

## 6 Fazit und Ausblick

Der Ausgangspunkt dieser Untersuchung zur *Geduld als Ressource* lag in der Frage, ob sich Geduld im Einzelcoaching junger Erwachsener empfehlen lässt. Anlässlich der Rückmeldungen von pädagogischen und psychologischen Expert\*innen, dass die psychosozialen Belastungsphänomene wie etwa Angststörungen, Depressionen, Mobbing-Erfahrungen, Burnout-Erleben bei jungen Erwachsenen ansteigen, wurde der Fokus auf die Gesundheitsförderung in der Zielgruppe der jungen Erwachsenen gelegt.

Nun fast sieben Jahre nach Start der ersten Planungen einer wissenschaftlichen Studie im Kontext der Kirchlichen Jugendarbeit zu der Frage, in welcher Form junge Erwachsene in ihren erlebten Belastungserfahrungen unterstützt werden können, und wie ein Einzelcoaching hier ansetzen kann, lohnt es sich, ein Fazit zu ziehen.

In Anlehnung an *Marc-Ansgar Seibel* (2019) lässt sich damit fragen, wie ein Coaching zur Geduld, das sich im Kontext der (Sozial-)Pädagogik reflektiert, sowohl den individuellen als auch gesellschaftlichen Anforderungen gerecht werden kann, welche die „fluide Moderne“ (ebd.) an zeitlicher Unbestimmbarkeit auch an die Soziale Arbeit stellt. Kann es über ein Coaching zur Geduld gelingen, gleichzeitig die Person in all ihren Entwicklungen, Krisen und Brüchen frühzeitig und nachhaltig so zu stärken, dass mehr psychosoziale Gesundheit erfahrbar wird? Und wie kann etwa (sozial-)pädagogisches Coaching gesellschaftlich so solidarisch sein, dass nicht durch Geduld neue Überforderungen und ein Leistungsstreben erzeugt werden, die den jungen Menschen in seinem Werden aus dem Blick verlieren? In Antwort auf *Klaus Mollenhauer* stellt sich die weitere Überlegung, wie ein Coaching zur Geduld als „fruchtbarer Moment“ (Mollenhauer 2001, S. 120) der „kritischen“ (ebd., S. 119) Auseinandersetzung<sup>104</sup> mit der eigenen Person und der Gesellschaft gefördert werden kann. Das Anliegen wäre es, dass gleichzeitig individuelle wie kooperative Spielräume und Kreativität auch in schwierigen Lebenssituationen über lange Zeit erzeugt

---

104 Mollenhauer spricht von "kritischer Aufgeklärtheit" (2001, S. 119) in der Beratung, wobei diese Formulierung in der Gegenwart eher im Feld der Sexualerziehung verstanden wird.

werden können. Das vorliegende Fazit verfolgt somit das Ziel, in der Reflexion der Untersuchung der *Geduld als Ressource* hierauf eine Antwort zu geben, die für das Coaching junger Erwachsener einen zukunftsweisenden Ausblick bietet.

## 6.1 Orientierungspunkte für ein Fazit und Ausblick zur *Geduld als Ressource*

Im Zentrum der Untersuchung standen durchgehend der ‚junge Erwachsene‘ und die ‚Geduld‘ als altbekannte ‚unentdeckte‘ Ressource, deren Untersuchung gegebenenfalls Aufschluss für die beratende coachende Unterstützung junger Menschen in psychosozialen Belastungssituationen geben kann.

Die eine Fragerichtung bietet sich im (sozial-)pädagogischen Kontext dieser Untersuchung dahin an, rückblickend zu klären, was sich durch die explorative Betrachtung der Geduld im Einzelcoaching junger Erwachsener durch eine Förderung von mehr ‚Geduldsfähigkeit‘ lernen lässt. Diese Frage folgt der schulischen und arbeitsweltlichen Erfahrung, dass etwas, was mit (pädagogischem) Aufwand betrieben wird, auch einen (pädagogischen) Nutzen haben muss. Ziel ist es, zu eruieren, ob sich ‚Lernmöglichkeiten‘ von Geduld erkennen lassen, die Aufschluss über geeignete wissenschaftliche und praxisorientierte Ansatzpunkte, Maßnahmen, Programme, Module, soziale Hilfestellung ermöglichen. Letztlich orientiert sich diese Frage an dem Kriterium, ob sich die Investition (z. B. Forschungszeit, Teilnehmer\*innenmotivation, Motivation der Leser\*innen, Antworten zu erhalten, Ressourcen der forschungsgebenden und forschungsbegleitenden Organisationen) des Forschungsvorhabens gelohnt hat und sie Impulse für weitergehende Aktivitäten im Feld der Forschung und Praxis gibt. Auf diese Bedarfe wird für die Leser\*innen, die schnelle Resultate sehen wollen, gleichwohl sie damit eher einem wirtschaftlichen Interesse von forschender Arbeit folgen als einer explorativ-weitenden Erkundung einer Fragestellung, intensiv in der Diskussion in den Kapiteln 4.2.1 *Forschungsbedarfe insgesamt* und 4.2.2 *Spezifischer Forschungsbedarf* sowie im Kapitel 5 *Handlungsempfehlungen für die Praxis* eingegangen.

Für diejenigen Leser\*innen, die etwas mehr Zeit zur Verfügung stellen können, lässt sich als Fazit sagen, dass die Frage, ob sich ‚Geduldsfähigkeit lernen‘ lässt, nicht so schnell zu beantworten ist. Hierfür ist es wichtig zu wissen, dass diese Studie zu ihrem Beginn vor der Anforderung stand, a) das Forschungsfeld und die Forschungsbedingungen im anwendungsorientierten Feld der Kirchlichen Jugendarbeit neu zu definieren und einzugrenzen, und b) das Thema ‚Geduld‘ sozial- und geisteswissenschaftlich einzuordnen und für die Sozialpädagogik und Pädagogik im

Kontext eines Coachings junger Erwachsener und der Gesundheit ‚begreifbar‘ zu machen. Darüber hinaus war eine kontinuierliche Identifikation von Forschungsrichtungen in der Vielzahl der wissenschaftlichen Disziplinen und Forschungsfelder notwendig, die für die Forschung zur Geduld Relevanz haben können. Hierunter gehörte auch die Klärung der Frage, wie ‚Lernen‘ in der Gegenwart (in (sozial-)pädagogischen Coachingkontexten) verstanden werden kann, und welche Form von Lernen für ‚junge Erwachsene‘ generell sowie in ‚psychosozial belastenden Situationen‘ passend sein können.

Zusammenfassend kommt diese Studie zu dem Schluss, dass ein Lernen von Geduld für junge Erwachsene dort gelingen kann, wo ein möglichst hoher Alltagsbezug zur Lebenswelt junger Erwachsener hergestellt wird, an dem realen Leben und an konkreten Beziehungserfahrungen junger Erwachsener angeknüpft wird, und Spielräume zum Erproben neuer Handlungswege über die Zeit ermöglicht werden. Aufschluss zu dieser These bieten die Unterkapitel 6.2 bis 6.8, in denen in einem Zwischenfazit auf die einzelnen Schritte dieser Studie eingegangen wird.

