeln die Menschen mehr Selbsterkenntnis, mehr Selbstvertrauen und eine größere Fähigkeit, ihr Verhalten selbst zu wählen. Sie machen signifikante Lernfortschritte und sie haben mehr Freiheit zu sein.“⁷

¹ Alterhoff 1994, S.128

² Vgl. Schmid 1995, S.130

³ Vgl. Seithe 2008, S.12

⁴ Vgl. Schmid 1995, S.132 ff

⁵ Rogers 1991, S.174

⁶ Anmerkung: Die eigene Erfahrung ist eine wichtige Thema mit der sich die ehrenamtlichen Frauen besonders in der Fortbildung auseinandersetzen.

⁷ Rogers 1981, S.84

8.3.4 Rogers Philosophie im Bezug auf *anna & marie*

Das Mentorinnenprojekt *anna & marie* möchte die Bewältigungspotentiale von Mädchen und *Postadoleszentinnen* durch soziale Unterstützung stärken. Sie sollen dazu befähigt werden, ihre Anforderungen und Entwicklungsaufgaben selbständig zu bewältigen, die erwähnten Ablösungs- und Verselbständigungsprozesse anzugehen, ihre Identität zu finden und darüber hinaus kritische Lebensereignisse zu verarbeiten.

In der personenzentrierten Begleitung der jungen Frauen sollen keine Ratschläge erteilt, niemand beurteilt oder bewertet werden. Stattdessen sollen die *Postadoleszentinnen* die Möglichkeit erhalten, den Verlauf und die Inhalte der Gespräche selbst zu bestimmen. Durch Empathie, Echtheit und Akzeptanz wird eine vertrauensvolle Atmosphäre geschaffen, die es den jungen Frauen ermöglichen, ehrlich mit sich selbst umzugehen und sich trotz ihrer negativen Seiten und Erfahrungen zu akzeptieren. Es ist das Anliegen des Projekts, dass die jungen Frauen durch aktive Zuhörerinnen die Gelegenheit haben, ihre eigene Situation zu reflektieren und eigene Lösungswege zur Bewältigung ihrer Anforderungen und Probleme zu finden. Das bietet den jungen Frauen eine solide Grundlage, von der sie nicht nur augenblicklich, sondern langfristig für ihr Leben profitieren. Gemäß der Aktualisierungstendenz nach Rogers sollen sie sozusagen ihren innewohnenden, positiven Antrieb nutzen, um zu neuen Sichtweisen zu gelangen und ihre Probleme selbst in die Hand zu nehmen. Sie sind und bleiben die Expertinnen für ihre Leben und diese Mündigkeit und Eigenständigkeit wird ihnen damit erhalten.

ROGERS selbst hat solche Erfahrungen des Zuhörens und Begleitens erlebt und berichtet darüber wie folgt:

*„Ich habe in meinem Leben wiederholt das Gefühl gehabt, vor unlösbaren Problemen zu bersten (...) und es hat eine Zeit gegeben, da ich von Gefühlen der Wertlosigkeit und Verzweiflung überwältigt wurde. Ich glaube, ich hatte zu diesen Zeiten mehr Glück als die meisten anderen, Menschen zu finden, die fähig waren, mich zu hören und mich dadurch aus dem Chaos meiner Gefühle zu retten, Menschen die im Stande waren, meine Botschaften ein bisschen tiefer zu erfassen, als ich es selbst konnte. Diese Menschen haben mich gehört, ohne mich zu beurteilen, mich zu diagnostizieren, mich abzuschätzen, mich zu bewerten. Sie haben einfach zugehört und geklärt und auf allen Ebenen, auf denen ich mit ihnen in Beziehung trat, auf mich reagiert. Ich kann bezeugen, dass es verdammt gut tut, wenn man in seelischer Not ist und jemand einen wirklich hört, ohne über einen zu richten, ohne zu versuchen, die Verantwortung für einen zu übernehmen und ohne einen nach seinen Vorstellungen zu formen! (...) Dadurch wurde es mir möglich, Gefühle von Schuld, Verzweiflung und Verwirrung zu offenbaren, die ein Teil meiner Erfahrung sind. Wenn man mir zugehört und mich verstanden hat, dann ist es mir möglich, meine Welt auf neue Weise zu sehen und weiterzumachen. Es ist erstaunlich, wie Dinge, die unlösbar erscheinen, lösbar werden, wenn jemand zuhört; wie sich Verwirrungen, die unentwirrbar scheinen, in glatt fließende Ströme verwandeln, **wenn man gehört wird.**“¹*

¹ Rogers 1981, S.23

Diese „ganz besondere Art des Zuhörens ist eine der mächtigsten Kräfte, die ich kenne.“¹ Doch wie kommt es dass dieses Klima, das eben beschrieben wurde, Veränderungen herbeiführt? In kurzen Worten, wenn Menschen nach ROGERS akzeptiert und geschätzt werden, trotz ihrer Vorgeschichte, Gefühle und Schwächen, tendieren sie dazu

- eine fürsorgliche Einstellung zu sich selbst zu entwickeln,
- gestärkt aus den Gesprächen zu gehen und andere Bewältigungsstrategien im Umgang mit Stressoren zu entwickeln und
- in ihre weiblichen Identität hineinzuwachsen.

9. Die Forschungsfrage

Nachdem sich diese Arbeit mit der Lebenssituation junger Frauen und den typischen Anforderungen ihrer Lebensphase auseinandersetzen und einen Einblick in die Formen und Prozesse von Bewältigung und deren Auswirkungen im Zusammenhang mit kritischen Lebensereignisse erhalten konnte, wird immer deutlicher, vor welchen Herausforderungen junge Frauen stehen und wie wichtig individuelle und soziale Unterstützung in diesem Zusammenhang für sie ist. Das Mentorinnenprojekt *anna & marie* bietet jungen Frauen, die sich in einer für sie schwierigen Lebenslage befinden, Hilfe durch Begleitung.

Die erkenntnisleitende Fragestellung lautet demnach:

Welche Chancen haben Mentorenprojekte
für die Bewältigung kritischer Lebensereignisse von jungen Frauen?

Mit dieser Fragestellung wird an dieser Stelle in die empirische Forschung einsteigen. Ziel der Untersuchung ist es, herauszufinden, welche Chancen, Potentiale und welchen Nutzen Mentorenprojekte jungen Frauen in Bezug auf ihr Leben und besonders die Bewältigung der kritischen Lebensereignisse bieten und welche Aspekte des Projekts *anna & marie* und der Begleitung dabei eine besondere Rolle spielen.

Im Hinblick auf die Theorie haben Mentorenprojekte das Potential, junge Frauen in Bezug auf ihren Lebensweg und die Bewältigung von Lebensereignissen zu fördern. Doch welche Aspekte für die jungen Frauen selbst dabei eine besondere Rolle einnehmen, lässt sich bislang nur vermuten. Es ist das Kennzeichen der empirischen und besonders der qualitativen Forschung sich mit Offenheit an das Feld heranzuwagen und neue Antworten zu erwarten, die die theoretische Auseinandersetzung noch nicht aufzeigen konnte.

¹ Rogers 1981, S.68

In diesem Zusammenhang sind folgende Fragen relevant:

- Welche Rolle spielt das gemeinsame Gespräch?
- Was kennzeichnet die Beziehung von Mentorin und Mentee?
- Welche Rolle spielt die Haltung der Mentorin?
- Was macht den besonderen Charakter des Projekts *anna & marie* aus?
- Welche Fortschritte machen jungen Frauen, die an das Projekt angebunden sind?

II. EMPIRISCHER TEIL

10. Konzeption und Durchführung der empirischen Untersuchung

In diesem Teil der Arbeit wird die methodische Konzeption und Vorgehensweise der vorliegenden Untersuchung beschrieben. Zunächst wird die Auswahl des Erhebungsinstrumentes erklärt und begründet und anschließend deren Umsetzung.

10.1 Auswahl des Erhebungsinstrumentes - Das qualitative Interview

„In qualitativ orientierter Forschung ist das Vorgehen viel spezifischer auf den jeweiligen Gegenstand bezogen, werden die Methoden meist speziell für diesen Gegenstand entwickelt oder differenziert. Das muss bis ins Detail dokumentiert werden, um den Forschungsprozess für andere nachvollziehbar werden zu lassen.“¹

10.1.1 Überlegungen

Ganz zu Beginn der Forschungsarbeit stand die Suche nach einem geeigneten Erhebungsinstrument. Hierbei wurden folgenden Möglichkeiten abgewägt:

Die Entscheidung zu einer **qualitativen Forschung** war schnell gefasst, da es in dieser Untersuchung nicht darum ging, wie viele junge Frauen von kritischen Lebensereignissen betroffen sind, sondern darum, wie sie ihre Lebenssituation, die Anforderungen und Lebensereignisse subjektiv wahrnehmen und warum sie welchen persönlichen Nutzen aus dem Projekt ziehen. Es war wichtig, den subjektiven Sichtweisen der jungen Frauen zentrale Bedeutung beizumessen und zu verstehen, was sie denken was sie erlebt haben und welche Bedeutung das Projekt für sie hatte. Des Weiteren hat man die Chance, durch die Offenheit der qualitativen Forschung ‚Neues zu entdecken‘ und, wenn nötig, tiefer nachzufragen. Daher steht am Beginn einer qualitativen Forschung auch keine Annahme oder Hypothese, sondern eine Fragestellung.²

¹ Mayring 2002, S. 145

² Reinders 2005, S.20

Was die Wahl der Erhebungsmethode betrifft, wurde eine schriftliche Befragung ausgeschlossen, da sie nur dann als sinnvoll erachtet werden kann, wenn ein erhebliches Vorwissen über die zu erforschende Situation vorhanden ist. Des Weiteren war es wichtig, die Person, von der berichtet wird, und deren Sichtweise es zu erforschen galt, kennen zu lernen und sie in der Interaktion zu erleben. Einige Dynamiken und Eindrücke werden in der persönlichen Kommunikation vermittelt und nicht durch das bloße sachliche Beantworten von Fragen. Die strukturierte Form einer schriftlichen Befragung mit ihren festen Fragen lässt jedoch keine Antworten außerhalb des Spektrums der vorgelegten Antworten zu. Bei einem **qualitativen Interview** dagegen hat man viel eher die Möglichkeit, auf das Gegenüber einzugehen, nachzufragen und Dynamiken mit aufzunehmen und zu interpretieren.

Das narrative Interview schien als ungeeignet, da der Schwerpunkt dieser Forschung auf einer bestimmten Fragestellung liegt und das narrative Interview keinen ausdifferenzierten Leitfaden zulässt. Es eignet sich dagegen eher für Bereiche, die einen stark explorativen Charakter haben und ist daher als Methode für die Biographie- und Lebenslaufforschung geeignet.¹

Eine Gruppendiskussion als Erhebungsinstrument wurde in Erwägung gezogen, da sie die Möglichkeit gegeben hätte, mehrere Mentorinnen bzw. Mentees gleichzeitig zu befragen. Außerdem ist dieses Verfahren besonders geeignet, um kollektive Erfahrungen zu erschließen, die sowohl bei den Mentorinnen als auch bei den Mentees vorhanden sind. Einige der Fragenkomplexe hätten sich auch für eine Gruppendiskussion angeboten. Andererseits soll es um ganz individuelle Fragestellungen im Bezug auf persönliche Erfahrungen und Deutungen zu dem Projekt, die weniger für eine Gruppendiskussion geeignet schienen, da sie ganz individuelle Antworten fordern.

Nach sorgfältiger Abwägung wurde eine Entscheidung für das **problemzentrierte Interview in Form von Tandems**, sprich Mentee mit ihrer Mentorin, getroffen, da es für das Forschungsprojekt als Erhebungsinstrument sehr geeignet schien. Zwar wurde in Erwägung gezogen, die Mentorin und die Mentee einzeln zu befragen, jedoch hätte dies bedeutet, dass viele Aspekte, die die Beziehung und deren Dynamik betreffen, verloren gegangen wären. Außerdem gab es zwar individuelle Fragestellungen an die Mentee, die jedoch sehr gut von der Mentorin ergänzt werden könnten, da zwischen den beiden bereits über eine Zeit ein gewisses Vertrauensverhältnis besteht. Die Tandem-Lösung hatte nach längerer Überlegung den entscheidenden Vorteil, dass der Forscher dadurch einen Einblick in die Beziehung, den Umgang und das Verhältnis der beiden erhalten würde, was für die Fragestellung von großer bedeutende Rolle war, ohne dabei den Blick auf die Mentee zu verlieren. Eventuelle

¹ Vgl. Lamnek 2005, S.358

Dynamiken im Gespräch würden den Umgang der beiden widerspiegeln und darauf hindeuten, welche Prozesse in solch einer Mentoring-Beziehung von statten gehen. Es würde weniger relevant sein, ob sich die Meinung der beiden decken oder sie unterschiedlicher Ansicht sein würden. Vielmehr interessanter wäre, wie damit umgegangen wird und welchen Nutzen die Mentee daraus ggf. ziehen kann.

Darüber hinaus war wichtig, die Sichtweise derjenigen Person einfließen zu lassen, die dieses Projekt mitgegründet hat, sowie die Fortbildungen, Schulungen und die Supervision der Frauen begleitet und dadurch einen immensen Einblick in die Arbeit mit den Mentees und Mentorinnen hat. Das Experteninterview ist in diesem Zusammenhang eine Ergänzung. Es gilt als eine spezielle Anwendungsform von Leitfaden-Interviews¹, wobei der Befragte weniger als (ganze) Person interessiert, als „in seiner Eigenschaft als Experte für ein bestimmtes Handlungsfeld.“²

10.1.2 Begründung des Instruments: Das problemzentriertes Interview

In dieser vorliegenden Untersuchung interessiert den Forscher besonders die Perspektive der jungen Frauen bzw. der Mentees. Vor und während des Interviews soll ihnen vermittelt werden, dass es um ihre ganz persönliche und subjektive Sichtweise geht und nicht um eine ‚richtige‘ oder ‚falsche‘ Antwort. Da das **problemzentrierte Interview** zum Ziel hat, Meinungen, Sichtweisen und Interpretationen einer kleinen Anzahl von Befragten zu erfassen, deren Einstellung auf allgemeine Haltungen schließen lassen, ist aus der Methodenvielfalt der empirischen Sozialforschung das problemzentrierte Interview das geeignete Erhebungsinstrument. Dieses Instrument betont den Zusammenhang von Subjekt und Gesellschaft. Es wird demnach zunächst von subjektiven Aussagen ausgegangen, die im Weiteren jedoch auf kollektiv und gesamtgesellschaftlich relevante Verhaltensmuster übertragen werden. Bei diesem Thema handelt es sich um junge Frauen in der Gesellschaft und um die Frage, wie sie ihre kritischen Lebensereignisse bewältigen können und was sie dafür benötigen. Mit dem problemzentrierten Interview hat der Interviewer viel eher die Möglichkeit, auf diese Aspekte und Themen hinzusteuern, sprich, das Gespräch mit gezielten Fragen darauf hinzulenken, was beim narrativen Interview nicht der Fall ist. Hier steuert das Gespräch allein der Erzähler und spricht Themen an, die ihm wichtig sind. Daher wurde das **problemzentrierte leitfadengestützte Interview** als geeignetes Interview ausgewählt. Ziel der Untersuchung ist es, am Ende der Datenauswertung zu Hypothesen zu gelangen, die sowohl für die jungen Frauen im Projekt als auch für die Allgemeinheit relevant und von Bedeutung sind.

¹ Anmerkung: Der Leitfaden ist bis auf ein paar Umformulierungen derselbe wie bei den Tandem-Interviews.

² Flick 2007, S.214

Der zweite entscheidende Grund für die Wahl dieser Methode war, dass sich das problemzentrierte Interview hervorragend für eine theoriegeleitete Forschung¹ eignet, die keinen rein explorativen Charakter hat, sondern die Aspekte der vorherigen Problemanalyse in das Interview einfließen lässt. Das heißt, es wird zwar in den Fragestellungen ein Problem- bzw. Themenbereich eingegrenzt, jedoch offen gefragt, um damit den erzählgenerierenden Stimulus² anzuregen.

Charakteristisch für ein problemzentriertes Interview als teilstrukturierte Form³ ist der Leitfaden, der mit Themen und jeweils dazugehörigen offenen, erzählgenerierenden und eher strukturierenden Fragen von der Forscherin im Vorfeld erarbeitet wird. Dabei wird an eine gesellschaftliche Problemstellung angeknüpft, deren objektive Aspekte vorher analysiert wurden: *Problemzentrierung*.⁴

Der Interviewleitfaden hat zwar themenspezifische Fragen, diese sind jedoch offen und flexibel gestellt. Ziel ist es dabei, eine gewisse Balance zwischen Offenheit, Spontaneität und Leitfadenorientierung zu erhalten, um dem Mentee die Gelegenheit zu geben, individuell zu antworten und die Fragen individuell zu gewichten: *Gegenstandsorientierung*.⁵

Wenn sich die Befragte im Gespräch ernst genommen fühlt kann ein Vertrauensverhältnis entstehen, das eine wichtige Voraussetzung für die Offenheit und Selbstreflexion der Gesprächspartnerin darstellt. Indem die Befragte ihre Sichtweise entfalten kann, tauchen im Laufe der Unterhaltung immer wieder neue, unerwartete Aspekte auf. Möglicherweise kommt es zu Widersprüchlichkeiten oder Ambivalenzen, die thematisiert oder interpretiert werden können. Die Wahrnehmung der Gesprächsentwicklung und Dynamik ist von großer Bedeutung, da die Befragten meist erst durch die Fragen im Gespräch zu einer Selbstreflexion und damit zu einer bewussten Sichtweise gelangen: *Prozessorientierung*.⁶

10.2 Empirische Umsetzung der Fragestellung: Der Interviewleitfaden

Ein hilfreiches Instrument ist der Leitfaden, den der Forscher aus seinen Vorüberlegungen zum Problembereich entwickelt hat.⁷ Seine Funktion ist vor allem die Datengenerierung. Aus der Problemanalyse werden die zentralen Aspekte für den Interviewleitfaden zusammengestellt. Er enthält in einer vernünftigen Reihenfolge die einzelnen Themen mit jeweiligen Formulierungsvorschlägen der Fragen.⁸

¹ Vgl. Mayring 2002, S.70

² Vgl. Lamnek 2005, S.364

³ Vgl. Reinders 2005, S.117

⁴ Vgl. Mayring 2002, S.68f

⁵ Vgl. Flick 2007, S.210

⁶ Vgl. Mayring 2002, S.68f

⁷ Vgl. Lamnek 2005, S.367

⁸ Vgl. Mayring 2002, S.69

Anhand der erkenntnisleitenden Fragestellung¹ wurde ein Leitfaden² mit mehreren Themenblöcken entwickelt:

1. Themenblock: Hintergrund der jungen Frau und Zugang zum Projekt *anna & marie*

Das Ziel des ersten Themenblocks ist es, in Erfahrung zu bringen, aus welcher Situation und aus welchem persönlichen und familiären Hintergrund heraus die jungen Frauen zu *anna & marie* gekommen sind. Damit verbunden waren die Erwartungen, die die jungen Frauen zu Beginn an das Projekt hatten. Des Weiteren war die Perspektive enthalten, wie es den Frauen ganz zu Beginn des Projekts ging, wie es ihnen heute geht und welche Ereignisse und Entwicklungen sich in der Zwischenzeit abgespielt haben.

