

Leben durchkreuzt

Krisen und ihre Chancen in der Jugendarbeit

von Barbara Schmidt und Martin Schneider

Wir wissen es alle: Krisen gehören zum Leben. Die scheinbar sicheren Pläne werden immer wieder von Unvorhersehbarem durchkreuzt. Es gilt das anzunehmen, damit umzugehen und weiterzuleben, auch wenn es erstmal schwer fällt. Und doch bedarf oft eines dramatischen Ereignisses, um sich dieser Tatsache bewusst zu werden. Für die Katholische Landjugendbewegung (KLJB) Bayern war dies der erschütternde Tod ihrer ehrenamtlichen Landesvorsitzenden Maria Baumer. Nur eine Woche nach ihrer Wahl im Mai 2012 war sie spurlos verschwunden. Im September 2013 wurde sie tot gefunden. Ihr Schicksal hat den ganzen Jugendverband und die Öffentlichkeit tief erschüttert.

Die KLJB hat Maria Baumer einen Werkbrief mit dem Titel „*Leben durchkreuzt. Von Krisen und ihren Chancen*“ gewidmet. Die Werkbriefe der KLJB haben zum Ziel, über für die Jugendarbeit relevante Themen zu informieren und Anregungen und methodische Hinweise für eine angemessene thematische Aufbereitung zu geben. Die Verbindung von Theologie und Praxis ist ein großes Anliegen, da reflektierter Glaube in der verbandlichen Jugendarbeit als eine wichtige Säule des Lebens erfahren wird.

Im Werkbrief *Leben durchkreuzt* wird im ersten Kapitel aus theologischer, pädagogischer und psychologischer Sicht beleuchtet, was Lebenskrisen bedeuten. In diesem Abschnitt wird auch auf die Resilienzforschung eingegangen (S. 30–34). Resilienz wird als die Fähigkeit vorgestellt, „Krisen durch Bewusstwerden und Einsatz von persönlichen und sozial vermittelten Ressourcen zu meistern. Sie ist zu einem gewissen Grad erlernbar und lässt sich auch noch steigern, indem man unter anderem den Optimismus, die Lösungsorientierung und das Übernehmen von Verantwortung fördert“ (S. 30). Im Anschluss daran wird der Fokus auf die Beschreibung von Faktoren gelegt, die Menschen helfen, Lebenskrisen zu bewältigen: Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung und Zukunftsplanung, Verlassen der Opferrolle und Übernehmen von Verantwortung, Netzwerk-Optimierung und lebendiger Freundeskreis, keine Selbstvorwürfe, Rechnen mit schwierigen Lebenssituationen, Spiritualität und Glaube, Selbstwirksamkeit, positive Erfahrungen | positive Rollenmodelle.

So weit so gut. Bis hierin findet sich in dem KLJB-Werkbrief in verständlicher Form vieles, was auch in Ratgeberbüchern zum Thema Krisen und Resilienz zu lesen ist. Was aber den KLJB-Werkbrief auszeichnet, ist, dass ab dem zweiten Kapitel das Thema für die Jugendarbeit aufbereitet wird. Nicht zuletzt Leiter(innen) von Jugendgruppen werden dafür sensibilisiert, Krisensignale zu erkennen. Unter anderem wird vorgestellt, mit welchen Krisen besonders Jugendliche konfrontiert sind: Essstörungen, Liebeskummer, Schulprobleme, Arbeitslosigkeit, Probleme im Elternhaus, (sexuelle) Gewalt, Mobbing, Sucht, soziale Phobie, Depression, Suizidgedanken, schwere Erkrankung oder Unfall, Trauer. Aber auch, was eine Gruppenleitung zu tun hat, wenn sich ein Gruppenmitglied in einer Krise befindet, wird thematisiert. Immer wieder wird dazu eingeladen, Menschen