Die Studie kommt zu dem nächsten Schluss, dass das Lernen von Geduld zur Gesundheitsförderung nicht in einem effizienz- und selbstoptimierungsorientierten Programm nachhaltig dahin trainiert werden kann und sollte, um psychosoziale Belastungssituation bei jungen Erwachsenen zu minimieren. Obwohl sie einen kurzfristigen Effekt dieser Maßnahmen und Programme anerkennt. Um diese These zu widerlegen, lädt die vorliegende Studie Forscher\*innen ein, eigene qualitative, quantitative sowie methodengemischte (Langzeit-)Studien aufzulegen, die zu anderen Erkenntnissen kommen. Die Studie spricht vielmehr die Empfehlung aus, junge Erwachsene stärker in ihrer individuellen Lebenssituation wahrzunehmen, ihnen im mitmenschlichen Dialog zu begegnen sowie im Miteinander von Coach und Klient\*in die Veränderung von Kontextbedingungen, die Geduld möglich machen, zu reflektieren. Im Sinne einer salutogenen Grundhaltung zielt die Untersuchung dahin, ergänzende Rahmenbedingungen zur umfassenden Gesundheitsförderung junger Erwachsener zu empfehlen.

Unter diesem Fokus gehe ich in dem Kapitel 6.9 der Frage nach, ob ‚wir‘ als Gesellschaft sowie als Coach, Klient\*in schon bereit zur Geduld sind sowie Kriterien ausmachen können, wie diese Bereitschaft gefördert werden kann. Diese Frage verfolgt die Idee, dass der Mensch als Person generell aus der *Geduld als Ressource* schöpfen kann. Hierfür braucht er Zugangswege, die ihm in seiner Lebenswelt (differenziert in unterschiedliche ‚Systemwelten‘) zugänglich oder versperrt sein können. In meinem Fazit greife ich in einer Engführung auf das Einzelcoaching als wesentliche Systemwelten junger Erwachsener die ‚Familie‘, die ‚Bildung‘ sowie die ‚Arbeit‘ auf, die aus meiner Sicht im Coaching junger Erwachsener in ihren Diskursen thematisiert

werden sollen. Darüber hinaus können sie als Interventionsideen zur Gesundheitsförderung junger Erwachsener Raum zur professionellen Weiterentwicklung bieten.

Aus aktuellem Anlass der weltweiten ‚Corona-Krise‘ und ihrer weitreichenden sozialen, wirtschaftlichen und gesundheitlichen Auswirkungen, wird eine Einordnung der Geduld in das gegenwärtige Krisengeschehen gegeben. Hierbei wird davon ausgegangen, dass sich die wissenschaftlichen Erkenntnisse und Alltagserfahrungen im Zuge der Bewältigung der Krise verändern werden und Einfluss auf eine Wahrnehmung der *Geduld als Ressource* haben werden.

In einem abschließenden Schritt dieses Fazits wird als eine ‚Denkempfehlung für die Zukunft‘ unter Kapitel 6.10 ein Ausblick auf die *Geduld als Ressource* gegeben.

## 6.2 *Geduld* ein explorativer Auftrag aus der Burnout-Forschung

Im ersten Schritt dieser Untersuchung wurden in Kapitel 2 unter den theoretischen Grundlagen die ‚ressourcenorientierte Gesundheitsförderung‘, das ‚(sozial-)pädagogische Einzelcoaching‘ und die ‚Situation junger Erwachsener‘ als zentrale Begriffe dieser Arbeit definiert. Der verwendete Gesundheitsbegriff geht dabei von einem ressourcenorientierten salutogenen Verständnis aus, in dem das Wohlbefinden umfassend in alltäglichen Bezügen gefördert werden kann. Dieses Verständnis entspricht dem aktuellen, bundesweiten Ansatz zur Förderung von Gesundheit bei jungen Menschen. Ihm unterliegt der Auftrag, Gesundheitsförderung möglichst vor Ort als Querschnittsaufgabe für jede Person zu ermöglichen. Das schließt auch die Förderung junger Erwachsener ein. Exemplarisch wird in der vorliegenden Studie der Fokus auf das Einzelcoaching als einem praktizierten Beratungsformat zur Begleitung junger Erwachsener gelegt. Das Einzelcoaching wird in dieser Untersuchung als ein persönlicher Begegnungsprozess zwischen einem/einer Klient\*in und einem Coach verstanden, in dem berufliche und private Anliegen, Fragen und Wünsche thematisiert werden können und die Entwicklung der Persönlichkeit zweckfrei unterstützt werden soll. Die Anforderungen an ein (sozial-)pädagogisches Coaching wird dabei in dieser Arbeit unter den Einflüssen der gestiegenen fachlichen Rückmeldungen von psychosozialen Belastungssymptomen junger Erwachsener sowie veränderter privater und beruflicher Bedürfnisse der gegenwärtigen Generationen junger Erwachsener ‚Y‘ und ‚Z‘ betrachtet. Hierbei zeigt sich der Wunsch beider Generationen nach einem Schutz von ‚Beruf und Familie‘, der ‚Umwelt‘ und der ‚Gesundheit‘ sowie dem Anliegen, angemessen in gesellschaftlichen Entwicklungen ‚beteiligt‘ zu sein. Speziell für die erst in die Arbeitswelt hereinwachsende Generation ‚Z‘ wirft besonders der Umgang mit dem gestiegenen ‚Leistungsdruck‘ Fragen

zur professionellen (sozial-)pädagogischen Unterstützung auf. Das trifft den Auftrag der Burnout-Forscherin *Ina Rösing*, explorativ verstärkt zu Burnout und hierin auch zur Geduld zu forschen.

### 6.3 *Geduld* als geschichtliche Erfahrung persönlicher und gesellschaftlicher Krisen

Der zweite Schritt der Studie *Geduld als Ressource* bildet die Ergebnisse einer Recherche von ausgewählten Texten zur Geduld ab. Zuerst wurden in einem geschichtlichen Überblick (vgl. Kapitel 2.3) relevante Quellen für das (sozial-)pädagogische Coaching zur Geduld in ihrem wandelnden Verständnis als Alltagsressource untersucht.

Steht noch in der Antike und der Stoa die Geduld bei *Publilius Syrus*, *Cicero* und *Seneca* als ein Kennzeichen des subjektiven Wohls und der Lösung von Problemen in Vernunft im Vordergrund, so finden sich im *Alten Testament* und im *Neuen Testament* Quellen zur Geduld, welche als ein Mittel der Beziehungsgestaltung mit einem dialogischen Gott gesehen wird, der in der Not hilft und eingreift. Mit der Entstehung des Christentums wachsen neue Fragen zum Umgang mit menschlichem Leid sowie dem Bestehen als neue Glaubensgemeinschaft der Christen auch im Unterschied zu anderen Glaubensrichtungen. Die Geduld übernimmt dabei die Funktion der Ermutigung und des Durchhaltens mit dem Ziel einer Erlösung durch Gott.