2. Themenblock: Anforderungen an junge Frauen

Der zweite Themenblock beschäftigt sich mit den Anforderungen, denen sich die jungen Frauen selbst ausgesetzt fühlen und bei welchen sie glauben, dass sie allgemein für junge Frauen gelten. Damit zusammenhängend war es wichtig, die jungen Frauen darüber nachdenken zu lassen, was sie aus ihrer Sicht für die Bewältigung dieser Anforderungen benötigen. In Bezug auf ihre Zukunftsperspektive interessiert, was ihre Wünsche und Ziele sind, ob sie welche haben und worüber sie sich eher Gedanken machen.

3. Themenblock: Der persönliche Nutzen aus dem Projekt *anna & marie*

Im dritten Themenkomplex soll in Erfahrung gebracht werden, was für die jungen Frauen das Besondere an dem Projekt *anna & marie* ist und inwieweit sie für ihre persönliches Leben davon profitiert haben. Da die jungen Frauen von den Mentorinnen begleitet und unterstützt werden und es ein Ziel von *anna & marie* ist, dass sich die Mentees weiterentwickeln, interessiert, welche neuen Seiten oder Eigenschaften die junge Frau an sich bzw. ihre Mentorin an ihr entdeckt hat.

4. Themenblock: Kennzeichen der Mentoring- Beziehung

Im vorletzten Themenblock war wichtig, dass die beiden über ihre Mentoren-Beziehung reflektieren und darüber, was diese kennzeichnet. Darüber hinaus soll in Erfahrung gebracht werden, was beide aneinander schätzen und inwieweit die Mentee ihre Mentorin als hilfreich oder als Stütze empfunden hat.

5. Themenblock: Abschließende Fragen

Beim abschließenden Themenblock geht es vor allem darum, dass die befragten Tandems am Ende des Gesprächs die Möglichkeit zu Ergänzungen erhalten für wichtige und

¹ Forschungsfrage: Welche Chancen haben Mentorenprojekte für die Bewältigung kritischer Lebensereignisse von jungen Frauen?

² Siehe im Anhang A1

nennenswerte Aspekte, die bisher noch nicht angesprochen wurden. Die letzte ausklingende Frage zielt darauf ab, dass die jungen Frauen gedanklich kurz ihr Leben reflektieren und im Bezug auf ihre persönlichen Erfahrungen Resümee ziehen.

10.2.1 Auswertung des Interviewleitfadens

Die Auswertung des Interviewleitfadens nach einer Testphase wird auch *Pilotierung*¹ genannt. Diese dient der Evaluation und ggf. der Änderung und Verbesserung, da sich bei der Konstruktion des Leitfadens schnell die Selbstverständlichkeit einschleichen kann, dass das Gegenüber ohne Zweifel nachvollziehen kann, was mit einer Frage gemeint ist.

Die Pilotierung dieser vorliegenden Arbeit wurde mit einer ausgewählten Person durchgeführt, die sich, wie die jungen Frauen aus dem Projekt *anna & marie*, in der Postadoleszenz befinden und durch den Verlust ihrer Mutter in jungen Jahre ebenfalls mit einem nicht-normativen kritischen Lebensereignis konfrontiert wurde.

Nach der Durchführung machte sie auf zwei Punkte aufmerksam: Zum einen auf die Sensibilität, die notwendig sei, wenn es um Vergangenes und die Anforderungen im Leben gehe, denn ‚darüber spreche man nicht mit jedem‘. Zum anderen wurden gemeinsam die Eingangsfragen überarbeitet, die entscheidend dafür sind, die Erzählung in Gang zu setzen und Vertrautheit mit dem Gegenüber und der Interviewsituation zu erzeugen.

Beispielsweise wurde aus einer Eingangsfrage: „Was findest an *anna & marie* gut?“, die Frage: Was ist deiner Meinung nach das Besondere an *anna & marie*?

10.3 Kommunikationsstil und Vorgehensweise

Zu Beginn ist *Smalltalk* und eine kurze Einleitung der Vorgehensweise wichtig, um sich einander anzunähern, in die Gesprächssituation zu finden und den Befragten Orientierung zu geben.² Das Interview soll einer natürlichen Unterhaltung nahe kommen und die Forscherin soll trotz des Leitfadens auch für Aspekte offen sein, die sich erst aus dem Gesprächsverlauf heraus ergeben. Eine unvoreingenommene, neutrale Haltung und echtes Interesse ist für den Verlauf des Interviews von großer Bedeutung.

Beim Interview mit einem Tandem ist die große Herausforderung die Moderation, so dass beide zu Wort kommen, das Augenmerk jedoch auf der Mentee bleibt. Dafür ist ein sensibles Gespür notwendig, um zu erkennen, wann es notwendig ist, dass Gespräch durch eine Frage oder direkte Ansprache zu lenken und wann es eine Gelegenheit gibt, sich aus dem Gespräch herauszunehmen, um die Mentorin mit ihrer Mentee über Thema reflektieren bzw. sprechen zu lassen.

¹ Vgl. Reinders 2005, S.120

² Vgl. Reinders 2005, S.158

Im Bezug auf die Kommunikation ist die möglichst große Nähe zum alltäglichen Sprachgebrauch der Interviewten wichtig. Nicht die Nutzung von wissenschaftlich möglichst präzisen Begriffen ist wesentlich, sondern die Verständlichkeit der Kommunikation und ihre Nähe zu alltäglichen Gesprächsgebrauch.¹ Während auf Verständlichkeit schon im Leitfaden großen Wert gelegt wurde, ist es im Interview umso wichtiger, darauf zu achten, dass Fragen nicht zu kompliziert formuliert werden. Des Weiteren widerspricht es einer natürlichen Unterhaltung, wenn Fragen nur abgelesen werden und der Blick weg von den Beragten ständig auf das Papier ‚wandert‘. Umso wichtiger, dass der Leitfaden zuvor verinnerlicht wurde und dadurch die Möglichkeit besteht, flexibler auf die Situation reagieren zu können.

Jeder Themenblock wird mit einer offenen erzählgenerierenden Frage begonnen. Es ist wichtig, dass beide im Gespräch das Gefühl haben, dass ihre Meinung bedeutungsvoll ist. Durch aktives Zuhören und Nachfragen soll der Interviewer den Erzählfluss und die Gesprächsbereitschaft anregen. Er möchte versuchen, sich so gut es geht aus dem Gespräch herauszunehmen, um nur dann aktiv zu werden, wenn der Erzählfluss ins Stocken gerät. Sollten die Befragten Themen anschnitten, die in einer späteren Frage angesprochen worden wäre, wird diese Frage innerlich gestrichen. Denn die Reihenfolge der Fragen hat keinerlei Bedeutung. Sie dient lediglich zur Orientierung. Das Gespräch folgt nicht „den Fragen des Interviewers, sondern die jeweils nächste Frage ergibt sich aus den Aussagen des Befragten.“²

10.4 Auswahl der Interviewpartnerinnen

Die Auswahl der Interviewpartnerinnen folgte dem *Profil-Sampling* nach REINDERS (2005). Bei diesem Verfahren liegen bereits Informationen über eine Reihe der Befragten vor, aus denen „jene ausgewählt werden, von denen vielfältige Informationen erwartbar sind.“³ Das *Profil-Sampling* ist in ein umfassenderes Projekt eingebunden, bei dem bereits Profile der in Frage kommenden Stichproben vorliegen. Der Vorteil dabei ist, dass die Auswahl der Interviewpartnerinnen gezielt anhand dieser selbst erhobenen Profile stattfinden kann.

Profil-Sampling = Erhebung von Profilen >> Befragtenauswahl >> Befragung ¹

Das Profil für die vorliegende Untersuchung sah folgendermaßen aus:

Die befragten Mentees sollten im Alter von mindestens 18 Jahren bis maximal 26 Jahren sein und bei dem Projekt anna & marie länger als ein Jahr teilnehmen. Die Voraussetzung, um an dem Projekt teilzunehmen, sprich auch an der Untersuchung, ist, dass sie in einer

¹ Vgl. Reinders 2005, S.154

² Atteslander 1984, S.110

³ Reinders 2005, S.143

schwierigen Lebenssituation stehen, mit nicht-normativen Ereignissen konfrontiert wurden und deswegen personelle Unterstützung und Begleitung benötigen. Die Voraussetzung für die Mentorin war lediglich, dass sie eine dieser jungen Frauen begleiten.

Diese Profibeschreibung wurde an die Gründerin des Projekts herangetreten. Sie hat anhand des Profils eine Liste von Telefonnummern zusammengestellt, die diesem entsprechen und die Mentorinnen vorab angefragt, ob sie zu einem Gespräch bereit wären.²

Die Intention war es, dass durch die Profilerstellung bereits wichtige Informationen über die Mentee gegeben werden und daher davon auszugehen ist, dass sie zu den gewählten Themen eine Position hat. Würde dieses Profil nicht angegeben, könnte es passieren, dass die Befragte Mentee 16 Jahre alt ist und seit vier Monaten an dem Projekt *anna & marie* teilnimmt. Dies hätte sowohl die Zielgruppe der Arbeit verfehlt als auch die Schwierigkeit beinhaltet, dass sie aufgrund der kurzen Zeit der Begleitung durch eine Mentorin weniger gewichtige Aussagen zu manchen Fragen hätte machen können, wie es eine Mentee machen kann, die seit drei Jahren an dem Projekt teilnimmt.

¹ Vgl. Reinders 2005, S.150

² Anmerkung: Informationen zur Kontaktaufnahme wird im folgenden Kapitel ausführlicher beschrieben.

11. Datenerhebung

In diesem Kapitel werden die Datenerhebung und wichtige Teilaspekte, wie die Kontaktaufnahme zum Forschungsfeld und die Situation vor und während des Interviews näher erläutert sowie die Fallskizzen der einzelnen Tandems dargestellt. Im letzten Abschnitt dieses Kapitels soll aufgezeigt und begründet werden, nach welchen Methoden die erhaltenen Informationen ausgewertet wurden.

11.1 Kontaktaufnahme

Die regionale Tageszeitung der Stadt Öhringen berichtete im Dezember 2008 davon, dass das Projekt *anna & marie* im Januar 2009 erneut Fortbildungen für interessierte Frauen beginnen wird, die sich ehrenamtlich als Mentorinnen engagieren möchten. Daraufhin wurde telefonischer Kontakt zu der Projektleiterin Martina Grön Anfang Januar 2009 aufgenommen. Aufgrund des gezeigten Interesses ergab sich die Möglichkeit diese Untersuchung durchzuführen und gleichzeitig an der Fortbildung für werdende Mentorinnen teilzunehmen.

„Nähe zum Gegenstand ist ein Leitgedanke qualitativ - interpretativer Forschung. (...) In qualitativer Forschung wird das vor allem dadurch erreicht, dass man möglichst nahe an der Alltagswelt der beforschten Subjekte anknüpft. Anstatt Versuchspersonen ins Labor zu holen, versucht man ins „Feld“ zu gehen, in die natürliche Lebenswelt der Beforschten.“ (Mayring 2003, S.146)

Diese Einladung war deshalb so bedeutend, weil sie der Forscherin die Gelegenheit gab, sich den Hintergründen des Projekts anzunähern und sich intensiv mit der Philosophie und Haltung der Mentorinnen auseinanderzusetzen. Darüber hinaus enthielt es die Möglichkeit, einen Eindruck von der Grundhaltung und dem Menschenbild zu bekommen, das den Mentorinnen vermittelt wird.

Wie bereits erwähnt, erstellte Martina Grön anhand des Profils eine telefonische Kontaktliste mit bereits tätigen Mentorinnen, die bereit und motiviert waren, an einem Gespräch teilzunehmen. Martina Grön hatte die Interviews bei den jeweiligen Frauen auf der Liste angekündigt und daher ging es bei der telefonischen Kontaktaufnahme mit den jeweiligen Mentorinnen bereits um die Absprache von eventuellen Terminen und Orten. Sie alle boten an, die Koordination für die Interviews zu übernehmen, sprich mit ihren Mentees zu sprechen und anschließend Rückmeldung zu geben. In diesem Zusammenhang wurde über den zeitlichen Rahmen des Interviews von ungefähr 60 Minuten gesprochen und es wurde darum gebeten, sich genügend Zeit einzuplanen, damit kein Zeitdruck entsteht.

Die Wahl des Termins stellte sich aufgrund der drei Beteiligten am Interview als Herausforderung dar, da bei jedem Berufstätigkeit, Ausbildung oder Familie einen großen

Teil der Zeit einnahm. Bei sechs Interviews ist dies eine spannende bis frustrierende Erfahrung des Feldzugangs. Dennoch haben sich trotz kleiner Anlaufschwierigkeiten alle Beteiligten die Zeit genommen, was für die Bereitschaft und auch hohe Motivation der Befragten spricht.

Die Entscheidung für einen geeigneten Interviewort ist, ebenso wie der geeignete Zeitpunkt, nicht von geringer Bedeutung. Damit sich ein Mensch in einer Gesprächssituation wohl fühlt und nicht zu sehr von den äußeren Bedingungen eingenommen oder befremdet wird, ist eine ‚natürliche Umgebung‘¹ für die Qualität des Interviews wichtig. ‚Natürlich‘ bedeutet in dem Zusammenhang einen Ort, an dem sich der Befragte häufig aufhält oder der ihm zumindest nicht fremd ist. In einer gewohnten Umgebung müssen sich die Befragten nicht erst an ein neues Umfeld gewöhnen. Dennoch ist diese gewohnte Umgebung nicht für jeden das eigene Zuhause. Eine hilfreiche Option ist, den Befragten die Entscheidung zu überlassen. Es gibt Menschen, die sich lieber an ‚neutralen‘ Orten aufhalten und eine ‚Interviewsituation‘ nicht an ihrem Wohnzimmertisch führen wollen, weil ihr Zuhause für sie ein Rückzugsort darstellt.

Diese Wahlfreiheit wurde bereits bei der ersten Kontaktaufnahme bekräftigt und es entschlossen sich daraufhin von sechs Interviews ein Tandem und die Expertin dafür, sich an einem ‚neutralen‘ Ort zu treffen. Die anderen bevorzugten ihre ‚gewohnte‘ Umgebung. Dabei haben sich diese vier restlichen Tandems noch einmal darin unterschieden, dass eine von vier Mentees die Mentorin und die Interviewerin zu sich nach Hause eingeladen hat. Die anderen drei Interviewsituationen fanden bei den Mentorinnen Zuhause statt.

11.2 Interviewsituation

Es war eine große Hilfe sich vor jedem Gespräch neu klarzumachen, dass jedes Interview anders verläuft und jede Gesprächspause und unerwartete Ambivalenz oder Dynamik womöglich eine Aussagekraft hat. Zwei bzw. drei Interviewsituation verliefen beispielsweise ganz anders als ‚geplant‘:

- **Interviewsituation 3²**

Der Termin war bereits vereinbart und die Mentorin berichtete, Tina³ freue sich sehr auf unser Gespräch. Sie fände es spannend, an einer solchen Untersuchung teilzuhaben und habe kein Problem damit, über ihr Leben und ihre Erfahrungen zu sprechen. Eine Woche vor dem Termin kam ein Telefonanruf von Hannah, ihrer Mentorin. Der Termin mit Tina könne leider nicht stattfinden, da Tina seit drei Tagen in der psychiatrischen Klinik sei. Tina sei heroinabhängig und seit langer Zeit auf Methadon eingestellt gewesen. Nun habe sie einen

¹ Vgl. Reinders 2005, S.183

² Vergleiche Fallskizze 3 und im Anhang ‚Interview marie 3‘

³ Name aus datenschutzrechtlichen Gründen geändert.

schweren Rückfall erlitten. Sie sei in der Klinik nun zur Beobachtung und werde dort die nächsten Wochen verbleiben. Sie habe ‚gestern‘ mit Tina telefonischen Kontakt gehabt und es habe ihr sehr leid getan. Jedoch fühle sie sich nicht im Stande zu einem Gespräch und auch die Ärzte rieten davon ab. Daraufhin bot Hannah an, das Gespräch ohne Tinas Anwesenheit zu führen. Sie kenne Tina seit sechs Jahren und könne vieles über sie und aus ihrer Perspektive berichten. Das Angebot wurde angenommen in der Zuversicht, dass auch dieses überraschende Ereignis eine Aussagekraft für die Forschung haben kann.