in ihren Krisen zu begleiten und selber die Hoffnung nicht zu verlieren, wenn das Leben anders verläuft als geplant. Eine Hilfe bietet hierfür auch, dass in dem Werkbrief in Form von Erfahrungsberichten Menschen zu Wort kommen, die Schicksalsschläge erlebt oder damit von Berufs wegen zu tun haben (z. B. ein Notfallseelsorger). Es wird dabei deutlich auf die Rolle der Gruppenleitenden als Begleitende und Vermittelnde hingewiesen. Eine Gruppenleitung ist kein Ersatz für eine professionelle Hilfe oder Therapie. Sie tut gut daran, ihre Ressourcen und Grenzen zu kennen, um rechtzeitig für sich selbst zu sorgen und sich gegebenenfalls abzugrenzen. Aber auch die Kraft von einfachen Ritualen, wie sie in der Jugendarbeit teilweise selbstverständlich sind, wird aufgezeigt. Sie können einen wichtigen Beitrag zur Resilienz leisten, Halt in Krisen geben, weil sie vertraut sind, verbinden oder die Möglichkeit geben, Gefühlen Ausdruck zu verleihen.

Im dritten Kapitel des Werkbriefs werden 10 Methoden vorgestellt, wie in Gruppenstunden dazu eingeladen werden kann, sich selbst, die Höhen und Tiefen des eigenen Lebens, Krisen und Ressourcen wahrzunehmen und sich darüber auszutauschen. Ausdrücklich wird darauf hingewiesen, dass die Auseinandersetzung damit gut vorbereitet werden muss, da die eigene Identität, der Umgang mit Krisen und die Auseinandersetzung mit Gefühlen, Stärken und Schwächen sehr persönliche Themen sind. Vor allem solle darauf geachtet werden, dass die Teilnehmenden jederzeit selbst bestimmen können, wie viel sie von sich preisgeben. Abgeschlossen wird der Werkbrief mit einem Wegweiser, wo es Informationen über und Hilfe in Krisenzeiten gibt. Ein kleiner Fragekatalog hilft, das passende Angebot zu finden, je nachdem ob man sich nur informieren will, ein Gruppenmitglied, die Gruppe oder man selbst betroffen ist.

Der Werkbrief ist ein guter Anlass, die Chancen der verbandlichen Jugendarbeit, aber auch von Gemeinden für die Resilienzentwicklung von Jugendlichen, aber auch Erwachsenen in den Blick zu nehmen. Ein Aspekt ist die gelebte, erfahrbare Gemeinschaft. Regelmäßige Treffen, gemeinsame Erlebnisse und Projekte schaffen Zugehörigkeit und ermöglichen positive Erfahrungen sowie die Möglichkeit, sich über Lebensthemen auszutauschen. Sie können ein Netzwerk bieten, das in Krisensituationen trägt und zusammenhält, das nachfragt, wenn man sich nicht mehr meldet, oder auch wieder in das „normale“ Leben hinauslockt. Die Begleitung der kirchlichen Jugendgruppen durch Seelsorgerinnen und Seelsorger sowie pädagogische Fachkräfte in den Jugendstellen bietet zudem professionelle Begleitung in den verschiedenen Lebenslagen, bei Notfällen und bei der Entwicklung einer reflektierten Spiritualität. Projekte und demokratische Strukturen, in denen junge Menschen Verantwortung übernehmen und übertragen bekommen, geben Sinn und ermöglichen die Erfahrung von Selbstwirksamkeit. Vertraute Gespräche und Bildungsangebote wie zum Beispiel die im Werkbrief vorgestellten Methoden, aber auch einfach das Miterleben von Lebenskrisen in der Gemeinschaft ermöglichen den Austausch darüber, dass und wie andere mit Krisen umgehen oder umgegangen sind. Solidarität und Orientierung sind möglich und helfen bei der Suche nach der eigenen Identität. Dies bereitet den Boden dafür, anzunehmen, dass Krisen zum Leben gehören. Denn Leben wird immer wieder durchkreuzt, aber daraus können auch wieder Chancen werden. Der informative und für die Jugendarbeit hilfreiche Werkbrief kann unter folgender Adresse bestellt werden: www.kljb-bayern.de bzw. www.landjugendshop.de.