In der folgenden Phase der Entwicklung des Christentums wurden einzelne Quellen zur Geduld von den beiden Kirchenvätern *Cyprian von Karthago* sowie *Augustinus von Hippo* beschrieben. Bei *Cyprian* erhält die Geduld weiterhin die Bedeutung, die Erfahrung von Leid über eine göttliche Sinnverortung ertragen zu lernen. Gleichzeitig wird ihr aber auch der Zweck zugesprochen, sich mittels der Geduld als Christ\*innen in der Diaspora zu behaupten. Das ist jedoch auch verbunden mit dem Preis, andere Völker und Glaubensgemeinschaften abzuwerten. Das Verständnis der Geduld von *Cyprian* verdeutlicht, dass Geduldsaussagen nur in ihrem geschichtlichen Kontext zu interpretieren sind und in diesem Fall angesichts des Leids durch die Shoa und den wieder erstarkenden Antisemitismus nicht ungeprüft auf die heutige Zeit zu übertragen sind. *Augustinus* seinerseits betont in seinem Verständnis der Geduld die Notwendigkeit, genau zu überlegen, für welchen guten oder schlechten Zweck Geduld eingesetzt wird. Für die Gegenwart ist dies von Bedeutung, da der Begriff der Geduld nicht geschützt ist: An die Geduld kann gleichsam an einen Einsatz für den Frieden wie für den Krieg, für das Gebet wie für den Terror appelliert werden. Der Begriff der ‚Geduld‘ ist damit (be)nutzbar und braucht ein eigenes ethisches Verständnis sowie ein Bewusstsein, in welchem Kontext Geduld etwas bewirken kann.

Über die Untersuchung von Texten zur Geduld aus der Entwicklung des (christlichen) klösterlichen Lebens zeigt sich in den Arbeiten von *Franz von Assisi*, *Katharina von Siena*, *Teresa von Ávila*, *Johannes vom Kreuz* und *Franz von Sales*, wie die Geduld als eine mystisch-spirituelle Kraftquelle in der Ausrichtung des eigenen Lebensweges und in der Bewältigung von psycho-sozialen Krisenerfahrungen Orientierung geben kann.

Die Analyse einzelner Texte zur Geduld von *William Bernhard Ullathorne*, *Mahatma Gandhi*, *Rainer Maria Rilke* und *Maria Montessori* aus der Phase der Industrialisierung belegen das Ringen zwischen den Werten des Fleißes, der Disziplin und der technischen Machbarkeit sowie der Kreativität und einem Bildungsideal, das an natürlichen Kreisläufen orientiert ist. Auf der einen Seite kommt in dieser Phase der Geduld die Aufgabe zu, den Menschen im Erreichen schwieriger Ziele zu ermutigen. Andererseits begleitet die Geduld der Impuls, stärker auf die eigenen Fähigkeiten und das Reifen über die Zeit zu vertrauen. Für die gegenwärtige Diskussion im Umgang mit der ‚Leistung‘ in der Schule und Hochschule und dem erlebten ‚Leistungsdruck‘ bei Schüler\*innen sowie Studierenden kann diese Dualität eine Orientierung in der Frage geben, was der bessere Bildungsweg ist, um sich als Person mit all ihren Anlagen und Fähigkeiten gut und gesund zu entwickeln. Es ist davon auszugehen, dass der Diskurs zu dem Ergebnis kommt, dass beide Wege ihr Pro und Kontra haben, es jedoch eine Gewichtung dazu braucht, welches höchste gesellschaftliche Gut im Zentrum steht: Geht es um die Ermöglichung maximalen Erfolges oder um die Entwicklung individueller und gesellschaftlicher Gesundheit?

Die Untersuchung von Texten zur Geduld aus der Gegenwart geht auf Quellen aus dem beginnenden zwanzigsten Jahrhundert bis in die Jetztzeit ein. Das prägende Moment ist die Frage, wie das Erleben von Leid, Angst und Unterdrückung durch den Ersten und Zweiten Weltkrieg, aber auch durch die Reglementierung seitens des Kommunismus und auch der Entstehung einer neuen demokratischen Gesellschaftsstruktur die Wahrnehmung der Geduld beeinflusst. Mit *Romano Guardini*, *Dietrich Bonhoeffer*, *Madeleine Delbrèl* kommen Zeitzeugen/Zeitzeuginnen zu Wort, die sich in einem christlichen Verständnis mit der Frage der Macht und des Machtmissbrauchs in den Zeiten des Nationalsozialismus und seiner Folgezeit auseinandergesetzt haben. Sie haben alle auf diesem Weg um ihre eigene seelische Gesundheit gerungen, wie in der Situation von *Bonhoeffer* sogar den hohen Preis des eigenen Todes hinnehmen müssen. An ihren Geschichten lässt sich erkennen, dass die Frage um die Auseinandersetzung mit der eigenen Berufung auch ein Erleben von Gefahren bedeuten kann. Die Geduld versteht sich aus Sicht der obigen Autorinnen als ein bindendes Glied hin zu einem besseren Leben, an dessen Verwirklichung sie sich durch ihren Glauben an einen Gott bestärkt sehen. Mit *Dorothee Sölle*, *Karl Rahner*,

*Eberhard Jüngerl* und *Kurt Marti* werden Geduldsaussagen von vier Personen aufgegriffen, die sich noch geprägt durch die Zeiten des Zweiten Weltkrieges und des Aufbaus neuer demokratischer Strukturen intensiv mit den Fragen der Macht, der Gerechtigkeit, der Solidarität, der Umwelt und den Geschlechterrollen auseinandersetzen. Auch wenn ihnen der Anklang der ‚Alt-68er‘ des zwanzigsten Jahrhunderts anhaftet, sind sie für die heutige ‚Generation Z‘ als (Ur-)Großelterngeneration in ihren Werten ‚modern‘. Ihr Verständnis der Geduld geht einerseits von einer Idee der Teilhabe und des ‚Gehört-Werden-Wollens‘ aus, speist sich aber auch aus einer tiefen Suche nach Sinn, Orientierung und tragfähigen Beziehungen in einer gerechteren, solidarischeren Welt der Verbundenheit mit allem Lebendigen. Sie bieten einerseits für junge Erwachsene die Chance, an ihrem Lebensbeispiel Geduld zu lernen. Und gleichzeitig schleicht sich die Überlegung ein, am Beispiel des von ihnen gezeigten Umgangs mit den mächtigen Einflussgebern und Einflussgeberinnen leider nachhaltig kein Gehör finden zu können, wenn es um tiefgreifende Strukturverhältnisse geht, die die Machtverteilung in der Gesellschaft hinterfragen und verändern wollen.