- **Interviewsituation 1 und 2¹**

Dieses Gespräch war auf einen Donnerstagabend terminiert. Die Mentorin war am Telefon sehr freundlich und meinte, die Forscherin sei herzlich zum Essen eingeladen, die Mentees würden dann dazukommen. Somit wurden aus einem Interview überraschend zwei. Organisatorisch wurde es ganz gut gelöst, indem vor dem Essen das eine Interview (1) geführt wurde, während dem Essen die zweite Mentee hinzukam und man sich bereits aufwärmen konnte. Die Mentee aus dem ersten Interview verabschiedete sich nach dem Essen für einen weiteren Termin und man hatte Ruhe und Zeit für das zweite Interview.

Die restlichen Interviews verliefen ‚nach Plan‘. Im Februar 2009 wurden somit vier Interviews mit Mentee und Mentorin, ein Interview mit Mentorin und ein Interview mit der Gründerin des Projekts auf der Grundlage des Leitfadens durchgeführt. Bei der Terminabsprache wurde jeweils Wert darauf gelegt, dass ein grober Zeitrahmen vereinbart wurde, um ungestört sein zu können. Die Gespräche dauerten von 30 bis zu 60 Minuten. Eine längere Ausdehnung der Interviews erschien auch im Hinblick auf eventuelle Ermüdungserscheinungen als nicht sinnvoll. Alle Gespräche wurden aufgezeichnet und transkribiert.

Zur Gesprächsdynamik ist zu sagen, dass sie je nach Interview sehr unterschiedlich, aber erfreulich war. Die Mentees waren allesamt sehr offen und gesprächig, die Mentorinnen in der Rolle der Ergänzenden. In manchen Interviews hat sich eine interaktive Unterhaltung zwischen den beiden ergeben. Die ausführliche Interpretation findet jedoch in der Auswertung der Forschung² statt.

Aus den Interviews und Vorabgesprächen am Telefon konnten folgende Informationen über die Befragten in Erfahrung gebracht werden. Wichtig erschien bei den Mentees das Alter, seit wann sie an dem Projekt teilnehmen, welchen familiären Hintergrund sie haben und in welcher derzeitigen Situation sie leben. Bei den Mentorinnen war das Alter, ihre Beruf, ihr Familienstand und seit wann sie bei *anna & marie* dabei sind, interessiert.

¹ Vergleiche Fallskizze 1 & 2 und im Anhang Interview *anna & marie* 1 & 2

² Siehe Kapitel 12 dieser Arbeit.

11.3 Fallskizzen

11.3.1 Interviewtandem *anna & marie* 1

Natalie¹ ist 23 Jahre alt und lebt bei einer Bekannten. Sie wuchs in einer muslimischen Familie mit vier Geschwistern in einer Plattenbausiedlung auf. Als sie 14 Jahre alt war und mit ihrem Cousin verlobt wurde, lief sie von Zuhause weg und brach jeglichen Kontakt zu ihrer Familie ab. Lediglich zu ihrer älteren Schwester in Frankfurt besteht Kontakt. Nach einem vierjährigen stationären Aufenthalt in der Jugendhilfe zog Natalie in eine eigene Wohnung und begann mit 18 Jahren eine Ausbildung als Malerin. Da sie jedoch nicht übernommen wurde und keine neue Stelle bekam, ist Natalie seit einem Jahr arbeitslos und bezieht Sozialhilfe.

Zum Projekt *anna & marie* kam Natalie vor fünf Jahren durch den Rat einer Freundin. Seither wird sie durch Ines (45 Jahre) begleitet. Ines arbeitet als freie Autorin, ist verheiratet und hat zwei volljährige Kinder. An dem Projekt *anna & marie* nimmt Ines seit der Gründung im Jahr 2002 teil. Aktuell kellnert Natalie am Wochenende, ist aber auf der Suche nach einer festen Anstellung als Malerin.

11.3.2 Interviewtandem *anna & marie* 2

Daniela ist 25 Jahre alt und lebt mit ihrem Freund in einer gemeinsamen Wohnung. Zusammen mit ihrer jüngeren Schwester ist sie bei ihrer Mutter aufgewachsen. Ihr Vater starb als sie fünf Jahre alt war. Als Daniela 19 Jahre alt war, wurde sie ungewollt schwanger und bekam ihre Tochter Amy. Damals lebte sie mit ihrem Ex-Freund zusammen, der sie regelmäßig schlug. Als sie ihren Job verlor und an Magersucht erkrankte, kam sie in eine stationäre Klinik und ihre Tochter wurde in einer Pflegefamilie untergebracht. Der Vater des Kindes wurde des sexuellen Missbrauchs an seiner Tochter beschuldigt und war daher keine Option.

Bei dem Projekt *anna & marie* ist Daniela seit sechs Jahren. Ines² und sie kennen sich seit der Schwangerschaft mit Amy. Derzeit arbeitet Daniela halbtags und hat regelmäßigen Kontakt zu ihrer Tochter. Ihr Wunsch ist es, dass ihre Tochter wieder bei ihr leben kann.

11.3.3 Interview *marie* 3

Tina ist 25 Jahre alt und seit sechs Jahren bei dem Projekt *anna & marie*. Die Eltern von Tina haben sich getrennt, als Tina zwei Jahre alt war. Ihre Mutter ist mit ihrem neuen Lebensgefährten in die Vereinigten Staaten gezogen und hat ihre drei Töchter bei ihrem Vater gelassen. Dieser hat die Töchter unter enormem Alkoholeinfluss geschlagen und

¹ Anmerkung: Alle Namen wurden anonymisiert.

² Anmerkung: Dieselbe Mentorin wie aus dem Interviewtandem *anna & marie* 1

vernachlässigt. Als das Jugendamt davon informiert wurde, kamen die drei Geschwister in eine Pflegefamilie. Seit dem Alter von fünf Jahre lebte Tina in den unterschiedlichsten Pflegefamilien in Deutschland und Irland. Überall eskalierte es und sie wechselte wieder. Zu ihren Eltern hat sie nach wie vor keinen Kontakt. Von ihrer Mutter kennt sie die Adresse nicht und ihr Vater befindet sich wegen schwerer Körperverletzung und Totschlags seit vier Jahren im Gefängnis mit einer Freiheitsstrafe von zehn Jahren.

Seit ihrer Jugend litt Tina unter starken Depressionen. Als sie sich mit 17 Jahren das Leben nehmen wollte, wurde sie aufgrund von Eigengefährdung stationär in eine psychiatrische Klinik eingewiesen. Sie wurde wenige Wochen zuvor nach einer Party von mehreren Jugendlichen vergewaltigt und erst zwei Tage später leblos im Wald aufgefunden. Die Täter wurden gefasst und mussten Sozialstunden ableisten. Während des Aufenthalts in der Klinik lernte Tina ihren zukünftigen Freund kennen, der in dem Gebäude gegenüber zum Drogenentzug war. Nach der Entlassung zogen beide nach wenigen Monaten zusammen und Tina machte ihre ersten Drogenerfahrungen mit Cannabis, Kokain und Heroin. Nach zwei Jahren trennte sie sich und ließ sich auf Methadon einstellen.

Durch ihre zuständige Sozialarbeiterin bei der Jugendberufshilfe, die ihr einen Job im Tierheim vermittelte, hörte sie mit 19 Jahren von dem Projekt *anna & marie* und wurde nach ihrer Einwilligung an Hannah (62 Jahre) vermittelt. Hannah, ihre Mentorin, ist Rentnerin, verheiratet und hat drei erwachsene Kinder. Mit ihrem Mann engagiert sie sich ehrenamtlich in vielen Projekten, unter anderem seit sechs Jahren bei *anna & marie*.

Kurz vor dem Rückfall¹ war Tina arbeitslos geworden und hatte mehrere handgreifliche Auseinandersetzungen mit ihrem Freund. Am Tag des Rückfalls wurde sie mit einer hohen Dosis Heroin von der Polizei auf der Straße aufgegriffen und erneut stationär in eine Klinik eingewiesen. Aktuell befindet sie sich in der Klinik und wird dort mit Methadon (10mg) behandelt. Sie hat Kontakt zu ihrer Mentorin und gemeinsam suchen sie derzeit nach einem Therapieplatz.

11.3.4 Interviewtandem *anna & marie* 4

Anja ist 21 Jahre alt und nimmt seit einem Jahr an dem Projekt *anna & marie* teil. Aufgewachsen ist Anja bei ihrer Tante. Ihre Mutter leidet unter einer psychischen Krankheit und ihr Vater starb, als sie sechs Jahre alt war. Anja brach mit 16 Jahren die Schule ab und begann eine Ausbildung, die sie ebenfallsvorzeitig abbrach. Während dieser Zeit lebte sie bei ihrem Freund. Ihre zuständige Sachbearbeiterin vom Sozialamt berichtete ihr von dem Projekt *anna & marie* und bot ihr an, sie dorthin zu vermitteln.

¹ Anmerkung: Der Rückfall wurde bereits im Abschnitt zuvor beschreiben.

Anja willigte ein und lernte vor einem Jahr Claudia (44 Jahre) kennen. Claudia ist verheiratet, hat zwei Jungen im Schulalter und arbeitet in einer kinder- und jugendpsychologischen Praxis. Derzeit macht Anja auf der Abendschule ihr Abitur nach und lebt seit der Trennung von ihrem Freund vor drei Monaten allein in einer Wohnung. Ihr Ziel ist es, Germanistik zu studieren.

11.3.5 Interviewtandem *anna & marie* 5

Yasmin ist 23 Jahre alt und seit fünf Jahren bei *anna & marie*. Sie lebt seit sie vier Jahre alt ist in Deutschland. Ursprünglich kam sie mit ihren Eltern und vier Brüdern aus Afghanistan. Yasmin hat noch nie länger als ein Jahr an einem Ort gewohnt. Ihr Vater hat ihr streng verboten, Kontakt mit anderen Kindern zu knüpfen, vor allem zu Jungen. Gewalterfahrungen und Schläge von ihrem Vater und ihren Brüdern waren für sie Alltag. Mit 16 Jahren floh sie nach Heilbronn und kam dort kurzzeitig im Frauenhaus unter. Schon wenige Wochen später wurde sie in einer stationären Einrichtung untergebracht.

In der neuen Schule wurde die Schulsozialarbeiterin auf Yasmin aufmerksam. Yasmin hatte kaum Kontakt zu anderen Schülern und war auf dem Pausenhof immer für sich allein. Diese sprach mit ihr über das Projekt *anna & marie* und vermittelte sie an Marina Grön, die Projektleiterin. Ihre Mentorin ist seither Monika (52 Jahre), verheiratet. Sie hat zwei erwachsene Kinder und arbeitet halbtags als Sekretärin.

Vor einem Jahr hat Yasmin eine Ausbildung als Polizistin begonnen, macht derzeit ihren praktischen Teil in Stuttgart und lebt in einer Wohngemeinschaft.

11.3.6 Experteninterview - Frau Grön

Martina Grön (Sozialpädagogin und Erziehungswissenschaftlerin) ist die Gründerin des Projekts *anna & marie* und als fachliche Leitung verantwortlich für die Fortbildungen und Supervision der Mentorinnen. Dabei betreut sie mittlerweile über zehn Gruppen mit je sieben bis neun ‚*maries*‘. Des Weiteren ist sie seit 2005 Leiterin des Instituts für Konstruktive Kommunikation und bietet in diesem Rahmen Beratung, Coaching, Workshops und Supervision an.¹

Durch ihre jahrelange Erfahrung mit der Schulung bzw. Begleitung der Mentorinnen und der Vermittlung von Mädchen und jungen Frauen hat sie viele Einblicke in die Lebenswelten der Befragten gewinnen können. Als Ergänzung zu den anderen Interviews fließt ihre Sichtweise daher mit in die Auswertung ein.

11.4 Kommentierte Transkription

Die Interviews mit den befragten Tandems wurden auf dem Diktiergerät aufgenommen und anschließend einzeln auf Grundlage der kommentierten Transkription von Mayring² transkribiert. Auffälligkeiten in der Sprache wie Pausen, Betonungen, Lachen, Schmunzeln sowie Räuspern wurden durch Symbole und Sonderzeichen³ verschriftlicht, da sie einen tieferen Einblick in die Gesprächssituation und -dynamik geben. Sämtliche Namen und Angaben, die mit den interviewten Personen zusammenhängen, wurden anonymisiert. Dieses Textmaterial, sprich die kommentierten Transkriptionen, dienen nun als Grundlage für die Inhaltsanalyse.

11.5 Qualitativ Inhaltsanalyse nach Mayring

Die qualitative Inhaltsanalyse ermöglicht es aus den Gesprochenem und Geschriebenem nicht nur Bedeutungen zu entnehmen, sondern auch Rückschlüsse zu ziehen. Denn in dem, was Menschen sprechen, drücken „sich ihre Absichten, Einstellungen, Situationsdeutungen, ihr Wissen und ihre stillschweigenden Annahmen über die Umwelt aus.“⁴ In der qualitativen Inhaltsanalyse hat man die Möglichkeit, durch das systematische Auswerten von erfassten Daten über markante Einzelfälle neue Erkenntnisse über die soziale Wirklichkeit zu gewinnen.

Die Entscheidung für die qualitative Inhaltsanalyse als Auswertungsverfahren fiel, da man durch die systematische Auswertung von Datenmaterial die Möglichkeit hat, Informationen über die Sichtweisen, Einstellungen und Deutungen junger Frauen herauszufinden und darüber, wie sie ihre Situation und die Unterstützung durch ihre Mentorinnen wahrnehmen. Dabei werden die Analyseaspekte in sogenannte Kategorien gefasst, die genau begründet und im Laufe der Auswertung überarbeitet werden. Des Weiteren eignet sich die qualitative Inhaltsanalyse hervorragend für eine, wie in meinem Fall, theoriegeleitete Textanalyse, die keinen rein explorativen Charakter hat, sondern die Aspekte der vorherigen Problemanalyse einfließen lässt.¹

¹ Anmerkung: Nähere Informationen zum Institut für Konstruktive Kommunikation unter: www.institut-koko.de

² Vgl. Mayring 2002, S.92

³ Siehe Anhang A2: Symbole der kommentierten Transkription

⁴ Mayntz, Holm & Hübner 1974, S.151 zitiert in Lamnek 2005, S.478

11.5.1 Richtung der Analyse

Ganz zu Beginn einer Auswertung stellt sich die wesentliche Frage, in welche Richtung die Auswertung geht und über welche Aspekte des vorhandenen Materials überhaupt eine Aussage getroffen werden soll. Geht es darum, den Gegenstand selbst zu analysieren, seinen emotionalen bzw. kognitiven Zustand, die expliziten Wortlaute präzise zu beurteilen oder geht es darum, die Wirkung, die der Gegenstand auf den Forscher gemacht hat, zu untersuchen.² Da es herauszufinden gilt,

- a) was junge Frauen herausfordert,
- b) was sie benötigen,
- c) worin bzw. wodurch sie dieses Projekt unterstützt,

damit sie mit ihrer Lebenssituation zurechtkommen und eine Zukunftsperspektive für sich entwickeln können, sind im Hinblick auf die Auswertung neben den Aussagen der Befragten, ganz besonders die Interaktion und Gesprächsdynamik der befragten Tandems wichtig. Denn es ist bedeutungsvoll: Von was der Umgang miteinander geprägt ist und in welcher Beziehung die Mentee zu ihrer Mentorin steht. Sprich, es soll bei der Auswertung darauf geachtet werden, welche Wirkung die Befragten auf die Forscherin gemacht haben und in welchem emotionalen Zustand die jungen Frauen waren.

11.5.2 Strukturierung als Analysetechnik

Von den drei Grundformen qualitativer Inhaltsanalyse, *Zusammenfassung*, *Explikation* und *Strukturierung*³, wird je nach Material und Fragestellung eine dieser Analysetechniken ausgewählt. Da es sich in dieser Forschung um eine theoriegeleitete Untersuchung handelt und sich daraus Themenaspekte ergeben haben, eignet sich die *Strukturierung*. Sie hat unter anderem zum Ziel, „das Material aufgrund bestimmter Kriterien einzuschätzen.“⁴

a) Deduktive Kategorienbildung

In einer Art explorativen Phase sichtet der Forscher das vorliegende Material und legt danach ein System von Kategorien fest, auf die das Material hin untersucht wird. Im Gegensatz zur induktiven Kategorienbildung, bei der ‚aus dem Material‘⁵ heraus Kategorien gebildet werden, legt man bei der deduktiven Vorgehensweise im Vorfeld Kategorien fest, die sich aus der theoretischen Auseinandersetzung über Gegenstand und Ziel der Untersuchung ergeben haben. Dennoch kann auch bei der deduktiven Kategorienbildung am Ende induktiv eine neue Kategorie gesichtet werden, die aus dem analysierten Material

¹ Vgl. Mayring 2002, S.121

² Vgl. Lamnek 2005, S.519 und Mayring 2003, S.50

³ Vgl. Mayring 2002, S.115

⁴ Vgl. Mayring 2002, S.115

⁵ Vgl. Mayring 2002, S.115

hervorgegangen ist.¹ Die deduktiv gebildeten Kategorien für diese Untersuchung lauten:

- **Kritische Lebensereignisse junger Frauen**

Wie in der Theorie bereits erörtert sind es Anforderungen, Herausforderungen und Ereignisse, die sowohl *normativer* wie *nicht-normativer* Art sein können, die die jungen Frauen belasten und an ihre Grenze bringen.

- **Individuelle Ressourcen junger Frauen**

Zu den individuellen oder personalen Ressourcen gehören, wie bereits beschrieben, die eigenen Kompetenzen, Handlungsstrategien und Einstellungen, die in der Person selbst liegen und sich dort entwickeln. Besonders zu erwähnen wäre in diesem Zusammenhang auch der Kohärenzsinn, mit seinen Kernelementen: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit.