Mit *Johannes Kuhn* wird eine Stimme zur Geduld aufgegriffen, die die Geduld eher als eine Kraftquelle des Alltages verortet, die in psychosozialen Nöten helfen kann. Sie hat keinen politischen Anspruch, folgt eher der Idee des Wohlbefindens in den 80er Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts. Über *Tomás Halík* wird in der vorliegenden Untersuchung eine Stimme der Gegenwart eingeführt, die die Geduld als eine spirituelle Ressource in kommunistisch geprägten Gesellschaften nutzt, die auch Menschen in psychosozialen Nöten im Stillen zur Verfügung steht. Seine Position ist für die Sozialpädagogik, die Soziale Arbeit, die Pädagogik und die Psychologie von daher richtungweisend, weil sie dazu ermutigt, gerade in schwierigen Zeiten nach anderen Ressourcen zu forschen und darauf zu vertrauen, dass diese Ressourcen vorhanden sind. *Halík* ist kirchenpolitisch in der Gegenwart relevant, weil er sich zusammen mit dem Theologen *Paul Zulehner* in der Bewegung ‚Pro Pope Francis‘ aktiv für das Wirken des jetzigen *Papstes Franziskus* und der von ihm angedachten Strukturveränderungen in der Kirche einsetzt. Damit lässt sich seine Sicht auf die Geduld als aktuelle kritische und politische Kraft verstehen, die sich für Veränderungen in der Kirche engagiert.

*Jean-Philippe Toussaint* entwickelt als Schriftsteller eine gegenwärtige Perspektive auf die Geduld, welche die Geduld als ein Element eines kreativen Arbeitsprozesses versteht. In seinem Ansatz hebt er sich von einem religiös-spirituellen Diskurs der Geduld ab. Bezogen auf die Reflektion der Geduld im Kontext des Burnouts und der Leistungsdiskussion ermöglicht seine Definition die Chance, die Geduld als notwendiges Prozesselement in der Umsetzung einer komplizierten Aufgabe zu sehen. Der Geduld kommt aus seiner Sicht eine besondere Bedeutung in den zähen Anfangs-

und Abschlussphasen eines Werkes zu. Pädagogisch lässt sich damit fragen, welche unterschiedlichen Phasen in kreativen Schaffensprozessen es gibt und geben sollte, in denen sich junge Menschen jenseits von der einseitigen Fokussierung auf ein schnell erreichbares Leistungsziel über eine lange Zeit kreativ gestaltend erfahren können.

## 6.4 *Geduld* als vernetzendes Wissen über Forschungsdisziplinen hinweg

Nach der Recherche von geschichtlichen Quellen zur *Geduld* wurde die *Geduld* als Gegenstand aktueller Forschungsansätze untersucht. Die benannten Forschungsrichtungen verbindet ihr inter-, multi- und transdisziplinärer Zugang zur *Geduld*, über den die *Geduld* in ihrem zeitlichen Wandel, ihrer Wechselwirkung zu anderen Einflüssen, besonders aber in ihrer Bedeutung für ein vernetztes Handeln in der Alltagswelt von Menschen, verortet wird.

Die vorliegende Studie *Geduld als Ressource* erhält ihren Auftrag aus der Recherche der Burnout-Forschung (vgl. Einleitung, Rösing 2014, S. 256), indem sie die *Geduld* als eine wenig erforschte Ressource in Belastungssituationen von jungen Menschen untersucht. Das Unterkapitel ‚*Burnout und Gelassenheit*‘ (vgl. Kapitel 2.4.1) sieht sich innerhalb dieser Studie als Impuls, aber auch als Legitimation, die Themen ‚Burnout, Belastungen, Lebenshaltungen‘ im Kontext der jungen Erwachsenen in der heutigen Zeit zu verorten sowie vernetzt forschend nach neuen qualitativen Ansatzpunkten zu suchen.

Die ‚*Kategorien der Ethik*‘ (vgl. Kapitel 2.4.2) lassen sich in ein Verständnis der *Geduld* als ‚Gebot, Tugend und Pflicht‘, als ‚Gut und Wert‘ sowie des in der heutigen Zeit wichtigen Kriteriums des ‚verantwortlichen Handelns‘ für einen zuständigen Bereich differenzieren. Die vorliegende Untersuchung geht jedoch von einem über diese Kategorien hinausragenden Verständnis der *Geduld* aus, indem sie diese als vernetzende Ressource eines inter-, multi- und transdisziplinären Handelns über abgegrenzte Bereichsverantwortlichkeiten verbindend versteht.

In dem Kapitel ‚*Dimension Zeit*‘ (vgl. Kapitel 2.4.3) werden die unterschiedlichen Formen des Erlebens von Zeit sowie die Perspektiven auf die Zeit untersucht. Dieses Kapitel fokussiert die These, dass Zeit zu einer der wichtigsten Lebensressourcen gehört, die je nach individueller Perspektive, Erfahrung und kulturellem Hintergrund als ‚stressig‘ bzw. ‚entspannend‘ erlebt werden kann. Je nach individueller Bewertung werden die Notwendigkeiten für ein ‚Warten‘ und ‚Handeln‘ dabei als angemessen bewertet und können Aufschluss in der Einschätzung geben, wie sinnvoll ein ‚geduldiges Handeln‘ ist.



Das Kapitel der ‚*Systemischen Perspektiven*‘ (vgl. Kapitel 2.4.4) ist in dieser Untersuchung zur Einordnung von Beratungsverläufen über längere Zeit bedeutsam. In einem Verständnis von Coaching als selbstorganisiertem und komplexem Veränderungsprozess von Menschen ist es als professioneller Coach wichtig, die Zeit und hierin die *Geduld als eine Ressource*, den Kontext und die Einflüsse seitens der Umwelt als Impulsgeber für Veränderung zu beachten. Dieses Kapitel arbeitet besonders die Chancen von Musterwechseln in Beratungsprozessen heraus, aber auch die Wahrnehmung von Krisen und instabilen Lagen als Vorboten für Ordnungswechsel hin zu einem verbesserten Zustand.

Das Kapitel ‚*Lernen, Entwickeln und Entscheiden*‘ (vgl. Kapitel 2.4.4) beschreibt die Bedeutung der Komplexität des Gehirns für Lernprozesse sowie die Notwendigkeit der Entwicklungszeit und Lerngelegenheiten für moralische Reifungsprozesse etwa in der Frage der Lernfähigkeit von Geduld. In diesem Kapitel wird die Gleichwertigkeit von Emotionen und Verstand sowie das Verhältnis von sozialer Einbindung und Vorbildern und der Umgang mit Herausforderungen und Stress für ein selbstorganisiertes Lernen beleuchtet, um hierauf in der Diskussion der vorliegenden Untersuchung einschätzen zu können, ob Geduld in einer Coachingsituation Sinn macht.

Der Fokus des Unterkapitels ‚*Verhalten zwischen Handeln und Warten*‘ (vgl. Kapitel 2.4.5) richtet sich besonders auf die Frage der Lernfähigkeit und Lernleistung von Verhalten sowie der unterschiedlichen Perspektiven auf ein Verhalten als Handlung. Die beiden Ansätze des ‚Belohnungsaufschubs‘ und des ‚Lernens am Modell‘ zeigen zwei tradierte Sichtweisen aus den Verhaltenswissenschaften auf, die einerseits reflektieren, ob sich Warten lohnt und andererseits, wie Verhaltenslernen am Vorbild anderer erfahren werden kann. Für das Verständnis der Geduld bietet dieses Kapitel ein Spektrum an Sichtweisen auf die Frage ‚Macht Handeln oder Warten Sinn?‘. Insgesamt wird jedoch auf die übergreifende Denkweise der Ansätze in den Verhaltenswissenschaften sowie ihren Nachbarwissenschaften verwiesen, mittels derer die Einordnung eines Untersuchungsgegenstands wie der Geduld einer Perspektivenvielfalt bedarf.