- **Selbstvertrauen junger Frauen**

Das Selbstvertrauen eines Menschen hängt mit dem Glauben an die eigenen Fähigkeiten, Potenziale und den zur Verfügung stehenden Ressourcen zusammen. Ähnlich wie beim *Kohärenzsinn* geht es dabei um die innere Gewissheit, die subjektive Überzeugung und das zuversichtliche Gefühl, mit der Situation fertig zu werden und die Anforderungen meistern und bewältigen zu können (*Handhabbarkeit*).

- **Kennzeichen der Mentoring-Beziehung**

Zu einer Mentoring-Beziehung gehört die bedingungslose Zuwendung der Mentorin zu ihrer anvertrauten Mentee. Dazu gehört die Unterstützung sowohl im Gespräch als auch durch ganz praktische Hilfe. Am bedeutendsten aber, auch im Projekt *anna & marie*, ist die Grundhaltung, mit der die Mentorin ihrer Mentee begegnet: mit Wertschätzung, Akzeptanz und Empathie. Hierbei ist besonders die Wahrnehmung der Mentee entscheidend und welche Wirkung das Tandem auf den Forscher macht.

- **Entwicklung einer Zukunftsperspektive**

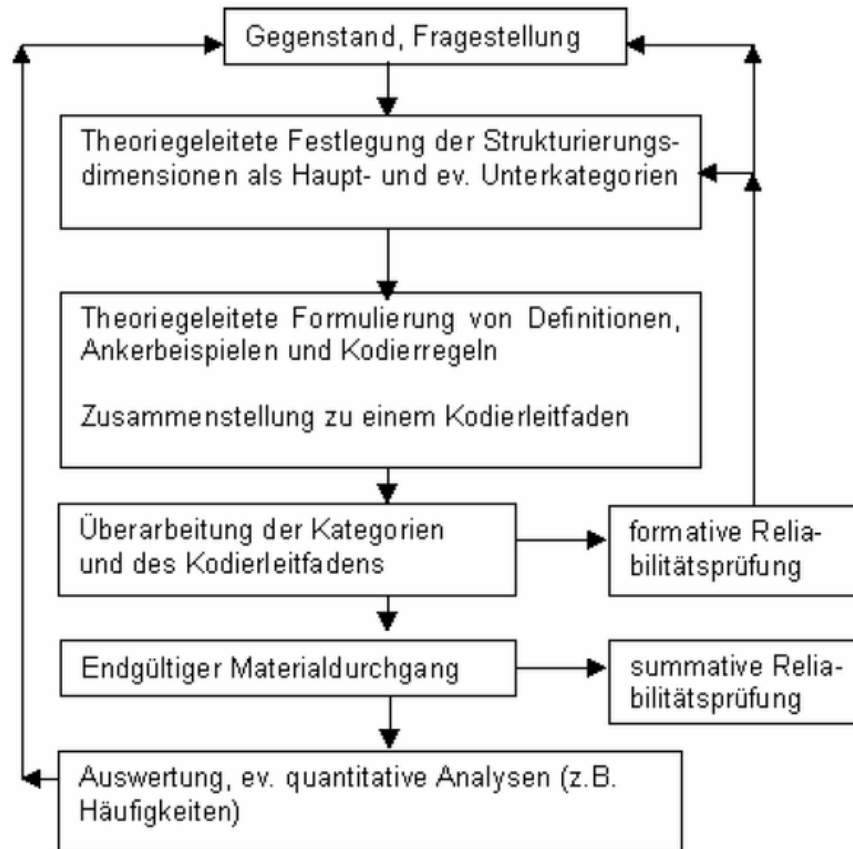
Die Lebensphase der jungen Frauen beinhaltet zu einem großen Teil den Blick in die Zukunft. Auch das Projekt *anna & marie* hat es zum Ziel, dass junge Frauen für sich Perspektiven entwickeln.

Bei der deduktiven Kategorienbildung geht es also darum, schon vorher festgelegte, theoretisch begründete Auswertungsaspekte festzuhalten. Ziel ist es, diese deduktiv gewonnenen Kategorien verschiedenen Textstellen in den Interviewtranskriptionen

¹ Vgl. Mayring 2002, S.117

methodisch abgesichert zuzuordnen.¹ Dieses Ablaufmodell macht die schrittweise Vorgehensweise deutlich:

Abbildung 9: Ablaufmodell deduktiver Kategorienanwendung²



Nach der theoriegeleiteten Festlegung der Kriterien erfolgen folgende Schritte:

Definition von Kategorien: Das Essentielle hierbei ist, dass das zuvor zusammengestellte Kategoriensystem so genau definiert wird, dass im späteren Verlauf bzw. beim Durchgang des Materials schnell deutlich wird, welche Textbestandteile einer Kategorie zugeordnet werden können.³

Ankerbeispiele: Hierbei werden konkrete Textstellen aufgeführt, die in eine Kategorie fallen und als exemplarische Beispiele für diese Kategorie gelten sollen. Diese Ankerbeispiele haben somit eine *prototypische Funktion*⁴.

¹ Vgl. Mayring 2002, S.117

² Quelle: Mayring 2000: Qualitative Inhaltsanalyse. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 1(2), Art. 20, <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1089/2384>

³ Vgl. Lamnek 2005, S.526

⁴ Vgl. Mayring 2002, S.118

Kodierregeln: An den Textstellen, bei denen es Abgrenzungsprobleme zwischen verschiedenen Kategorien gibt, werden Kodierregeln formuliert, um eine eindeutige Zuordnung zu ermöglichen.¹ Sie werden in einem *Kodierleitfaden* gesammelt, der als eine Art Gebrauchsanweisung für die Forscherin dienen soll. Im Laufe des Materialdurchgangs können weitere Ankerbeispiele aufgenommen und bei strittigen Kodierungen neue Regeln bzw. Kodierungen formuliert werden.

Erstellung eines Kodierleitfadens: Dabei werden in einem ersten Materialdurchgang die Textstellen markiert, in denen die Kategorie angesprochen wird. Anschließend werden aus dem gekennzeichneten Material passende Ankerbeispiele herausgefiltert, den Kategorien zugeordnet und in einen Kodierleitfaden (Beispielausschnitt) eingearbeitet:

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele	Kodierregel
1 kein Selbstvertrauen	Subjektive Überzeugung, mit der Situation oder Anforderung nicht fertig zu werden oder geworden zu sein; pessimistisches Gefühl beim Umgang mit der Anforderung	"Also, ich hab die Schule abgebrochen, weil ich nach einmal wiederholen und schlechten Noten nicht geglaubt hab, dass ich das noch hinbekomm.“ (Interview 4, 10-11) "Ich war so überfordert mit allem und bin irgendwie mit der Situation und mir selber nicht mehr klargekommen.“ (Interview 2, 172-173)	Alles deutet darauf hin, dass die Person nicht an die Bewältigung von Anforderungen in dieser Situation glaubt und ein pessimistisches Gefühl in Bezug auf ihre Fähigkeiten hat.
2 wenig Selbstvertrauen	Nur wenig Glaube an die eigenen Fähigkeiten; kaum Gewissheit, die anstehenden Anforderung gut meistern zu können	"Yasmin war immer ein Mensch, die an sich gezweifelt hat, auch am Anfang mit der Ausbildung war sie hin her gerissen und einfach unsicher, ob sie das hinbekommt.“ (Interview 5, 125-127)	In Bezug auf die eigenen Fähigkeiten eher ambivalent. Wenn die kein und starkes Selbstvertrauen ausgeschlossen ist.
3 starkes Selbstvertrauen	Die eigenen Fähigkeiten und Potentiale werden als hoch eingeschätzt; die innere Gewissheit, mit der Situation oder Anforderung gut fertig geworden zu sein, optimistisches Gefühl beim Umgang mit der Anforderung; subjektive Überzeugung, Anforderungen meistern und bewältigen zu können	"Ich bin echt stärker und mutiger als früher. (...) Ich glaub ich hab noch nie soviel gelernt über mich selber und was ich will. (...) Auch wenn ich grad kein Job hab, nur ne Duldung und kein deutschen Pass, seh ich net unbedingt schwarz für mein Leben.“ (Interview 1, 57-60) "In manchem bin ich echt ehrgeizig und dann schaff ich des auch irgendwie.“ (Interview 1, 72)	Der Glaube an sich, die eigenen Fähigkeiten (auch in Bezug auf Bewältigung) deuten auf ein starkes bzw. hohes Selbstvertrauen hin. Gefühl von Optimismus, Hoffnung, Zuversicht und Gelassenheit.

b) Kontrollphase

Nach dem ersten Materialdurchgang, spätestens aber nach dem zweiten wird deutlich, an welchen Stellen das Kategoriensystem überprüft, verändert und modifiziert werden muss, um eine passende Materialstrukturierung herausarbeiten zu können. Nach einer solchen Anpassung der Kategoriendefinitionen beginnt der Hauptdurchgang durch das Material, bei dem weitere Fundstellen gekennzeichnet und Textstellen den Kategorien zugeordnet werden.

¹ Vgl. Mayring 2003, S.83

12. Darstellung und Auswertung der Forschungsergebnisse

12.1 Auswertung und Ergebnisse der Befragung

An dieser Stelle folgt die Auswertung der erhobenen Daten und die Darstellung der Forschungsergebnisse.

12.1.1 Kritische Lebensereignisse junger Frauen

Jede der jungen Frauen, die interviewt wurden, hat ihre ganz persönliche Geschichte. Während die einen von ihren Eltern davongelaufen sind, weil die Lebensverhältnisse dort unerträglich waren, litten bzw. leiden die anderen unter Gewalt, Depressionen, Konflikten, Essstörungen oder Isolation:

„Mein Vater is ein ziemlicher Schlägertyp (...) und ich wusst ich konnt nich mehr nach Hause. (...) Sieben Jahre hey ist es her, dass ich was von meiner Familie gehört hab. Meine Mutter ruft mich nie an. Die interessiert gar nicht, was mit mir los ist oder so.“¹ „Ich bin 10 Monate lang von meinem Ex geschlagen und psychisch ziemlich fertig gemacht worden. (...) Und dann kam einfach alles zusammen und ich hab aufgehört zu essen.“² „Gerade mit ihrer Depression. Sie wird da auch behandelt mit Medikamenten. Aber es gibt viele Situation wo diese Pillen eben sehr wenig bringen.“³ „Also, ich hab halt früher immer isoliert gelebt und mein Vater hat auch dafür gesorgt. Kein Kontakt haben zur Außenwelt, es gab nur uns.“⁴ „Zum Teil kommen sie aus kaputten Familien, wo die Eltern selber große Probleme haben. Teils werden sie Zuhause auch total unterdrückt und nicht gut behandelt und deshalb sind sie irgendwann von dort weg. Wir haben aber auch alleinerziehende Mütter, die eben ganz auf sich allein gestellt sind.“⁵

Das Leben der jungen Frauen ist von Ereignissen geprägt, die weder förderlich für ihre Entwicklung waren noch ihre derzeitige Situation erleichtern. Neben diesen kritischen Ereignissen sehen sich die jungen Frauen mit Herausforderungen konfrontiert, die ihre Lebensphase mit sich bringt. Dabei empfinden die jungen Frauen und ihre Mentorinnen folgenden Anforderungen als bedeutend:

„Familienleben. Partnerschaft, also Beziehung. Loslösen von daheim, wenn ein Elternhaus da ist. Diese Abnabelung. (...) So um die 20, 30 ist ein Zeitraum, wo sich das fürs Leben ganz gewaltig prägt.“⁶ „...sich selber finden, das halte ich für eine große Herausforderung, zu wissen (...), was möchte ich, wo ist mein Weg. Da gibt es viele Entscheidungen zu treffen.“⁷ „Früher war es noch klarer strukturiert von außen. Man war mehr vorbereitet auf die Rolle als Frau und heute müssen Frauen, finde ich, die jungen Frauen, einen Spagat machen.“⁸ „... was im Leben heute auf junge

¹ Interview 1, Zeile 17-34

² Interview 2, Zeile 62-65

³ Interview 3, Zeile 311-312

⁴ Interview 5, Zeile 174-175

⁵ Experteninterview 6, Zeile 6-9

⁶ Interview 3, Zeile 201-208

⁷ Interview 4, Zeile 97-99

⁸ Interview 4, Zeile 115-117

Frauen zukommt, das ist einfach enorm.“¹

Ähnlich wie aus der theoretischen Auseinandersetzung bereits deutlich wurde, so ist der Übergang vom weiblichen Jugendlichen zur Frau ein bedeutungsvoller Schritt, mit dem vielfältige Anforderungen zusammenhängen. Interessanterweise haben sich in einem Interview die junge Frau mit ihren Mentorin ausgiebig drüber unterhalten, wie es denn ‚früher‘ gewesen ist und ob es zu der Zeit, als die Mentorin eine junge Frau war, anders gewesen ist als heute. Die Mentorin bestätigte, dass zu ihrer Zeit, sprich vor ca. zwanzig, dreißig Jahren, die Rolle als Frau, Mutter und Hausfrau viel eindeutiger war, als es heute der Fall ist. Man habe sich nicht einmal die Frage gestellt, ob der Mann eventuell Erziehungsurlaub mache. Es habe so etwas ja nicht einmal gegeben. Heute gebe es viele Anforderungen, unterschiedliche Wege, die Frauen gehen können, wenn sie wollen und die Voraussetzungen dazu mitbringen.²

Diese Unterhaltung machte anschaulich, dass die Mentorin sich der Anforderungen bewusst ist, die heute an junge Frauen gestellt werden. Der Blick in die Lebenswelten der jungen Frauen zeigt deutlich, dass sich im Bereich Familie, Beruf, soziales Umfeld und Selbstverständnis einiges gewandelt hat und von jeder Frau fordert, sich damit auseinanderzusetzen.

Dazu kommt besonders bei den jungen Frauen im Projekt *anna & marie*, dass sie mit diesen Anforderungen und mit ihren Erlebnissen alleine fertig werden müssen. Zwar ist diese Lebensphase von zunehmender Selbständigkeit und Verantwortung geprägt. Dennoch wird unter Verselbständigung nicht das sich ‚alleine fühlen‘ gemeint. Bei den interviewten Frauen hat man jedoch den Eindruck, dass sie sehr gerne selbständig ihren Lebensweg gehen wollen, jedoch darunter leiden, damit ohne jegliche Unterstützung völlig auf sich gestellt zu sein.

„Ich hab mich von meinem Freund getrennt und war dann schon ziemlich überfordert mit allem. Wenn man zum ersten Mal Mutter wird kommt echt ne Menge auf einen zu. Das Baby, der Haushalt und dann fängt es plötzlich an zu schreien und man fragt sich, warum is des jetzt nicht ruhig.“³ „Das ist halt schon ne Herausforderung, wenn man so allein da steht, ohne Papa oder Großeltern und man ist Mutter und weiß halt manchmal nicht wo man sich hinwenden kann.“⁴ „Naja, ich hatte kein Geld, keinen Abschluss, nichts. Und plötzlich musst ich mein Leben auf die Reihe bekommen.“⁵ „Keine Familie, die da ist, keinen Ansprechpartner, nie Freundschaften geschlossen. Neu in einer fremden Gegend und keine genaue Perspektive wie es weiter gehen soll.“⁶ „Sie müssen alleine zu Recht kommen mit sich, dem Leben und allem, was von ihnen verlangt wird.“⁷

¹ Experteninterview 6, Zeile 139

² Interview 4, 93-135

³ Interview 2, Zeile 35-38

⁴ Interview 2, Zeile 100-102

⁵ Interview 5, Zeile 49-50

⁶ Interview 5, Zeile 73-73

⁷ Experteninterview 6, Zeile 112-113

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Situation dieser jungen Frauen eine große Herausforderung darstellt, die jede auf ihre Art und Weise versucht zu bewältigen. Bemerkenswert ist die Tatsache, dass alle diese jungen Frauen entweder durch Überforderung, Sucht, Depression, Essstörung oder andere destruktive Bewältigungsergebnisse belastet sind. Ohne eine Aussage über die Häufigkeit machen zu wollen, spricht es für die Annahme, dass die Risiken der jungen Frauen die Ressourcen überwiegen und es notwendig wäre, Risiken abzubauen, indem Ressourcen gestärkt und mobilisiert werden.