Das Unterkapitel ‚*Achtsamkeit und Resonanz*‘ (vgl. Kapitel 2.4.7) reflektiert die Geduld als eine Säule der Achtsamkeit. Die Geduld verweist aus Sicht der Achtsamkeit auf die Ruhelosigkeit im Weltgeschehen. Achtsamkeit versteht sich sowohl als Meditationsverfahren und darin als mentale sowie körperbezogene Haltung und Übung, aber auch als psychotherapeutisches Verfahren zur Linderung von Stress. Die Achtsamkeit richtet ihren Fokus auf das Erleben der Präsenz in der Gegenwart, sieht den Menschen aber in Wechselwirkung zu allen Einflüssen. Als kritischer Gegenpol zur Achtsamkeit betont die Resonanzforschung die Verbundenheit des Menschen in ein Weltverhältnis. Die Resonanzforschung definiert den Menschen als ein politi-

ches Wesen, das in das Weltgeschehen eingreifen kann und muss. Damit grenzt sie sich von der Achtsamkeit ab und schreibt ihr eine unpolitische Haltung zu.

Innerhalb der Forschungsrichtungen der ‚*Mystik und Spiritualität*‘ (vgl. Kapitel 2.4.8) wird die Verbindung von Alltagserfahrungen mit Grenzerfahrungen als Impuls für transformative Entscheidungsprozesse (Richtungswechsel im Leben) betont. Die Geduld verbindet hierbei das anstrengende/belastende ‚Hier und Jetzt‘ einer Person mit einem nach Sinn suchenden und hoffenden Weg. In einer sich oftmals ungeplant ereignenden mystischen Begegnung mit einer übergeordneten Kraft oder göttlichen Figur kann sich einer Person eine neue spirituell-geheimnisvolle Grundhaltung zeigen. Damit werden die Mystik und die Spiritualität in dieser Untersuchung als kreative Ressourcen für die persönliche Orientierung junger Menschen zugänglich gemacht.

## 6.5 *Geduld* eine übersehene Begegnung mit konkreten Problemlagen

In der Recherche relevanter Studien (vgl. Kapitel 2.5) aus den Jahren 2010 bis 2020 (Februar) zur Geduld wurde die Geduld Forschungsfeldern (vgl. Kapitel 2.5.4), Forschungsthemen (vgl. Kapitel 2.5.5) und zentralen Begriffen in Forschungsfeldern (vgl. Kapitel 2.5.6) zugewiesen. Über diesen Arbeitsschritt wird deutlich, dass die Geduld für besonders schwierige, herausfordernde, komplexe und langwierige Vorhaben nötig ist, welche das aktuelle Handlungsvermögen der beteiligten Personen übersteigen, aber durch die Hoffnung genährt werden, dass es einen zukünftigen Punkt der Besserung der Situation geben kann. Auffällig ist, dass die Geduld oft nur als eine zusätzliche oder zufällige Erkenntnis in Studien identifiziert wird. Eine vernetzte Forschung zur Geduld liegt gegenwärtig nicht vor. Die Clusterung der Themen der Studien zeigt, dass die Studien zur Geduld die folgenden fünf Forschungsfelder ‚Lebensbewältigung/Coping‘, ‚Bildung/Ausbildung‘, ‚Partizipation/Teilhabe‘, ‚Wirtschaft/Arbeit‘ und ‚Sport‘ berühren. Die meisten Studien liegen im Forschungsfeld ‚Lebensbewältigung/Coping‘ und der ‚Bildung‘, worin sich die Notwendigkeit der Forschung zur Geduld in psychosozialen Belastungssituationen und zur Bewältigung konkreter seelischer, psychischer, körperlicher und sozialer Problemlagen quer durch alle Generationen verdeutlicht. Hieraus lässt sich ein weitergehender vernetzter Forschungsauftrag zur Geduld für die Soziale Arbeit, die Sozialpädagogik, die Pädagogik, die Psychologie insbesondere aber die Beratungs-, Coaching- und Psychotherapieforschung ableiten.

## 6.6 *Geduld* eine Sichtweise junger Erwachsener

Im anschließenden empirischen Studienteil wurde basierend auf einer methodischen Einführung in Kapitel 3 eine Befragung junger Erwachsener zur *Geduld als Ressource* in ihrer Anwendung vorgestellt. Dabei handelt es sich um eine Befragung von jungen Erwachsenen im FSJ, die zwischen 2013 und 2016 in drei Jahrgängen in der Erzdiözese München und Freising im Rahmen der vorliegenden Forschungsarbeit durchgeführt wurde. Die Auswertung erfolgte mittels einer qualitativen Inhaltsanalyse. In dieser Analyse wurden anhand der gestellten qualitativen Fragen auffällige Muster und Trends der Sicht der befragten jungen Erwachsenen nach Jahrgängen gebündelt dargestellt. Die genaue Beschreibung findet sich in Kapitel 3.4.

Innerhalb der Kirchlichen Jugendarbeit tritt die Arbeit mit jungen Erwachsenen aktuell als neues Handlungsfeld auf. Coaching positioniert sich dabei als ein Beratungsformat für die zeitlich begrenzte Begleitung junger Erwachsener in ihren beruflichen und privaten Lebensfragen und Entwicklungen. Die Untersuchung der *Geduld als Ressource* verdeutlicht, dass Geduld für junge Erwachsene dort hilfreich ist, wo sie sie darin unterstützt, mit dem Verhältnis von ‚Stress und Entspannung‘, der Suche nach ‚Ruhe‘, ‚Gelassenheit‘ und dem ‚Warten‘ in einer angemessenen ‚Zeit‘ für das Erreichen subjektiv-wichtiger Ziele‘ zurecht zu kommen. Hierin sichert sie eine Orientierung und einen inneren Handlungsrahmen zur persönlichen und beruflichen Entwicklung. Es erscheint von daher notwendig, die *Geduld als Ressource* in der Durchführung und Reflexion von (sozial-)pädagogisch ausgerichteten Coachingprozessen junger Erwachsener zu berücksichtigen und als eine mögliche Intervention der psychosozialen Gesundheitsförderung zu integrieren.

## 6.7 *Geduld* eine notwendige Diskussion in Praxis und Forschung

In der abschließenden Diskussion wurden in Kapitel 4 die Untersuchungsergebnisse hinsichtlich des Phänomens der Geduld interpretiert. Es wurden Kriterien für die Entwicklung von Empfehlungen sowie für weiterführende Forschungsbedarfe aufgezeigt. Die Ergebnisse dieser Untersuchung wurden kritisch hinterfragt.

Die Recherche historischer Quellen, aktueller Forschungsansätze und Studien sowie die empirische Befragung junger Erwachsener zur *Geduld als Ressource* belegen, dass die Geduld eine bisher in der (sozial-)pädagogischen Forschung wenig beachtete psychosoziale Quelle ist. Es gibt zahlreiche fachlich relevante Ansätze und Studien zur Geduld, aber keine einheitliche Geduldsforschung, dabei ist dies für die psychologische, soziale und pädagogische Sicht wertvoll. Dies kann insbesondere im Feld des

persönlichkeitsorientierten und gesundheitsförderlichen Coachings von Bedeutung sein (vgl. Abb. 21 Geduldiges Handeln als Prozess).

**Zusammenfassend kann *Geduld als Ressource* wie folgt definiert werden:** Geduld berührt alle menschlichen Lebensfragen. Sie bewährt sich im Alltag. Sie kann Menschen in persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Herausforderungen, Umbrüchen, Veränderungssituationen und Krisen begleiten. Dadurch kommt ihr eine in bedeutenden Anliegen stabilisierende und in notwendigen Veränderungen motivierende Kraft zu. Damit lässt sich sagen: Geduld schafft eine Verbindung zwischen unterschiedlichen psychosozialen, mentalen und emotionalen Zeitpunkten – der Gegenwart und einer gewünschten besseren Situation in der Zukunft. Eine grundlegende Fähigkeit, die auf diesem Weg erforderlich ist, ist das Warten auf einen besseren oder gewünschten Zustand, die sich als ‚geduldiges Handeln‘ zeigt. Geduld ist eine generell für jede Person zugängliche, selbstorganisierte Ressource. Der aktuelle mentale und emotionale Zugang oder Bezug zur Geduld kann jedoch als versperrt empfunden werden, nicht mehr wahrnehmbar sein, als Ungeduld erlebt werden sowie phasenweise verloren gehen. Das individuelle subjektive Erleben von Geduld zeigt sich kontextgebunden. Dies bedeutet, dass sich der einzelne Mensch in unterschiedlichen Kontexten als unterschiedlich geduldig erleben kann und als unterschiedlich geduldig erlebt werden kann. Zudem kann er von Entwicklungen in der Umwelt in seiner Geduld gesundheitsförderlich beeinflusst werden. Geduld unterstützt persönliche Entwicklungsprozesse dort, wo sie im Sinne der „dynamischen Prozessfähigkeit“ (Petzold 2010, S. 176) ein Gefühl für ungesunde Einflüsse erkennen lässt, ein besseres Handeln ermöglicht und Ressourcen durch Nachdenken und Vernetzen fördert.

Als primäre wissenschaftliche Weiterentwicklung empfiehlt es sich von daher, Coachingverläufe junger Erwachsener in ihrem Prozessverhalten zur Geduld im Sinne der „dynamischen Prozessfähigkeit“ (ebd.) auch in Beziehung zu anderen Ressourcen der Gesundheitsförderung zu untersuchen und diese Erkenntnisse der Forschung wie der Praxis zugänglich zu machen.

## 6.8 *Geduld* als Handlungsempfehlung für das Einzelcoaching

In Kapitel 5 wurden ausgehend von einer theoretischen Recherche zur Geduld besonders aber im Abgleich mit den Ergebnissen der Befragung junger Erwachsener zur *Geduld als Ressource* folgende konkrete Handlungsempfehlungen für das Einzelcoaching junger Erwachsener formuliert:

- Geduld mit mir und anderen im wechselnden Kontext sehen
- Gelassenheit und Ruhe am Beispiel von zuhörenden Vorbildern erfahren
- Warten als Intervention des ‚geduldigen Handelns‘ in der Zeit verstehen
- Konkrete, naheliegende Situationen zur Geduld besprechen
- Gelegenheiten zur Reflexion von Stress und Entspannung ermöglichen
- Motivierende Ziele für Herausforderungen formulieren
- Geduld in Wahrung der Autonomie auch spirituell verstehen

Es werden sowohl anwendungsorientierte Empfehlungen zu einer Berücksichtigung der Geduld im Coaching junger Erwachsener wie auch für eine weitergehende Forschungstätigkeit zur Geduld ausgesprochen. Daher kann die Forschungsfrage, ob Geduld für ein Coaching junger Erwachsener zu empfehlen ist, positiv beantwortet werden, gleichwohl darauf hingewiesen wird, dass die Geduld nur für die Lebenssituationen sinnvoll und passend ist, in denen sie in individueller freier Entscheidung als eine Ressource gesehen wird.

## 6.9 Sind ‚wir‘ bereit zur *Geduld*?

Zu Beginn der Untersuchung *Geduld als Ressource* wurde die Forschungsfrage gestellt, ob sich die Geduld für das Einzelcoaching junger Erwachsener empfehlen lässt. Die Untersuchung kommt bis zu dem bisherigen Punkt zu dem Schluss, dass eine generelle Handlungsempfehlung zur Geduld als ein Element des Einzelcoachings ausgesprochen werden kann, genauso wie die Empfehlung zur forschenden Weiterarbeit.

Doch lässt sich an diesem Punkt die Frage stellen, ob sowohl die professionellen Coaches als auch die Klient\*innen eines Coachingprozesses dazu bereit sind, sich basierend auf der Empfehlung zur Geduld in einem Prozess des Miteinanders im aktuellen gesellschaftlichen Geschehen zu begegnen. Von daher erfolgt in diesem Kapitel eine Einordnung des Coachings junger Erwachsener in den gegenwärtigen Kontext gesellschaftlicher Veränderungsprozesse.

Hierzu bietet sich ein kurzer Schritt zurück an, um das Coaching junger Erwachsener in seinen relevanten gesellschaftlichen Systemen angesichts der aktuellen Diskurse aufzuzeigen, die auf die Gesundheitsförderung junger Erwachsener Einfluss nehmen können. Exemplarisch ausgewählt werden als drei zentrale Systeme des Umfeldes junger Erwachsener die ‚Familie (Familie/die privaten Beziehungen)‘, die ‚Bildung (Schule/Hochschule/Ausbildung)‘ und die ‚Arbeit (Arbeitswelt im schnellen Wandel)‘. Diese drei Systemfelder sind in den letzten Jahren durch gravierende Transformationsprozesse geprägt worden und verändern sich als Teil eines

fortschreitenden Wandlungsprozesses durch die Globalisierung, Individualisierung und Digitalisierung. Ziel der folgenden Unterkapitel ist es somit, am Beispiel der drei beschriebenen Systemfelder ‚Familie‘, ‚Bildung‘ und ‚Arbeit‘ wesentliche Diskurse aufzuzeigen, die einen gesellschaftlichen Wandel markieren und Einfluss auf die Ausrichtung eines gesundheitsförderlichen Coachings junger Erwachsener zur Geduld nehmen können.