12.1.2 Individuelle Ressourcen

Die Interviewpartnerinnen beschrieben die individuellen Ressourcen, Fähigkeiten und Handlungsstrategien, die sie dazu gewonnen hatten. Besonders die Mentorinnen konnten bei ihren anvertrauten Mentees Seiten und Eigenschaften entdecken, die die jungen Frauen mit der Zeit entwickelt hatten. Zwei Beispiele zeigen dies sehr eindrücklich:

„Am Anfang als sie bei mir angerufen hat, und mein Mann am Telefon war, da ist der Yasmin früher fast der Hörer aus der Hand gefallen. (beide lachen) Da hat sie kaum getraut, sich nach mir zu erkundigen. Heute ist das wie weg. Sie hat mit meinem Mann den Führerschein gemacht. Sie ist mit meinem Mann ganz allein auf den Verkehrsübungsplatz rumgefahren. Er hat sie gelotst, damit sie nicht dauern die roten Hütchen umfährt. Sie geht auch mit ihm alleine einkaufen. (...) Das ist für Yasmin ein Riesensprung. Vor drei Jahren wäre das noch nicht so gewesen. Da hätte sie sich versteckt vor ihm und nicht getraut. Und heut kommt er zu ihr in die Wohnung, legt den Teppich, streicht, macht und tut. (pause) Und auch wenn sie nach wie vor eher zurückhaltend ist, Menschen gegenüber. Sie kann sich auf sie einlassen und Freundschaften bauen. (pause) Das zeigt die Entwicklung, die Yasmin gemacht hat, von diesem in sich gekehrten Mädchen mit 18 und dieser mutigen, entschlossenen jungen Frau heute.“¹

Yasmin wurde früher von ihrem Vater völlig isoliert und der Kontakt zu Männern war ihr verboten. Die Männer, die sie kannte, haben sie unterdrückt, geschlagen und nicht wertgeschätzt. Das Männerbild, das sich bei ihr verfestigt hatte, war von diesen Erfahrungen geprägt. Wie die Mentorin berichtet, war es kein Erlebnis über Nacht, sondern ein langsamer gemeinsamer Prozess. Doch die Erfahrung, dass der Mann ihrer Mentorin vertrauenswürdig und hilfsbereit ist, machte sie erst, als sie lernte, diese Herausforderung anzunehmen. Yasmin benötigte Zeit, Ermutigung und Geduld, die die Mentorin ihrer Mentee zugestand. Ein weiteres Beispiel, bei dem es um die innere Einstellung in Bezug auf ihre Eltern geht, berichtet Anja:

„Nein, also die Beziehung selber hat sich eigentlich nicht positiv verändert, aber meine Einstellung dazu.“¹ „Also, ich glaub angefangen hat es damit, dass ich irgendwann ne andere Einstellung zu mir selber hatte. Vielleicht auch ein anderes Selbstbild. (pause) Ja, dass ich mich anders sehen kann und andere um mich herum. Grad was Claudia auch eben gesagt hat, dass es nicht immer ganz oder gar

¹ Interview 5, Zeile 139-155

nicht sein muss, sondern dass ich zum Beispiel auch Fehler machen darf, oder ähm, dass auch andere Fehler machen dürfen. (...) Und mittlerweile seh ich auch, was bei meinen Eltern in der Kindheit falsch gelaufen ist und dass sie deshalb so sind wie sie sind. (...) Also nicht, dass meine Eltern jetzt ohne Fehler sind, aber ich seh jetzt einfach, dass meine Eltern vieles einfach nicht gekonnt haben.“²

Ob und inwieweit diese Entwicklungen auf anna & marie zurückzuführen sind, bleibt zwar offen, jedoch geben die jungen Frauen in ihren Antworten immer wieder den Hinweis, dass es ihnen enorm geholfen hat, sich mit ihren Mentorinnen auszutauschen. Besonders dann, wenn es ihnen nicht gut ging oder sie den Austausch und die gemeinsame Reflexion nötig hatten. Fragt man die jungen Frauen, so sagen sie ohne Ausnahme, dass ihnen gut getan hat, dass jemand da war und ihnen bedingungslos zugehört hat.

12.1.3 Selbstvertrauen der jungen Frauen

Doch viel entscheidender als die reine Existenz individueller Ressourcen ist, nach dem Modell von LAZARUS und auch dem Kohärenzsinn von ANTONOVSKY, dass die Ressourcen als Unterstützung wahrgenommen werden und ein inneres optimistisches Gefühl gegenüber den eigenen Fähigkeiten und Stärken vorhanden ist. Kurz, dass ein gewisses Maß an Selbstvertrauen existiert. Auch hier sollen einige exemplarische (Anker-) Beispiele einen Einblick in die Sichtweisen und Lebenswelten der jungen Frauen geben:

„Ich bin nicht mehr so hoffnungslos und glaub, dass es trotz Schwierigkeiten auch weiter gehen kann. (...) Dass ich mein Ziel erreicht hab und jetzt die Ausbildung als Polizistin mache, freut mich. Es kann eigentlich nur besser werden, auch wenn es schwierig ist.“³

„Yasmin war immer ein Mensch, der an sich gezweifelt hat, auch am Anfang mit der Ausbildung war sie hin her gerissen und einfach unsicher, ob sie das hinbekommt. Obwohl für das, was sie erlebt hat, echt viel auf die Reihe gekriegt hat, neue Wohnung, Abschluss usw. und sie ackert auch viel für ihre Ausbildung. Mittlerweile ist es schon so, dass sie sich auch wieder allein aus einem Tief rauszieht. Klar weint sie mal am Telefon oder schreibt ne SMS, aber das ist ja in Ordnung. Trotzdem schafft sie es, ihre eigenen Ideen zu finden, wie sie da wieder rauskommt. (...) Heute, denk ich, ist Yasmin ne junge Frau, die auf ihrem Weg geht und es auch schafft.“⁴

Es war Yasmins Traum, Polizistin zu werden, und auch wenn sie zunächst viel zweifelte, stärkte ihr ihre Mentorin den Rücken. Warum solle sie Kindergärtnerin⁵ werden, wenn sie für Gerechtigkeit eintreten will, fragt ihre Mentorin mit ernster Miene. Auch an diesem Beispiel wird deutlich, dass es notwendig ist, an sich und seine Ziele zu glauben, wenn man vorhat, sie zu erreichen. Dabei gibt es viele Rückschläge und Enttäuschungen, die es durchzustehen gilt. Auch hier gaben viele der Mentees an, dass ihre Mentorin ihnen immer

¹ Interview 2, Zeile 87-88

² Interview 2, Zeile 223-264, Experteninterview 6, 223-228 zuerst mich annehmen, dann stellen, dann verändern

³ Interview 5, Zeile 183-186

⁴ Interview 5, Zeile 124-137

⁵ Interview 5, 234-253

half, an ihre Ziele zu glauben, auch, wenn es noch nicht nach Realität aussah. Ähnlich erlebte es eine andere Mentee, deren Wunsch es war, trotz Schul- und Ausbildungsabbrüche ihr Abitur nachzumachen:

„Ja, genau, vor einem halben Jahr hab ich den Entschluss gefasst. Dann wollt ich es einfach, hab mich reingehängt und jetzt mach ich mein Abi auf der Abendschule nach.“¹ „Heute weiß ich, auch wenn es mal nicht so läuft, wie ich es mir vorgestellt habe, geht es weiter - ich muss jetzt nicht gleich aufgeben.“²

„Ich schätze an ihr, dass sie eigentlich weiß, was sie möchte und das jetzt auch durchsetzt, ja. Mit allen Hindernissen, geht sie ihren Weg und das find ich so toll.“³ „Also, ich hab in dem Jahr erlebt, dass sich Anja unheimlich stabilisiert hat und ihr Leben noch mal angeschaut hat und sich viele konstruktive Gedanken gemacht hat.“⁴

Im Gespräch hatte man den Eindruck, dass die Mentee sehr wohl weiß und immer schon wusste, was sie wollte, jedoch an manchen Punkten in ihrem Leben nicht weiter kam und aufgrund vieler Misserfolge nicht mehr daran glaubte, dass es noch möglich sei, ihrem Wunsch Glauben zu schenken. Der genaue Auslöser des Entschlusses, das Abitur nachzumachen, wurde aus dem Gespräch nicht deutlich. Jedoch wurde ersichtlich, dass die Mentorin von Anfang an mit ihrer Mentee daran glaubte, dass irgendwann der Zeitpunkt kommt, an dem sie eine neue Chance bekommt. Der Wunsch ihrer Mentorin am Ende des Gesprächs war, dass sie weiter ihren Weg geht und an sich glaubt. Auch andere Mentee haben von sich gesagt:

„Ich bin echt stärker und mutiger als früher. (...) Ich glaub ich hab noch nie soviel gelernt über mich selber und was ich will. Auch wenn ich grad keinen Job hab, nur ne Duldung und keinen deutschen Pass, seh ich net unbedingt schwarz.“⁵ „Es gibt Höhen und Tiefen, weisch, und trotzdem geht es weiter und man kann was draus machen. (...) Wenn ich des net glauben würd, wär mein Leben längst am Arsch und ich würd sonst was machen.“⁶

Zusammenfassend lässt sich dazu festhalten, dass die jungen Frauen jede auf ihre Weise an Selbstvertrauen gewonnen hat. Manche in Bezug auf Ereignisse und andere wiederum haben eine grundlegend neue Sichtweise zu sich und ihren Fähigkeiten und Ressourcen gewonnen. Dennoch wäre es utopisch, zu glauben, dass alle Mentees ab dem Zeitpunkt der Betreuung nur Fortschritte machen würden. Der Rückfall von Tina zeigt deutlich, dass es neben Höhen auch Tiefen gibt, durch die sie ihre Mentorin jedoch begleitet:

¹ Interview 2, Zeile 74-75

² Interview 2, Zeile 225-227

³ Interview 2, Zeile 208-209

⁴ Interview 2, Zeile 89-91

⁵ Interview 1, Zeile 57-60

⁶ Interview 1, Zeile 168-170

„Ich glaube, das hat ihr den Rücken gestärkt und ihr Selbstvertrauen gegeben, weil sie damit gemerkt hat, sie ist jemandem wichtig und da ist eine, die trotz allem an sie glaubt.“¹

12.1.4 Kennzeichen der Mentoring-Beziehung

Da die erkenntnisleitende Fragestellung nach den Chancen von Mentorenprojekten fragt, ist es wichtig, einen Blick auf die Beziehung der Mentorin und der Mentee zu werfen und die Beteiligten selbst zu fragen, was sie am Umgang miteinander schätzen und was das Besondere an der Mentoring-Beziehung ausmacht. Die Interviewpartnerinnen waren allesamt davon überzeugt, dass sie von dieser Beziehung profitieren. Selbst die Mentorinnen gaben an, dass sie durch viele Erfahrungen mit den Mentees für ihr Leben und ihre privaten Beziehungen dazugelernt haben.

„Durch dieses *anna & marie* bekommt man einen ganz anderen Blick für die Menschen und für das Wesentliche.“²

Doch besonders die Mentees nannten verschiedene Aspekte der Beziehung, die sie nicht missen wollen und sehr schätzen gelernt haben. Ein Bereich handelt von der Zuwendung der Mentorin, dass sie da ist, wenn sie gebraucht wird, aufmerksam zuhört und ermutigt. Einige der Mentee gaben auch an, dass sie durch ihre Mentorin ganz praktische Hilfe Unterstützung erfahren haben.

„Also ich find das Besondere eigentlich, dass ich mit der Ines über alles reden kann, und sie für mich da ist. Auch wenn sie wenig Zeit hat, dass sie sich immer wieder Zeit nimmt und ich sie anrufen kann.“³ „...ich glaub ich kann so gut wie mit allem zu Monika kommen und sie würde es verstehen.“⁴ „Da gings mir schon oft nicht gut und ich konnt ihr am Telefon einfach mein Herz ausschütten. (...) Durch die Gespräche ist bei mir einfach ne Menge passiert und ich hab angefangen darüber nachzudenken, was ich mir (...) eigentlich antue.“⁵ „Dass sie einfach die Geduld mit mir hat. Dass sie für mich immer da ist, egal was ist. (...) Und dass sie sich das über die Jahre angetan hat, ohne zu gehen oder mich aufzugeben.“⁶ „Ich fühl mich nach einem Gespräch mit ihr ganz oft einfach freier. Nicht dass sich mein Leben dreht, aber ich komm mit meinem Leben und mir besser klar. Dabei hilft sie mir.“⁷

Darüber hinaus hatte man den Eindruck, dass die Mentorinnen ihre Grundhaltung den Mentees tatsächlich vermitteln, dass sie sie annehmen, wertschätzen und sich in ihre Gefühlswelt einfühlen. Diese Haltung hat bei den Mädchen einen sehr positiven Eindruck hinterlassen und ihnen Zuverlässigkeit, Sicherheit und einen Wert vermittelt, den sie teilweise vorher nicht kannten.

¹ Interview 3, Zeile 181-183

² Interview 3, Zeile 412-413

³ Interview 2, Zeile 123-125

⁴ Interview 4, Zeile 206-207

⁵ Interview 5, Zeile 261-264

⁶ Interview 5, Zeile 289-292

⁷ Interview 4, Zeile 196-199

„Weisch, zum ersten Mal in meinem Leben hat ich des Gefühl, was Besonderes zu sein. Ich hab des Gefühl gehabt, ich müsst niemand anderes sein.“¹

„Ich hab ihr auch immer das Gefühl gegeben, dass (...) ich sie auch nicht verurteile, wenn es ihr mal schlechter geht. Sie wusste, es ist eine da, der sie alles anvertrauen kann.“² „Sie merkt, dass ich niemand bin, der sagt, also wenn du dich nicht langsam nicht besserst, dann komm ich nicht mehr. Was eigentlich ne ganz normale Reaktion wäre, dass man sich irgendwann abseilt, wenn es einem nicht mehr passt. Ich hab doch selber genug Probleme, was muss ich mir da noch andere auflasten. Bei mir weiß sie ich bin da und das stärkt sie.“³ „...ich konnte ihr Mut machen. Sie selbst sagte gestern am Telefon zu mir, Hannah ich muss ne Therapie machen. (...) Und dann hab ich gesagt, Tina, mach das! Ich unterstütze dich und besuch dich auch, wenn du möchtest.“⁴ „Es wird ihr damit ein Bild vermittelt, dass es Menschen gibt, die sich für sie interessieren, egal was kommt.“⁵

Eine Mentorin beschrieb die Haltung der ehrenamtlichen Frauen einmal bildlich:

„Martina sagte mal, man muss das wie eine Art Hause sehen. Das eine gehört mir und darin lebe ich, wie ich denke. Und die Person mir gegenüber lebt in ihrem. Und wenn ich mich auf eine andere Person einlasse, dann bin ich wie ein Gast. Ich komme herein, wenn ich darum gebeten werden, ich bringe keinen Schlafsack mit und bleibe 3 Tage, ich fange nicht gleich an alles umzuräumen, weil ich denke, dass es anders besser aussehen würde. Ich respektiere erst mal, wie die andere Person lebt und lass mich in die Räume führen, die mir mein Gastgeber zeigen will. Wenn sie sich darin wohl fühlt, akzeptiere ich das. (...) Ich lasse mich auf eine Person ein, höre ihr zu, unterstütze sie, wo sie es braucht. Mehr nicht. Und wenn sie dann mal hören will, wie sieht es bei dir da drüben aus, was denkst du denn, was würdest du mir raten? Dann sag ich ihr das auch ehrlich.“⁶

Auch die Expertin und Projektleiterin ist positiv überrascht von der Wirkung die dieses Projekt zeigt und davon wie standhaft die Frauen ihre Mentees begleiten:

„... wenn ich höre, dass die Beziehungen halten, obwohl die Mädchen etwas nicht geregelt kriegen und es Zeiten gibt in denen es einiges auszuhalten gilt. Die Mentorinnen dann immer wieder anrufen und die Beziehung immer noch bestehen bleibt. Dann ist das für mich ein Grund, über den ich mich freue und denke, dass ist es das, was Projekt *anna & marie* auszeichnet. Denn jemandem zu helfen, der genau das macht, was ich will, das kann ja jeder.“⁷

„Der Rogers sagt ja, wenn mir jemand mit Wertschätzung und Akzeptanz begegnet, dann muss ich keine Widerstände aufbauen, sondern kann so sein, wie ich bin. Und dass ich dadurch natürlich lerne, mir selber mit Wertschätzung und Akzeptanz zu begegnen. Dass ich dadurch eher die Chance hab, mich den Sachen, die ich nicht so gut kann, zu stellen. Denn erst wenn ich mich ihnen stelle, kann ich etwas verändern. Weil vorher bin ich ja damit beschäftigt, so zu tun als wären sie nicht da. (...) Das heißt durch das Projekt machen die Mädchen die Erfahrung, dass es möglich ist, dass sie

¹ Interview 1, Zeile 47-48

² Interview 3, Zeile 165-167

³ Interview 3, Zeile 190-196

⁴ Interview 3, Zeile 128-132

⁵ Interview 3, Zeile 372-272

⁶ Interview 3, Zeile 214-226

⁷ Experteninterview 6, Zeile 211-216

einfach jemand annimmt, ihnen zuverlässig den Rücken stärkt und auch mal mit in die „Scheisse“ geht. Dort müssen sie sich nicht verstellen, nicht verbiegen, nicht so tun als ob. Ja.“¹

„Ich glaube, dass die Art von Umgang und Kommunikation, die dieses Projekt bietet, das ist, was sich jeder Mensch wünscht. Und ich bin deshalb der festen Überzeugung, dass wenn man Jugendlichen allgemein, und besonders jungen Frauen so begegnet, dass sie dadurch mutiger werden ihren eigenen Weg zu gehen, gestärkt sind und eher in der Lage, ihr Leben zu meistern.“² „Die Art mit anderen Menschen umzugehen, ist keine Methode, sondern eine Grundhaltung, ein Menschenbild. So. Und das soll erlebbar werden.“³

Viele dieser Aussagen, sowohl von der Expertin als auch von den Mentorinnen und Mentees, machen deutlich, dass die Art des Umgangs einen förderlichen Rahmen bieten, um eigene Anliegen, Ziele und Probleme zu besprechen und dadurch Rückhalt zu gewinnen. Doch trotz der Zuverlässigkeit der Mentorinnen und der Ansprechbarkeit, betonen die Mentees, dass sie sich von ihrer Mentorin nicht abhängig fühlen. Dass sie zwar in manchen Zeiten regen Gebrauch davon machen, es dann aber auch wieder Wochen und Monate gibt, in denen es kaum Kontakt gibt:

„Weisch, ich genieß des voll, wenn sie da ist und wir voneinander lernen, aber ich brauch sie net. Ich komm mittlerweile auch so klar.“⁴

Eine Mentee beschrieb das Verhältnis zu ihrer Mentorin als etwas ‚zwischen Tante und Freundin‘, eine ‚Vertraute‘, die einem nahe steht, aber dann auch wieder loslassen kann. Jemand, dem man nicht verpflichtend gegenüber steht, sondern aus freien Stücken.