Aufgrund der aktuellen Lage während der Formulierung dieses Fazits im Frühjahr 2020 (und der letzten Korrektur vor der Drucklegung zum Jahreswechsel 2020/2021) mit der globalen Infektionsgefahr durch das Virus SARS-Covid2, die weltweit als ‚Corona-Krise‘ beschrieben wird, wird in einem gesonderten Unterkapitel 6.9.4 auf die Herausforderungen für ein Coaching zur Geduld eingegangen, welche sich durch die Krise stellen bzw. transparent werden. Dabei wird die Annahme berücksichtigt, dass sich die wissenschaftlichen Einschätzungen aus der Forschung sowie die Empfehlungen von Expert\*innen aus der Praxis im Zuge der Bewältigung der ‚Corona-Krise‘ wandeln werden und zu vertieften Sichtweisen führen, die auch für eine stärkere Beachtung der Geduld Bedeutung haben.

## 6.9.1 Verschiedenartigkeit in Familien und privaten Beziehungen

Der Diskurs im Systemfeld der Familie zeichnet sich durch eine Heterogenität der Entwicklung heutiger Familien und eine Ambivalenz der Sichtweisen auf die Familie aus:

### 6.9.1.1 Familie als dialogischer Rückzugsort

Basierend auf den Jugendstudien (vgl. Kapitel 2.2.3) zeigt sich, dass die Beziehungsgestaltung zwischen Jugendlichen und jungen Erwachsenen und ihren Eltern (auch Großeltern) überwiegend durch eine hohe Dialogfähigkeit geprägt ist. Viele junge Menschen leben durch die unbestimmte Verschiebung des Erwachsenenalters je nach Lebenssituation partnerschaftlich mit der Elterngeneration zusammen oder halten einen guten Kontakt zu ihren Eltern. Eltern werden in den Jugendstudien von jungen Menschen überwiegend mit der positiven Beschreibung des ‚Vorbildes‘ versehen. Das belegt auch die vorliegende Befragung zur *Geduld als Ressource*.

### 6.9.1.2 Familie als Ort der Überbehütung

Gleichzeitig gibt es ein öffentliches Bild, das heutige Eltern als ‚überbehütend‘ darstellt. Dabei prägen die Begriffe der ‚Helikopter-Eltern‘ und ‚Rasenmäher-Eltern‘ den öffentlichen Diskurs dahin, was eine angemessene Elternrolle zu sein oder nicht zu sein hat. Hier könnten junge Erwachsene und ihre Eltern ermutigt werden, selbst-

bewusster hinter ihren Erfahrungen der positiven familiären Beziehungsgestaltung zu stehen und deutlich zu machen, welchen Wert dialogische Beziehungen für ein friedliches und gesundes Zusammenleben in der Gesellschaft sowie für die eigene psychosoziale Gesundheit haben.

### 6.9.1.3 Familie als Ort der Gefährdung

Auf der anderen Seite gibt es aber auch eine Intensivierung des (notwendigen) Diskurses um die Kindeswohlgefährdung bei sexuellem Missbrauch, Gewalt, Mobbing sowie Vernachlässigung im familiären, schulischen, kirchlichen und öffentlichen Kontext, aber auch bei schulischer Über- und Unterforderung durch Eltern und Fachkräfte (vgl. Oldenburg 2018). Hierin ist das handelnde Wächteramt des Staates zunehmend gefordert, aber auch das wachsame Miteinander in der Gesellschaft, um betroffene junge Menschen, Eltern und Familien nicht allein zu lassen oder auszugrenzen, sondern aufzufangen, zu schützen und ihnen bestmöglich zu helfen. Aus Sicht des ‚geduldigen Handelns‘ (vgl. Kapitel 4.1.1.2.9 *Geduld als interdisziplinärer Prozess*) erfordern diese psychosozial anspruchsvollen und oftmals traumatischen Situationen eine nachhaltige Investition in die stärkere Ausbildung, Qualifizierung, Personalgewinnung von gut ausgebildeten Fachkräften auf allen Ebenen der Sozialen Arbeit, der Schule, der Pädagogik, der Beratung, dem Coaching und der Therapie sowie eine engagierte Vernetzung von Beratungsdienstleister\*innen und Behörden (z. B. Jugendamt). Es ist zudem notwendig, die Infrastruktur der beratenden und begleitenden Unterstützung von jungen Menschen in psychosozial belastenden Situationen verstärkt durch eine schnellere therapeutische Begleitung zu unterstützen. Hierzu wäre es förderlich durch die Krankenkassen sowie durch staatliche und kirchliche Träger die Ausweitung von regional erreichbaren Anlaufstellen zur Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie (KJP) sowie zur psychosozialen Beratung bzw. persönlichen Begleitung junger Menschen zu prüfen und zu verbessern. Dies trifft gegenwärtig besonders den ländlichen Raum. In dieser Entwicklung sollten auch die jungen Erwachsenen stärker berücksichtigt werden.

### 6.9.1.4 Familie und Institutionen als Schutzraum von Kinderrechten

Insgesamt befindet sich der Prozess der Aufdeckung von Gewalt, Missbrauch, Mobbing und Vernachlässigung, auch aus vergangenen Zeiten, an jungen Menschen erst in den Anfangsphasen der gesellschaftlichen Reflexion. Das aktuelle Verstehen und die Sensibilisierung für die marginalisierte Situation betroffener junger Menschen bei Kindeswohlgefährdung zeigen, dass sowohl die Institution der ‚Familie‘ wie etablierte pädagogische und kirchliche Organisationen betroffen sind. Die Entwicklung einer entschiedenen verantwortlichen Haltung, wie Missbrauch, Gewalt,

Mobbing und Vernachlässigung präventiv hin zu mehr psychischem Wohlbefinden verhindert werden können und durch geeignete Rahmenbedingungen sowie passende Wege der Gesundheitsförderung vor Ort gefördert werden können, erfordert ein Zusammenwirken vieler Institutionen und Beteiligten sowie individuelle Zivilcourage und Vertrauen bei allen Beteiligten (vgl. Singer 2018). Das Ziel liegt darin, eine würdevolle, geschützte und anerkennende Teilhabe junger Menschen an allen sie betreffenden Lebensfragen hiermit über ‚geduldiges Handeln‘ sowie kooperatives dialogisches Begegnen (vgl. Stelter 2019) zu ermöglichen.

### **6.9.1.5 Familien mit regional verschiedenen Ressourcenbedarfen**

Im städtischen Raum (vgl. Schneider 2012) wird besonders der Diskurs um die Finanzierung von geeignetem und gerecht zugänglichem Wohnraum für Familien, Alleinerziehende, junge Erwachsene, Senioren, Menschen mit Fluchterfahrung und insgesamt finanziell schwächer gestellten Menschen intensiv geführt. Inzwischen umfasst diese auch weite Teile der Mittelschicht. Ziel des Diskurses ist es, mehr sozial-gerecht verteilten Wohnraum zur Verfügung zu stellen. Der ländliche Raum (ebd.) hingegen steht zunehmend vor dem Problem der Überalterung der Bevölkerung, der fehlenden digitalen, medizinischen, wirtschaftlichen Infrastruktur und des Wegzuges junger Menschen und Familien. Gefordert sind konkrete Unterstützungsideen und die Entwicklung innovativer Wohn- und Lebensmodelle, die in ihrer Entstehung und Reifung den ‚langen Atem‘ des ‚geduldigen Handelns‘ benötigen.