„Und das ist, denke ich, ganz wichtig, dass junge Menschen erfahren, du darfst ausprobieren, ohne gleich korrigiert oder maßgeregelt zu werden. Ich bin hier weder in der Mutterrolle, noch habe ich einen erzieherischen Auftrag, ich bin keine Lehrerin, bei der sie etwas leisten muss. Und das hat etwas Ungezwungenes, Gutes, Schönes und Befreiendes für beide Seiten.“⁵

Zu der Gesprächsdynamik und Interaktion lässt sich sagen, dass keine Interviewtandem dabei war, worin die Mentee und ihre Mentorin nicht interagiert haben. Es war den Beteiligten viel Vertrautheit abzuspüren. Immer wieder wurde gelacht, geschmunzelt, sich gegenseitig ergänzt und Blicke zugeworfen, die ohne Worte Aussagen vermittelten. Bei den Tandems, die sich seit einigen Jahren kennen, war das zu vermuten. Doch selbst das Tandem, das erst seit einem Jahr existiert, war in der Interaktion sehr aktiv und auch hier spürte man eine Balance zwischen gesunder Vertrautheit und Distanz.⁶ Im Gespräch dominierten eindeutig die Mentees und die Mentorinnen ließen bei Fragen oft ihnen den

¹ Experteninterview 6, Zeile 220-231

² Experteninterview 6, Zeile 63-68

³ Experteninterview 6, Zeile 178-180

⁴ Interview 1, Zeile 147-148

⁵ Interview 4, Zeile 330-335

⁶ Interview 4, Zeile 93-135

Vortritt. Daraus lässt sich schließen, dass es tatsächlich das Anliegen der Mentorinnen ist, dass die jungen Frauen sich verselbständigen und dass sie ihnen auch in solchen Situationen die Gelegenheit geben wollen, zu wachsen und zu experimentieren.

„Ich glaube, dass die Mentorinnen ein ganz starker Anker für ihre anna's sind. Und ich bin der festen Überzeugung, dass sie, egal in welcher Situation sie gerade stecken oder sich daran etwas ändert oder nicht, enorm davon profitieren.“¹ „Wenn ich es schaffe meinem Gegenüber mit Akzeptanz und Wertschätzung zu begegnen und versuche mich in einzufühlen, was mir vielleicht fremd ist, dann.. ja.. dann passiert einfach ganz viel mit dem anderen.“²

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass es bei der Mentoring-Beziehung weniger explizit die Mentorinnen selbst sind, die den Einfluss auf die jungen Frauen haben, sondern es vielmehr ihre Haltung und Umgangsweise ist, die die Mentees schätzen.

Die jungen Frauen selbst haben signalisiert, dass sie einen großen Nutzen aus der Beziehung schöpfen. Vielleicht gerade, weil sie nicht verbindlich ist, sie keine familiäre Bindung prägt und sie von der Haltung und dem Erfahrungsschatz einer Frau profitieren können, die nicht aus ihrem Umfeld kommt.

12.1.5 Entwicklung einer Zukunftsperspektive

Bei *anna & marie* und allgemein Mentorenprojekten geht es nicht nur um die gegenwärtige oder vergangene Situation. Ziel ist es, dass die jungen Frauen für sich eine langfristige Perspektive entwickeln und sich Gedanken über ihre Zukunft machen. Diese reichen bei den interviewten jungen Frauen von Job, über Studium bis hin zu einer eigene Wohnung. Doch am wichtigsten scheint den jungen Frauen: Familie, ein ‚Hafen‘, ein Zuhause und eine Partnerschaft, in der sie sich wertgeschätzt fühlen. Beziehungen, das scheint große Bedeutung für sie zu haben:

„...ein Mann, der (...) was kommt im Leben, zu mir steht. (...) Also er soll mit mir fühlen und mit mir da durch gehn. Und Kinder hätt ich auch mal voll gern (*schmunzelt*) drei oder vier. (pause) Und mein Wunsch ist, jetzt erst mal mein Hafen zu finden. Weisch, wo ich sagen kann, hey hier, da gehör ich hin. (pause) Wenn ich Probleme hab, dass ich sagen kann, ich weiß wo mein Zuhause ist.“³

„Also, ich will auf jeden Fall wieder meine Kleine zurückhaben und mit ihr leben. Und wenn das klappt (..) dann würd ich vielleicht mit meinem Freund zusammenziehen (*schmunzelt*) und heiraten. Aber auf jeden Fall, hoff ich dass ich in zwei Jahren nen festen Job hab und ne Wohnung. Aber am Allermeisten wünsch ich mir, dass ich meine Kleine wieder bei mir haben kann.“⁴

Ein ganz geregeltes Leben, vielleicht gerade weil sie es so selbst nie kennen gelernt haben.

¹ Experteninterview 6, Zeile 235-237

² Experteninterview 6, Zeile 356-358

³ Interview 1, Zeile 88-99

⁴ Interview 2, Zeile 111-116

„Ihr größter Wunsch ist: Eine Familie gründen. Ein Haus bauen. Einen Hund haben. Und einmal im Jahr in den Urlaub. Weil das sind Dinge, die sie gar nicht kennt. Sie kennt weder eine richtige Familie, sie kennt weder ne Wohnung, die sie ihr eigen nennen kann. (...) Und dann halt noch ihr Drogenproblem. Das sie das in Griff bekommt. Denn insgeheim möchte sie davon loskommen, auch von diesem scheiß Methadon, sagt sie immer.“¹

Bei der Entwicklung sind die jungen Frauen sogar kreativ. Tina weiß, dass sie in ihrem Alter womöglich niemand mehr in die Ausbildung nimmt, aber anstatt sich aufzugeben, sucht sie nach anderen Lösungen:

„Was ihr schon vorgeschwebt hat, da haben wir mal drüber gesprochen, eine Art Hundepension. Also dass Leute, wenn sie in Urlaub gehen, ihren Hund bei ihr abgeben und sie sich um sie kümmert. Also das würde sie gerne tun. Denn sie liebt Hunde über alles. (...) Ich glaub da würde sie sich auch richtig reinknien in diese Arbeit.“²

Eine andere junge Frau wiederum hat eines Tages den Wunsch:

„...dass ich meinem Vater zeigen kann, wie weit ich gekommen bin und wie ich heute lebe.“³

So unterschiedlich die Biographien der jungen Frauen, so unterschiedlich sind auch ihre Perspektiven und Ideen für ihre Zukunft. Doch zwei Dinge haben sie größtenteils gemeinsam, nämlich, dass sie sich einen Ort wünschen, an dem sie ankommen können, und dass sie, trotz Widrigkeiten, immer wieder nach vorne schauen.

12.2 Hypothesenbildung in Bezug auf die Chancen von Mentorenprojekten - Steigerung der Bewältigungspotentiale durch:

Trotz mehrerer Materialdurchgänge konnten die Textstellen, den deduktiv erworbenen Kategorien zugeordnet werden. Zwar berichteten die Mentorinnen auch von Erfahrungen, wodurch sie von dem Projekt profitiert haben, da es jedoch für die Fragestellung nicht relevant ist, wurde keine induktive Kategorie aus dem Material hinzugenommen. Die Theorie hat in Bezug auf die Lebenssituation und Zusammenhänge von jungen Frauen großen Aufschluss gegeben und die Forschung hat größtenteils bestätigt, mit welchen Anforderungen sie sich heute konfrontiert sehen. Anhand der Beispiele und Aussagen der jungen Frauen in Bezug auf Veränderungen und neue Einstellungen haben gezeigt, dass das Mentorinnenprojekt vielfältige Chancen für die Bewältigung kritischer Lebensereignisse von jungen Frauen hat. Folgende Hypothesen können nun aufgestellt werden:

¹ Interview 3, Zeile 243-261

² Interview 3, Zeile 270-275

³ Interview 4, Zeile 218-219

12.2.1 Soziale Unterstützung

Die Mentorinnen stellen für die jungen Frauen eine soziale Unterstützung dar und können somit Teil eines sozialen Netzes mit einer bestimmten wichtigen Funktion sein. Wie in der theoretischen Auseinandersetzung bereits angedeutet, stellt solche eine Unterstützung eine tragende Ressource dar, wenn es um Schwierigkeiten, Lebensfragen, Ziele und Anforderungen geht. Auch die Befragung hat bestätigt, dass junge Frauen, die über eine solch zuverlässige **Ressource** verfügen, gegenüber Schwierigkeiten und Problemen im Leben eher gewappnet sind und sie besser zu bewältigen vermögen, ohne zu behaupten, dass sie diese abwehren könnten. Wem dagegen solch eine Ressource fehlt, wird gegenüber stressreichen Ereignissen eher verwundbar sein.

Daher lautet die erste Hypothese, dass durch die soziale Unterstützung und Zuwendung der Mentorinnen die Bewältigungspotentiale der jungen Frauen gestärkt werden.

12.2.2 Gezielte Hilfe bei Problemen

Der Blick in die Lebenswelten der jungen Frauen hat gezeigt, dass sie mit einer Vielfalt und Vielzahl von Schwierigkeiten konfrontiert sind. Ob es sich dabei um praktische oder persönliche Nöte handelt, wie Wohnungslosigkeit, Rückfall in die Drogensucht oder Konflikt in Beziehungen, die Mentorinnen haben beides: Ein immer offenes Ohr, viel Geduld und Hände, die auch einmal mit anpacken, wenn es gewünscht ist. Auch in dieser Situation würden viele der jungen Frauen auf sich alleine gestellt sein und bei der Bewältigung von Problemen Schwierigkeiten haben. Dazu sind die Mentorinnen jedoch präsent, ihre Mentees in den Momenten aufzufangen, wenn sie es am Nötigsten haben. Dennoch hat die Forschung auch deutlich gemacht, dass es wichtig ist, dass kein Abhängigkeitsverhältnis entsteht. Dies wird auch von den Mentees unterstützt.

Die zweite Hypothese lautet demnach: Die Bewältigungspotentiale der jungen Frauen werden durch die gezielte Hilfe bei Problemen gesteigert.

12.2.3 Stärkung des Selbstvertrauens

Eine ganz wesentliche Eigenschaft, über die die jungen Frauen sehr unterschiedlich verfügen, ist das Selbstvertrauen. Laut ANTONOVSKY und LAZARUS eine wesentliche Eigenschaft, wichtiger sogar als das alleinige Vorhandensein von Ressourcen. Da es nicht viel bringt, wenn man sie nur besitzt und nicht daran glaubt, dass sie einem etwas nützen können in Bezug auf die eigene Handlungs- und Bewältigungsfähigkeit. Daher ist die Ermutigung und die Rückenstärkung durch Mentorinnen besonders bedeutsam. Dies wurde auch so von den Mentees empfunden und als große Stütze erlebt.

Die Hypothese lautet daher, dass das Bewältigungspotential der jungen Frauen durch die Stärkung ihres Selbstvertrauens enorm gesteigert wird.

12.2.4 Die Personenzentrierung

Bereits die theoretische Auseinandersetzung mit dem Ansatz von Carl Rogers hat gezeigt, dass die positive Grundhaltung dem Menschen gegenüber und die Begegnung mit Empathie, Wertschätzung und Echtheit positive Auswirkungen auf das Gegenüber und seine ‚Aktualisierungstendenz‘ hat. Diese Auswirkungen wurden von den Mentees bestätigt und sie haben es enorm schätzen gelernt, dass ihre Mentorin sie versteht, sie ihr ‚alles‘ erzählen können, ohne das Gefühl der Rückweisung und Verachtung zu ernten.

Die Mentees haben es als sehr wertvoll empfunden, dass sie in der Mentoring-Beziehung mit einer neutralen Person über ihre Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft sprechen können und dass ihre Mentorin sich entschieden hat, hierfür bewusst Zeit zu investieren. Dies scheint eine der großen Chancen des Projektes und des Mentoring allgemein zu sein. Durch die Personenzentrierung hat die Mentee die Möglichkeit sich mit sich auseinanderzusetzen und bei sich Lösungen und Ideen zu finden, die sie im Leben weiter bringen.

Die Chance des Mentoring und die damit verbundene Hypothese lautet daher: Die Steigerung der Bewältigungspotentiale geschieht durch die personenzentrierte Haltung.

12.2.5 Perspektivenentwicklung

Das Projekt *anna & marie* hat zum Ziel, dass junge Frauen in ihrem Lebensweg vorangehen und eine langfristige Perspektive entwickeln. Dazu gehören eigene Ziele, die Verselbständigung im sozialen, ökonomischen und kulturellen Bereich, sowie sich selbst zu finden (Identitätsfindung). Dazu trägt das Projekt durch Unterstützung und Ermutigung bei.

Sich Ziele zu setzen und auf diese zuzugehen hat etwas mit der inneren Haltung zu tun. Sich nicht von der Vergangenheit und damit verbundenen Ereignisse bremsen zu lassen, sondern optimistische in die Zukunft zu blicken, hilft einer jungen Frau anstehende Anforderungen und Ereignisse zu bewältigen. Ob nun der Wunsch nach einem Job, danach sein Kind wieder zurückzubekommen oder das Abitur nachzumachen. Diese Ziele, so hat die Empirie gezeigt, lassen junge Frauen entschlossener nach vorne blicken. Und dabei helfen ihnen ihre Mentorinnen, ihre Ziele nicht aus den Augen zu verlieren.

Die letzte Hypothese heißt demnach, dass die Bewältigungspotentiale durch die Entwicklung einer Perspektive gesteigert werden.

III. SCHLUSSFOLGERUNGEN

13. Das Projekt *anna & marie*

Nach ausführlicher Auseinandersetzung mit dem Projekt *anna & marie* und der besonderen Zielgruppe junger Frauen ist es nun möglich, Aussagen darüber zu machen, welche Chancen das Mentorinnenprojekt im Besonderen hat und welche Auswirkungen diese Erkenntnisse auf junge Frauen und das Projekt selbst haben.

13.1 Chancen für die jungen Frauen im Projekt

Es war das Ziel dieser Arbeit herauszufinden, welche Chancen, Potentiale und welchen Nutzen ein Mentorinnenprojekt wie *anna & marie* für junge Frauen in Bezug auf ihr Leben hat. Besonderer Fokus lag dabei auf der Bewältigung kritischer Lebensereignisse. Dabei sollte auch herausgefunden werden, welche Aspekte des Projekts und der Begleitung dabei eine besondere Rolle spielen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ein solches Projekt für jede Frau Chancen im Bezug auf die Steigerung ihrer Bewältigungspotentiale hat, da sie durch ihre Mentorinnen

- soziale Unterstützung erhalten;
- gezielte Hilfe bei Problemen erfahren;
- in ihrem Selbstvertrauen gestärkt werden;
- Wertschätzung, Akzeptanz und Verständnis erleben;
- in ihrer Perspektivenentwicklung gefördert werden.

13.1.1 Verselbständigung

Um den Erwachsenenstatus zu erreichen müssen sich Postadoleszenten, wie bereits ganz zu Beginn der Arbeit ausgeführt, auf drei Ebenen verselbständigen. Bei der ökonomischen Selbständigkeit sollen die jungen Frauen demnach lernen unabhängig von ihren Eltern finanziell im Leben zurechtzukommen. Dies kann nun durch den Berufseinstieg, Transferleistungen vom Staat oder durch finanzielle Unterstützung eines Partners geschehen. Bei dem Prozess der sozialen Verselbständigung handelt es sich um das Ablösen von den Eltern durch den Aufbau eines eigenen sozialen Netzes bzw. einer festen Partnerschaft. Die Gründung eines eigenen Haushaltes ist mitentscheidend, um sich von der elterlichen Fremdbestimmung loslösen zu können. Neben dieser, wie bereits erläuterten, objektiven Ablösung ist ebenfalls bedeutungsvoll, dass die jungen Frauen durch die kulturelle Verselbständigung zum einen das subjektive Gefühl haben ‚erwachsen zu sein‘ und zum anderen auch ihre eigene langfristige Perspektive entwickeln. Bei diesem anspruchsvollen Prozess der Verselbständigung unterstützen die Mentorinnen gezielt die Entwicklung ihrer Mentees. Jede der jungen Frauen hat einen anderen Hintergrund und steht an einem anderen Punkt in ihrem Leben. Während die einen bereits alleine leben und Sozialhilfe

empfangen, sprich ökonomisch unabhängig sind, jedoch noch keinerlei soziales Netz aufbauen konnten, ist es bei anderen Mentees genau umgekehrt.

Jeder der interviewten Mentees war abzuspüren, dass sie Ziele in ihrem Leben haben und eine Perspektive im Bezug auf Studium, Partnerschaft und Familie. An dieser Stelle bieten die Mentorinnen durch Ermutigung und Gespräche Hilfe und Unterstützung an. Jeder der Mentorinnen hat sich dafür entschieden, sich für ihre Mentee Zeit zu nehmen, um wichtige Anliegen und Themen zu besprechen, die der jungen Frau wichtig sind. Ob es darum geht ihr Selbstvertrauen zu stärken, ihr Mut zu machen, mit ihr über anstehenden Entscheidungen zu sprechen oder gemeinsam ihre Lebenssituation zu reflektieren, die Mentorin hat ein ‚offenes Ohr‘, Zeit und echtes Interesse, dass die junge Frau vorwärts kommt auf ihrem Lebensweg. Es stellt für die jungen Frauen in dem Projekt daher eine enorme Chance dar, jemand neutrales an ihrer Seite zu haben, der sie dabei unterstützt, sich nach und nach zu verselbständigen, Verantwortung zu übernehmen und den eigenen Weg zu gehen.

13.1.2 Bewältigung

Immer wieder begegnen den jungen Frauen im Alltag Schwierigkeiten, Hindernisse und Anforderungen, die es zu bewältigen gilt. Um bei diesem Bewältigungsprozess eine Unterstützung zu sein, versuchen die Mentorinnen das Selbstvertrauen ihrer Mentees zu stärken. Ob die jungen Frauen sich nun aufgeben wollen, einer solchen Anforderung noch nie begegnet sind oder Ängste entwickeln, die Mentorin geht behutsam auf die Empfindungen der Mentee ein und macht ihr Mut.

Ob bei Erfolg oder Misserfolg, Fortschritt oder Rückschlag, von der Mentee Entscheidungen getroffen werden, die von Seiten der Mentorin für gut oder nicht gut geheißen werden, spielt letztlich keine Rolle an der Art und Weise, wie sie der jungen Frau begegnet. Wertschätzung, Empathie und Akzeptanz heißt hier annehmen, was kommt und versuchen, dass Beste daraus zu machen.

„Empathie ist (...) eine zutiefst heilsame Form der Solidarität.“¹

Diese Art der Begegnung hat eine Wirkung auf die Mentees. Sie erfahren, wie es ist, wenn eine Person sich für sie ausgesprochen hat, zunächst unabhängig von ihren Handlungen. Sie erlebt bedingungslose Zuwendung, echtes Interesse und Neugier an ihrem Leben. Anders als bei einer nahe stehenden Verwandten oder Freundin, ist die Beziehung gekennzeichnet von gesunder Nähe und Vertrautheit, aber auch von gesunder Distanz. Die

¹ Schmid 1995, S.144

Mentoring-Beziehung ist freiwillig und nicht verpflichtend, was sowohl die Mentorinnen als auch die Mentees als sehr angenehm empfinden, wie die Forschung herausgefunden hat. Durch die wertschätzende, emphatische und aufrichtige Haltung der Mentorin wird die Mentee dazu befähigt, sich und ihre Geschichte zu akzeptieren, nicht für gut zu heißen, aber sie zu respektieren, um sich von diesem Punkt aus weiterzuentwickeln. Im Rückblick auf die Einzelfälle machen Beispiele deutlich, wie das der Polizistin, die noch vor Jahren mit gesenktem Kopf lief und heute aufrecht geht, dass eine positive Identitätsentwicklung gelungen ist und die Mentees lernen vergangenes und alltägliches zu bewältigen. Damit verbunden hat es präventive Wirkung und kann dazu beitragen, dass destruktiven Bewältigungsergebnissen, wie Überforderung, Stress und Sucht entgegengewirkt wird.

Alles in Allem lässt sich sagen, dass die jungen Frauen jede auf ihre Weise von dem Projekt profitiert. Zwar erleiden die jungen Frauen auch Rückschläge, aber durch die weitere Begleitung wird ihnen die Chance gegeben, das Erlebte zu verarbeiten, Gegenwärtiges zu bewältigen und vorwärts zu schauen.

13.2 Folgen für das Projekt *anna & marie*

Das Mentorinnenprojekt *anna & marie* hat definitiv Potential und trägt bei einer Vielzahl von Mädchen und jungen Frauen dazu bei, sich positiv zu entwickeln. Eine Auswirkung dieser effektiven Arbeit und dieser interessanten Konzeption war im Jahr 2004 der Deutsche Präventionspreis. Gesundheits- und Sozialministerin Ulla Schmidt nannte das Projekt eine "vorbildliche Initiative". Es wurde unter den bundesweit mehr als 400 Projektbewerbungen ausgezeichnet. Dieses Lob und auch die Verantwortung für mittlerweile über 250 Mädchen und junge Frauen haben zur Folge, dass es notwendig ist, weiter in die Fortbildungen der Mentorinnen zu investieren, um eine qualitativ hochwertige Arbeit zu leisten.

13.2.1 Fortbildungen

Es ist das Ziel von *anna & marie* die Mentorinnen durch Qualifizierung in die Lage zu versetzen, eine Atmosphäre zu schaffen, die es Mädchen und jungen Frauen in schwierigen Lebenssituationen ermöglicht, sich zu öffnen und die anstehenden Entwicklungsaufgaben selbstständig zu meistern. Um die Qualität dieser Arbeit zu erhalten und sogar zu optimieren, bedarf es jedoch an Zeit und Investition, was die Mentorinnen betrifft. Neben den sozialen und kommunikativen Fähigkeiten ist bei *anna & marie* besonders die innere Grundhaltung der ehrenamtlichen Frauen bedeutend. Jemandem mit Wertschätzung, Empathie und Echtheit zu begegnen, das bedarf der ständigen Reflexion und Auseinandersetzung mit sich selbst. Die Versuchung ist groß, wieder in alte Denkmuster zu verfallen, die Mentees zu belehren und ihre Verhaltens- und Lebensweisen ändern zu wollen, weil sie einem selbst womöglich fremd und unangenehm sind. Umso wichtiger erweisen sich professionelle

Begleitstrukturen, die hier intervenieren, Hilfe anbieten und Bewältigungsstrategien vermitteln können. Fortlaufendes Supervision für Mentorinnen bilden die Voraussetzung für positive Ergebnisse und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass die Mentoring-Beziehung länger und über konfliktreiche Phasen hinaus bestehen bleibt. Diese Unterschiede und Konflikte bieten dennoch immer die Chance, klare Verhältnisse zu schaffen, eigene Fehler zu erkennen, neue Ideen zu entwickeln und Veränderungen möglich zu machen. Konflikte sind nicht ausschließlich negativ, sondern können die Beziehung deutlich stärken, wenn der Konflikt gemeinsam bewältigt wird.

„Gerade aber bei der Echtheit wird deutlich, dass dies kein trainierbares Verhalten darstellt. Echtheit lernen, heißt lernen, nach und nach auf überflüssig gewordenen Selbstschutz zu verzichten, unnötig gewordene Fassaden fallenlassen zu können und (...) mitgeschleppten Ballast an Panzern, Masken und Mauern loslassen zu können.“¹

Daran wird deutlich, dass es bei *anna & marie* viel weniger um Fähigkeiten und Kompetenzen der Mentorinnen geht, als um die innere Haltung der Mentorinnen. Diese jedoch zu schulen Bedarf, ähnlich wie bei einer Sprache, neben dem Unterricht und dem Vermitteln von Kenntnissen, das praktische Üben in der Gruppe und im Alltag.

Und darin liegt auch das Potential für die Mentorinnen. Wie in der Forschung von einigen Mentorinnen angedeutet wurde, bringt ihnen ihre Engagement und die Auseinandersetzung mit der Grundhaltung etwas für ihr Leben, ihre Beziehungen und ihren Alltag. Durch die Mitarbeit bei *anna & marie* gewinnen sie an Lebenssinn, Lebensqualität und Lebensfreude. Auch wenn sie viel investieren, profitieren sie von den Erfahrungen mit ihren Mentees. Zwischen freiwilligem Engagement und Selbstverwirklichung steht also grundsätzlich kein Widerspruch. Ganz im Gegenteil, gerade die Balance zwischen Geben und Nehmen bewirkt die Motivation bei den Mentorinnen und lässt sie damit zu einer wertvollen Ressource werden.

13.2.2 Bundesweite Ausdehnung des Projekts

Durch den großen Erfolg des Projekts und Anfragen aus den unterschiedlichsten Regionen kam es dazu, dass das Projekt *anna & marie* bundesweit ausgedehnt wurde. Seit dem Jahre 2008 wird das Projekt neben dem Landkreis Heilbronn in sechs weiteren Stadt- und Landkreisen in Baden-Württemberg umgesetzt wird. Dazu gehören Baden-Baden, Freudenstadt, Metzingen, Ehingen, Ludwigsburg und Öhringen.¹ Die Wirkung des Projekts ist beeindruckend. Wenn ein Projekt innerhalb kürzester Zeit so weite Kreise zieht, kann mit Sicherheit von effektiver Sozialer Arbeit gesprochen und zur Nachahmung empfohlen werden. Der Deutsche Kinderschutzbund (DKSB) plant sogar das Mentorinnenprojekt bald landesweit anzubieten.

¹ Schmid 1995, S.129

14. Mentoring als Ressource und Beitrag zur Sozialen Arbeit

Von der Wirtschaft, der Politik und einigen Bildungseinrichtungen² schon seit einiger Zeit als Ressource eingesetzt, scheint die Soziale Arbeit gerade dabei zu sein, das Modell ‚Mentoring‘ und die Chancen, die in dieser Form der Begleitung liegen, für sich zu entdecken. Während in den USA oder beispielsweise England kaum eine andere sozialpolitische Methode so propagiert wird, wenn es um die Verbesserung der Lebenschancen benachteiligter Jugendlicher geht, scheint Deutschland auf diesem Gebiet noch ein *Entwicklungsland*³ zu sein.

14.1 Konsequenzen für die Soziale Arbeit im Hinblick auf:

Das Ergebnis der Untersuchung zeigt, wie relevant dieses Thema ist. Immer mehr junge Frauen, aber auch junge Männer, sind auf sich alleine gestellt und scheitern aus unterschiedlichen Gründen an den Herausforderungen des Alltags und der zunehmenden Verantwortung und Selbständigkeit. Besonders diejenigen, die sich in einer schwierigen Lebenslage befinden und auf wenig soziale Unterstützung zählen können, kommen in einer komplexen Multioptionsgesellschaft nicht zurecht und sind verunsichert oder überfordert. Das bedeutet für die Soziale Arbeit sich in diesem Bereich bzw. für diese Altersgruppe zu engagieren und Strukturen zu entwickeln, die Benachteiligungen entgegenwirken und hilfeschuchende junge Erwachsene unterstützt. Mentoring kann dazu seinen Beitrag leisten und als Ressource genutzt werden.

14.1.1 Mentorenprojekte

Aufgrund der Forschung und der Auseinandersetzung mit dem Projekt wurde deutlich, welche Chancen im Mentoring liegen. Besonders spannend war es, herauszufinden, dass die Mentoring-Beziehungen vermutlich alle deshalb ‚gelingen‘ sind, weil sich die Mentorinnen ihre innere Grundeinstellungen den Mentees gegenüber bewahren konnten. Es kann angenommen werden, dass die Untersuchung ein ganz anderes Ergebnis hervorgebracht hätte, wenn die Mentorinnen ausschließlich Ratschläge erteilt hätten und mit einem gezielten Plan an die Mentee herangetreten wären. Entscheidend für den Erfolg und die positiven Auswirkung ist demnach nicht, das reine existieren einer Mentoring-Beziehung, sondern wie und unter welchen Bedingungen sie geführt wird. Dies trägt wesentlich dazu bei,

¹ Siehe für Kontaktdaten: www.kinderschutzbund-bw.de/projekte/anna-und-marie.html

² Die Hochschule Landshut bietet beispielsweise Mentoring an, um ihre Studierenden auf diese besondere Weise sowohl in fachlicher als auch in persönlicher Hinsicht zu unterstützen. Aus diesem Grund hat man sich dort entschieden, schrittweise ein strukturiertes Beratungs- und Betreuungsangebot für Studierende auf Basis des Mentoring-Ansatzes zu entwickeln und einzuführen. Hierbei begleiten Studenten höheren Semesters die Studienanfänger durch ihr erstes Semester hindurch. Nähere Informationen unter:

<http://www.fh-landshut.de/fb/sa/service/mentoring>

³ Becker & Schüler 2007, S. 1

inwieweit die Mentee in ihrer sozialen, kognitiven und emotionalen Entwicklung davon profitiert.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass beim Mentoring ganz unterschiedliche Bedingungen zusammenwirken und es kompliziert ist, exakt rück zu schließen, woher Fortschritte kommen und woher Rückschritte. Ist die Beziehung jedoch von Echtheit, Empathie, Wertschätzung und Vertrauen getragen, so finden sich Resultate, die auf eine bessere Bewältigung und den Ausbau von Kompetenzen schließen lassen. Das bedeutet für Mentoren- oder Patenschaftprojekte, die derzeit existieren oder sich entwickeln, dass sie diese besondere Art von Haltung vermitteln sollten. Sonst ist die Wahrscheinlichkeit sehr groß ist, dass Mentoren und Mentorinnen trotz ihre sozialen Fähigkeiten und ihrem gutem Wille, die kontinuierliche Begleitung, die teils auch sehr belastende Situationen und Konflikte mit sich bringt, nicht durchstehen und die Mentees sich nicht öffnen.

Wie die Ergebnisse der Forschung ergeben haben, kann Mentoring eine hilfreiche präventiv wirkende Form der Unterstützung sein, die allerdings auch **Risiken und Grenzen** birgt:

Immer wieder stehen die Mentorinnen vor der Herausforderung sich innerlich abzugrenzen. Durch die vielen Gespräche erfahren sie von vielen Problemen und Leid. Es ist bildlich gesehen ein Spagat zwischen dem einführenden Verstehen und dem privaten Abgrenzen, den die Mentorinnen machen müssen. Von großer Bedeutung ist es, dass die Mentoren und Mentorinnen nicht die Illusion in sich tragen, dass Leid beseitigen bzw. die Probleme lösen zu können oder noch schlimmer, daran schuld zu sein, wenn es den Mentees nicht besser geht. Diese Grenze beim Mentoring gilt es sich bewusst zu machen und zu akzeptieren, dass man zeitweise ohnmächtig einer schwierigen Situation und einem Verhalten der Mentee gegenüber steht, das objektiv betrachtet negative Auswirkungen hat. Bei dem Interviewbeispielen der jungen Frauen, die an Drogenabhängigkeit, Depressionen oder unter einer Essstörung leiden, ist es mit Sicherheit der sehnlichste Wunsch der Mentorinnen gewesen, dass sich dieses destruktive Verhalten ändert. Dennoch können sie es nicht. Und selbst wenn, dann könnte man nur durch Stärkung etwas erreichen, nicht mit dem Willen die Mentees und ihr Verhalten zu verändern.

Ein weiteres Risiko, dass beim Mentoring beachtet werden muss ist, dass die Beziehung die den Mentees in entwicklungsbedingt kritischen Phasen, Bestätigung und Orientierung vermitteln und damit ihre Persönlichkeit fördern kann, umgekehrt, wenn sie scheitert, zerbricht oder in Abhängigkeit leitet, auch großen Schaden führen. So kostbar eine gute Beziehung ist, es liegt in ihr immer ein gewisses Risiko der Verwundbarkeit – auch in einer Mentoring-Beziehung. Es entwickelt sich durch die Vertrautheit eine Bindung, mit der

sensibel umgegangen werden muss. Da die vermittelten Beziehungen nur vorübergehend sind, ist es umso wichtiger, diesen Ausgang im Blick zu behalten und wenn es auf einen Abschluss hinsteuert, diesen so zu gestalten, dass die Mentee sich von selbst langsam löst und das Gefühl hat, ohne die Unterstützung gut zurechtzukommen. Die Form der Beendigung kann sehr großen Einfluss darauf haben, wie die Mentee die Erfahrungen mit der Mentorin verarbeitet und ob sie sie als langfristig kostbar betrachtet.

14.1.2 Das Ehrenamt

Das Ehrenamt ist eines der am meisten kontrovers diskutierten Themen überhaupt in der Sozialen Arbeit und wird nicht ohne Grund als große Ressource wahrgenommen. Genauso kritisch hinterfragen lässt sich jedoch die Arbeit mit ehrenamtlich Engagierten. Und es gilt zu fragen: Welche Motivation haben sie? Was tut man den Hilfesuchenden damit an? Wie fachlich vertretbar ist die Qualität ihrer Arbeit? Wer überprüft diese? Und vor allem: Wie kann man eine bessere Qualität der Arbeit von Ehrenamtlichen gewährleisten?

Die Fragen über Risiken und Ressourcen des ehrenamtlichen Engagements gilt es sorgfältig abzuwägen und sich Gedanken darüber zu machen, welche Möglichkeiten es gibt, diese Risiken zu mildern.

Eine Aussage der Expertin im Interview war, dass es nicht sein kann, dass man einerseits auf die Mädchen einfach Ehrenamtliche loslässt, die ihr Helfersyndrom ausleben wollen und zum anderen die Ehrenamtlichen für teilweise sogar staatliche Aufgaben ausgenutzt werden und für ihr Engagement nichts zurückbekommen.¹ Diese Kritik, dass viel Ehrenamt strukturell und fachlich sich selbst überlassen wird und unverbunden vor sich hin arbeitet ist durchaus berechtigt. Wenn das Ehrenamt wirkungsvoll, qualitativ hoch und für beide Seiten profitabel sein soll, dann muss die Frage gestellt werden, welche Form man finden kann, um auf der einen Seite Qualität zu gewährleisten und auf der anderen Seite das Engagement attraktiv werden zu lassen. Denn es ist bekanntlich nicht leicht in Deutschland Menschen zu mobilisieren, die sich verlässlich, über einen längeren Zeitraum aktiv für Jugendliche und junge Erwachsene einsetzen. Die Antwort lautet²:

- durch Vernetzung
- durch eine fachliche und ausführliche Einführung in die Thematik
- durch professionelle Koordination, die die Mentorinnen unterstützt
- durch kontinuierliche Betreuung der Ehrenamtlichen in kleinen Gruppen
- den Ehrenamtlichen etwas zu geben, dass sich positiv auf ihre Leben auswirkt.

¹ Vgl. Experteninterview 6, Zeile 81-85

² Dieser Anstoß kam ebenfalls durch die Expertin, die das Projekt seit mehr als sieben Jahren erfolgreich leitet.

Bei dem Projekt *anna & marie* wird dies durch die Fortbildungen und Gruppensupervision gelöst. Hierbei kann man die beiden wichtigen Aspekte, fachliche Einführung, Begleitung und Wertschätzung ihres Engagements eingehen. Durch die kleinen Gruppen wird Raum für Reflexion, Anerkennung, Austausch und Ermutigung geschaffen, die positive Auswirkungen auf die Arbeit und Motivation der Mentorinnen hat. Des Weiteren wird neben der Vernetzung, wie in den Interviews herausgefunden, durch die innere Grundhaltung ein erfahrbares Element vermittelt, das Auswirkungen und Einfluss auf das private Leben der Mentorinnen hat. Der Schlüssel für ein gelingendes Ehrenamt ist demnach, dass es fachlich begleitet wird und den Engagierten Wertschätzung und Anerkennung entgegengebracht wird. Dann kann ehrenamtliche Begleitung im Einzelfall auch als wertvolle Ergänzung und Unterstützung von professioneller Arbeit genutzt werden.

14.1.3 Präventionsarbeit mit Mädchen und jungen Frauen

Männliche Jugendliche geraten immer wieder in die Diskussion, wenn es um Kriminalität, „auffälliges“ Verhalten, Aggression und die Ursachen geht. Unvermeidlich stellt sich hier die Frage, ob weibliche Jugendliche weniger Probleme haben, weil sie weniger auffallen und damit der Gesellschaft weniger Probleme bereiten. Bei der Antwort auf diese Frage gibt es weder ein Nein, noch ein Ja. Stattdessen geht es hier um die unterschiedlichen Problembewältigungsmuster von weiblichen und männlichen Jugendlichen. Während die Verarbeitungsprozesse von Mädchen viel stärker nach innen gerichtet sind, richten sich die von Jungen eher nach außen.¹ Das hat zur Folge, dass weibliche Jugendliche als weniger „störend“ oder „auffällig“ empfunden werden. So ist es wohl zu erklären, dass Prävention zunehmend Jungen in den Vordergrund des Interesses rückt. Dies ist selbstverständlich berechtigt, darf jedoch nicht dazu führen dass die Arbeit mit Mädchen deswegen vernachlässigt wird oder einen geringeren Stellenwert hat. Projekte für weibliche Jugendliche bleiben weiterhin wichtig und notwendig, weil Mädchen und junge Frauen von den gesellschaftlichen Entwicklungen stark betroffen sind und bei der Lösung von Entwicklungsaufgaben die weitreichenderen Vereinbarkeitsleistungen zu erbringen haben.

Das Projekt *anna & marie* hat, wie bereits erwähnt, den Deutschen Präventionspreis gewonnen, was zum Ausdruck bringt, dass Prävention auch beim weiblichen Geschlecht zunehmend notwendig und damit zum Thema wird. Wie erwähnt liegen die Zahlen für Depressionen und Essstörungen bei Frauen über dem Durchschnitt der Männer und auch beim Thema Drogen- und Medikamentensucht sind Frauen mit den Männern bekanntlich gleich auf. Dennoch gibt es vergleichsmäßig wenige Projekte für das Mädchen und Frauen, die es sich zum Ziel gesetzt haben, ihre Bewältigungspotentiale zu stärken, um solche möglichen Probleme oder Krankheiten präventiv anzugehen.

¹ Vgl. Böhnisch 2002, S. 52

Der nach wie vor große Andrang bei *anna & marie* zeigt, wie viel Bedarf es gibt und wie wenige Angebote, die ihn decken. Der Handlungsvorschlag, den auch der Deutsche Kinderschutzbund (DKSB) bereits angedeutet hat, ist zum einen das Projekt bundesweit anzubieten und zum anderen Projekte zu fachlich und finanziell zu unterstützen, die sich zum Ziel gesetzt haben, junge Heranwachsende zu unterstützen. Denn es fehlen den Projekten oft die finanziellen Mittel, um den fachlichen und organisatorischen Aufwand abzudecken.

„Trotz aktiver Bemühungen von Pädagoginnen und Frauenorganisationen werden Mädchen immer noch viel zu wenig ermutigt“.¹

Deshalb sind in der sozialpädagogischen Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen weibliche Persönlichkeiten gefragt; Frauen die Mädchen und junge Frauen ermutigen und ihnen vorleben können, dass man seine Lebensschwierigkeiten bewältigen kann. Aus Mädchen mental starke Frauen zu machen, ist ein wichtiges Ziel, welches sich auf die persönliche Lebenssituation und auf die Gesellschaft auswirkt. Nicht zuletzt damit bringt das Projekt *anna & marie* einen hohen Gewinn für die Gesellschaft.

15. Ausblick

Die derzeitige Entwicklung wurde von der Schwangerenberatungsstelle der Caritas Heilbronn-Hohenlohe angestoßen. Die dort tätigen Beraterinnen sind auf die fachliche Projektleitung zugekommen mit der Bitte, Mentorinnen auch an schwangere Mädchen und junge Frauen bis ungefähr 30 Jahre zu vermitteln. Der Bedarf an Unterstützung sei bei dieser Zielgruppe immens und dringend erforderlich. Das Projekt *anna & marie* nimmt diese Herausforderung derzeit an und erfragt aktive Mentorinnen, ob sie sich vorstellen können sich für diese neue Zielgruppe zu engagieren. Eine Zusatzschulung für diese spezielle Problematik wurde bereits konzipiert. Angesichts der steigenden Zahl an Teenagerschwangerschaften ist dieses Engagement von großer gesellschaftlicher Relevanz.

Ziel dieser Forschung war es, die Sichtweise junger Frauen zu untersuchen, deren Mentoring-Beziehung bis zum heutigen Tage besteht, um anhand dieser bestehenden Beziehungen, die Chancen von Mentorprojekten zu erörtern. All diejenigen, die das Mentoring jedoch beendet haben, sind in dieser Forschung nicht enthalten. Dazu folgende Anregung: Es wäre eine ganz eigenständige Untersuchung wert, zu fragen, warum Mentees die Mentoring-Beziehung beenden, zu welchem Zeitpunkt bevorzugt und aus welchen Gründen. Die gewonnen Erkenntnisse würden der Weiterentwicklung dieser Projekte dienen und wertvolle Antworten geben, worauf beim Mentoring geachtet werden muss.

¹ Heinze 2002, S. 82

IV. LITERATURVERZEICHNIS

Fachbücher und Grundlagenwerke

- Alterhoff, G.:** Grundlagen klientenzentrierter Beratung: Eine Einführung für Sozialarbeiter, Sozialpädagogen und andere in sozialen Berufen Tätige. In: Kohlhammer Verlag: Stuttgart 1994
- Antonovsky, A.:** Gesundheitsforschung versus Krankheitsforschung. In: Franke, A./Broda, M., Psychosomatische Gesundheit, Tübingen: dgvt-Verlag 1993, zitiert in Schmid, A.C.: Stress, Burnout und Coping: Eine empirische Studie an Schulen zur Erziehungshilfe. In: Julius Klinkhardt Verlag: Bad Heilbrunn 2003
- Atteslander, P.:** Methoden der empirischen Sozialforschung, Springer Verlag: Berlin 1984
- Bay, R. H.:** Erfolgreiche Gespräche durch aktives Zuhören, expert Verlag: Renningen 1995
- Beck, U.:** Die Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. In: Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main 1989
- Beck, U.:** Kinder der Freiheit. Wider das Lamento über Werteverfall. In: Beck, U. (Hrsg.), Kinder der Freiheit, Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main 1997
- Beck- Gernsheim, E.:** Stabilität der Familie oder Stabilität des Wandels? In: Beck U./ Soop, P. (Hrsg.): Individualisierung und Integration. Neue Konflikte und neuer Integrationsmodus?, Verlag Leske und Budrich: Opladen 1997
- Bell, C.:** Managers als Mentors. Building Partnership for learning. San Francisco 1996, zitiert in: Hilb, M.: Management by Mentoring. Ein wiederentdecktes Konzept zur Personalentwicklung. Hermann Luchterhand Verlag: Berlin 1997
- Böhnisch, L.:** Pädagogik der Lebensalter. Eine Einführung. In: Juventa Verlag: Weinheim/München 1997
- Catina, A./Kächele, H.:** Essstörungen – Verhungern im Meer der Objekte. In: Schneider, H. (Hrsg.), Pubertät und Adoleszenz. Psychodynamik des Aufbruchs – Psychotherapie der Reifungskrisen. Mattes Verlag: Heidelberg 1998
- Dommermuth, L.:** Wege ins Erwachsenenalter in Europa: Italien, Westdeutschland und Schweden im Vergleich. In: VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden 2008
- Fend, H.:** Vom Kind zum Jugendlichen. Der Übergang und seine Risiken. Entwicklungspsychologie der Adoleszenz. Huber Verlag: Stuttgart/Bern 1990
- Filipp, S. H.:** Kritische Lebensereignisse. In: Verlagsunion Psychologie: Weinheim, 1990

- Fleißner, H.:** Frech, frei und fordernd, oder? Mädchenbilder von Pädagoginnen und ihre Bedeutung für die Mädchenarbeit. In: Flaake, K./King, V. (Hrsg.), *Weibliche Adoleszenz. Zur Sozialisation junger Frauen*. Beltz Verlag: Weinheim 1992
- Flick, U.:** *Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung*. In: Rowohlt Taschenbuch Verlag: Reinbek 2007
- Gaiser, W.:** *Lebensperspektiven, Lebensbewältigung Jugendlicher, junger Erwachsener – Der Stellenwert von „Wohnen“ für die Lebensgestaltung*. In: Friebel, H. (Hrsg.), *Berufsstart und Familiengründung – Ende der Jugend? VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden 1990*
- Geissler, B. / Oechsle, M.:** *Die ungleiche Gleichheit. Zur widersprüchlichen Modernisierung weiblicher Lebensläufe*. In: *Die ungleiche Gleichheit. Junge Frauen und der Wandel im Geschlechterverhältnis. Lebensplanung junger Frauen*. Leske und Budrich: Opladen 1998
- Haberlandt, M.:** *Risiken und Chancen der Entwicklung im Jugendalter*. In: Kolip, P./Hurrelmann, K./Schnabel, P.E. (Hrsg.), *Jugend und Gesundheit. Interventionsfelder und Präventionsbereiche*. Juventa Verlag: Weinheim/München 1995
- Heinz, W. R.:** *Der Lebenslauf*. In: Joas, A. (Hg.): *Lehrbuch der Soziologie*, Frankfurt/New York: Campus 2001
- Heinze, C.:** *Frauen auf Erfolgskurs mit Mentoring. So kommen Sie weiter*. In: Herder Verlag: Freiburg im Breisgau 2002
- Helfferich, C.:** *Ansätze geschlechtsbezogener Prävention und Gesundheitsforschung bei Jugendlichen*. In: Kolip, P./Hurrelmann, K./Schnabel, P.E. (Hrsg.), *Jugend und Gesundheit. Interventionsfelder und Präventionsbereiche*. Juventa Verlag: Weinheim/München 1995
- Hilb, M.:** *Management by Mentoring. Ein wiederentdecktes Konzept zur Personalentwicklung*. In: Hermann Luchterhand Verlag, Berlin 1997
- Hurrelmann, K.:** *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*. In: Juventa Verlag: Weinheim/München 1994
- Jugendwerk der Deutschen Shell** (Hrsg.): *Jugend 2006. Eine pragmatische Generation unter Druck*, Fischer Taschenbuch Verlag: Frankfurt a.M. 2006
- Junge, M.:** *Forever Young? Junge Erwachsene in Ost- und Westdeutschland*. In: Leske und Budrich: Opladen 1995

- Keddi, B.:** Junge Frauen: Vom doppelten Lebensentwurf bis zum biographischen Projekt. In: Becker, R./Kortendiek, B. (Hrsg.), Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung. Theorie, Methoden, Empirie. 2004
- King, V.:** Adoleszenz und die Konzepte geschlechtsbezogener Jugendarbeit. In: Müller, B./King, V. (Hrsg.), Adoleszenz und pädagogische Praxis. Bedeutung von Geschlecht, Generation und Herkunft in der Jugendarbeit. Lambertus Verlag: Freiburg 2000
- Kohli, M.:** Die Institutionalisierung des Lebenslaufes. Historische Befunde und theoretische Argumente. In: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, Band 37, 1985; zusammengefasst in Dommermuth, L.: Wege ins Erwachsenenalter in Europa: Italien, Westdeutschland und Schweden im Vergleich. In: VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden 2008
- Krampen, G./Reichle, B.:** Frühes Erwachsenenalter. In: Oerter, R./Montada, L. (Hrsg.), Entwicklungspsychologie. Beltz Verlag: Weinheim/Berlin 2002
In: VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden 2008
- Lamnek, S.:** Qualitative Sozialforschung: Lehrbuch. In: Beltz Verlag: Weinheim, Basel 2005
- Lazarus, R.S./Launier, R.:** Streßbezogene Transaktion zwischen Person und Umwelt. In: Nitsch, J.R. (Hrsg.), Stress - Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen, 1981 zitiert in: Handbuch Elternbildung: Wenn aus Partnern Eltern werden. In: VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden 1999
- Maletzki, W./Stegmayer, A.:** Klinikleitfaden Pflege. Edition 6. In: Elsevier, Urban und Fischer Verlag: München 2008
- Mayring, P.:** Einführung in die qualitative Sozialforschung: Eine Anleitung zu qualitativem denken. Edition 5. Beltz: Wiesbaden 2002
- Mies, T.:** Individualisierung in der Gesellschaft, in: Mies, T./Regenbogen, A./Seve, L. (Hrsg.), Meiner Verlag Hamburg 1991
- Neidhardt, F.:** Bezugspunkte einer soziologischen Theorie der Jugend. In: Jugend im Spektrum der Wissenschaften. München 1972, zitiert in Dommermuth, L.: Wege ins Erwachsenenalter in Europa: Italien, Westdeutschland und Schweden im Vergleich.
- Oechsle, M./ Geissler, B.:** Lebensplanung junger Frauen. Zur widersprüchlichen Modernisierung weiblicher Lebensläufe. Juventa Verlag: Weinheim/München 1996
- Pieper, M.:** Erwachsenenalter und Lebenslauf. Zur Soziologie der Altersstufen. Kösel-Verlag: München 1978

- Reinders, H.:** Qualitative Interviews mit Jugendlichen führen: Ein Leitfaden. In: Oldenbourg Wissenschaftsverlag, 2005
- Rogers, C.R.:** Der neue Mensch. In: Klett-Cotta Verlag Stuttgart 1981
- Rogers, C.R.:** Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie. In: Rogers, C.R./ Schmid, R.F. (Hrsg.). Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis, Matthias-Grünwald-Verlag: Mainz 1991
- Rosenmayr, L. :** Die menschlichen Lebensalter - Kontinuität und Krisen. Piper Verlag: München/Zürich 1978, zitiert in: Biendarra, I.: Krankheit als Bildungsereignis? Königshausen & Neumann Verlag: Würzburg 2005
- Schmeisser, S.:** Selbstverletzung: Symptome, Ursachen, Behandlung. In: Waxmann Verlag: München/Berlin 2000
- Schmid, A.C.:** Stress, Burnout und Coping: Eine empirische Studie an Schulen zur Erziehungshilfe. In: Julius Klinkhardt Verlag: Bad Heilbrunn 2003
- Schmid, P. F.:** Souveränität und Engagement. Zu einem personenzentrierten Verständnis der Person. In: Rogers, C.R./Schmid, R.F. (Hrsg.). Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis, Matthias-Grünwald-Verlag: Mainz 1991
- Schmid, P. F.:** Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge. In: Echter Verlag: Würzburg 1995
- Segerman-Peck, L.:** Frauen fördern Frauen: Netzwerke und Mentorinnen. Ein Leitfaden für den Weg nach oben. In: Campus Verlag: New York/Frankfurt 1994
- Seiffge-Krenke, I.:** Psychische Störungen im Jugendalter. In: Kolip, P./Hurrelmann, K./ Schnabel, P.E. (Hrsg.), Jugend und Gesundheit. Interventionsfelder und Präventionsbereiche. Juventa Verlag: Weinheim/München 1995
- Seithe, M.:** Engaging – Möglichkeiten Klientenzentrierter Beratung in der Sozialen Arbeit. In: VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden 2008
- Shea, G. F.:** Mentoring – helping employees reach their full potential. New York 1994, zitiert in: Hilb, M.: Management by Mentoring. Ein wiederentdecktes Konzept zur Personalentwicklung. Hermann Luchterhand Verlag: Berlin 1997
- Stauber, B./Walther, A.:** Ein neuer Blick auf die Übergänge junger Frauen und Männer. In: Stauber, B./Walther, A./Pohl, A. (Hrsg.), Subjektorientierte Übergangsforschung. Rekonstruktion und Unterstützung biographischer Übergänge junger Erwachsener. Juventa Verlag: Weinheim/München 2007

Vaskovics, L.: Generationenbeziehungen: Junge Erwachsene und ihre Eltern. In: Liebau, E. (Hrsg.), Das Generationenverhältnis. Über das Zusammenleben in Familie und Gesellschaft. Juventa Verlag: Weinheim/München 1997

Zimbardo, P.G./Gerrig, R.J.: Psychologie. In: Pearson Education München, 2008

Fachzeitschriften

Becker, S./Schüler, B.: Der Mentor machts — besser!? Potenziale, Risiken und Grenzen von Mentoring-Projekten für sozial belastete Kinder und Jugendliche. In: sozialextra — Zeitschrift für soziale Arbeit, März 2007

Hurrelmann: Der entstrukturierte Lebenslauf. Die Auswirkungen der Expansion der Jugendphase. In: Zeitschrift für Sozialisationsforschung und Erziehungssoziologie, 23. Jg, Heft 2, 2003, S. 115-126.

Berichte

Broschüre „Erziehung, Haushalt und Beruf. Anforderungen und Unterstützung für Familien“. Bundesministerium für Familie, Senioren und Jugend (Hrsg.). 2007

Konzeption des Projekts *anna & marie*. Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg (Hrsg.). 2002

Konzeption und Evaluation des Projektes *anna & marie*. Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg (Hrsg.). 2005

Tatti, A.: Freundinnen-Projekt *anna & marie*. Frauen begleiten Mädchen ehrenamtlich. Diplomarbeit im Studiengang Sozialarbeit/Sozialpädagogik der Evangelischen Fachhochschule Ludwigsburg, 2005.

Internetquellen

Die Homepage des Projekts *anna & marie*
<http://www.kinderschutzbund-bw.de/projekte/anna-und-marie.html>, Stand: 22.03.09

Die Homepage des KOKO Instituts
<http://www.institut-koko.de>, Stand 22.03.09

Broschüre „Mentoring für Frauen in Europa“
http://www.dji.de/4_mentoringfrauen/titeldt.htm, Stand: 22.03.09

Mayring, Philipp (2000). Qualitative Inhaltsanalyse [28 Absätze]. Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research, 1(2), Art. 20
<http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/viewFile/1089/2384>, Stand: 22.03.09