### **6.9.1.6 Format der Familie als individuelle Wahlmöglichkeit junger Erwachsener**

Hervorzuheben ist es, dass sich das private Zusammenleben in der Gegenwart durch unterschiedliche Familien- und Beziehungsmodelle auszeichnet und den jungen Erwachsenen in Deutschland generell eine Wahl in der Frage lässt, wie sie ihre private Beziehungswelt gestalten wollen. Die Jugendstudien zeigen auf, dass viele junge Menschen den Wunsch nach einer eigenen Familie haben. Dabei hat sich die Rollenaufteilung der gemischtgeschlechtlichen Paare in den Generationen der jetzigen jungen Familien dahin verschoben, dass junge Väter zunehmend mehr Care-Aufgaben übernehmen wollen. Erstaunlich ist in der Generation der sehr jungen Erwachsenen (Generation Z) die Präferenz einer tradierten ‚Vater/Mutter/Kind-Familie‘ mit dem männlichen Hauptnährer-Modell (vgl. Shell-Jugendstudie 2019). Dies fällt von daher auf, da in den letzten Jahren zahlreiche Interventionen zur Förderung der ‚Vereinbarkeit von Familie und Beruf‘ und zur ‚beruflichen Tätigkeit und Karriereentwicklung von Frauen‘ etabliert wurden, die dem Ziel der Gleichstellung von Männern und Frauen sowie der stärkeren Beteiligung von Frauen in der Arbeits-



welt folgen. In dieser Frage zeigt sich, dass die Entwicklung eigener Werte bei jungen Erwachsenen nicht immer dem gesellschaftlichen, insbesondere dem arbeitsmarktorientierten, Leitbild entspricht. Unter dem Fokus der Reflektion eines eigenen, geeigneten Familien- und Beziehungsmodells könnte dies Teil eines Coachingsprozesses sein und junge Erwachsene darin bestärken, tradierte und innovative Lebenswege zu überprüfen, zu entwickeln und als eigenen Lebensentwurf zu wählen und mit der notwendigen *Geduld als Ressource* zu sehen.

## 6.9.2 Bildungsdiskurse in Schule, Hochschule und Ausbildung

Die Lebensfelder der Schule, Hochschule und Ausbildung (hier als ‚Bildung‘ zusammengefasst) zeichnen sich durch eine Verdichtung von Veränderungsprozessen aus. Insgesamt transformiert sich der Bildungssektor von einem hierarchisch-sektoralen zu einem noch nicht eindeutig ausdifferenzierten kooperativen Bildungssystem. Ausgehend vom Bologna-Prozess, in dem europaweit eine Einheitlichkeit der Bachelor- und Masterabschlüsse angestrebt wird, aber auch von den kontinuierlichen Vergleichen von Bildungsstandards und von der Herausforderung, sich für die Entwicklungen der Inklusion und Integration zu öffnen, produziert und reproduziert das Lebensfeld der ‚Bildung‘ weitere Diskurse, die die Beteiligten im System zu einer ständig neuen virulenten Positionierung zwingen. Insbesondere die ‚Corona-Krise‘ wirkt wie ein Katalysator für viele ungeklärte Bildungsfragen und fordert das Bildungssystem innerhalb kürzester Zeit und bis zur Überforderungsgrenze aller Beteiligten zu einer Transformation heraus. Von einer tradiert analog-präsenten Lern- und Lernform müssen nun innerhalb einiger Monate neue/geeignete digitale, hybride, virtuelle und phasenweise präsente Lern- und Lehrformen von Schüler\*innen aller Jahrgangsstufen, Lehrkräften, Schulverantwortlichen und Eltern entwickelt und genutzt werden, was sowohl didaktisch, organisatorisch und von der Ausstattung her zum Jahreswechsel 2020/2021 nur einem Teil der bundesdeutschen Schulen gut gelingt. Aufgrund der Aktualität, Prozess- und Tendenzhaftigkeit der Veränderungen während der gegenwärtigen ‚Corona-Krise‘ gehe ich auf Einschätzungen und Entwicklungen gesondert in Kapitel 6.9.4 ein.

### 6.9.2.1 Suche nach geeigneten Bildungsmodellen

Der Bildungsdiskurs wird im letzten Jahrzehnt vorrangig von der Frage geprägt, wie ein gerechter Zugang zu allen Bildungsabschlüssen unabhängig vom Eltern-Einkommen und der Herkunft der Eltern möglich sein kann. Die Diskussion um die Differenzierung der Schulen, der Einführung der Ganztagschule sowie der

Gemeinschaftsschule, mit der Auswirkung der stärkeren zeitlichen Verpflichtung von Schüler\*innen im Schulsystem und dem gleichzeitigen Zurückdrängen subsidiärer, etablierter verbandlicher und außerschulischer Arbeit prägt das Verhältnis und den Stellenwert formeller und informeller Bildungswege. Dies geht mit einem Rückgang ehrenamtlicher Spielräume einher, in denen unabhängig von der Schule Kompetenzen und Haltungen ohne Vorgaben erprobt werden können und sich als eigene Projekte von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ohne Leistungsdruck entwickeln können. Die Rückkehr des Gymnasiums von acht auf nun wieder neun Jahre zur Minimierung des erlebten Leistungsdrucks bei Schüler\*innen (und Lehrkräften) respektiert die Einschätzungen der Beteiligten im Bildungssystem, ein anderes, besseres Lernen zu entwickeln und hierfür auch zu bewährten Bildungselementen zurückzukommen.

Gleichzeitig ist aber noch nicht stabil erkennbar, ob und wie sich die Fülle des Lernstoffs reduzieren lässt, wie sich neue fachübergreifende Lern- und Projektmethoden etablieren lassen und wie sich durchgehend Teamarbeit und multiprofessionelle Arbeitsformen unter/zwischen Lehrkräften und weiteren Berufsgruppen bewähren. Auch die Einführung kleiner, dialogfördernder Klassen bzw. Schüler\*innengruppen stehen schon lange auf der Wunschliste vieler Bildungsmodelle, um Zeiten der Ruhe, der Konzentration, der Kooperation und der Muße im Schulalltag zu ermöglichen. In der konkreten Situation des Alltags sind Schulen jedoch vielerorts dadurch betroffen, dass Klassen im städtischen Kontext durch den zunehmenden Zuzug aufgestockt werden, im ländlichen Kontext jahrgangsstufenübergreifend zusammengelegt werden oder geeignete Lehrkräfte zur Leitung der Klassen und Schulen fehlen.

Je nach Bundesland werden zunehmend berufsfremde Personen im Quereinstieg beschäftigt, was zu einem Diskurs über die notwendige Mindestqualifikation von Lehrkräften führt. Hierin zeigen sich die uneinheitlichen Standards der Bildungssysteme in den Bundesländern und der konkrete Bedarf vor Ort als Herausforderung für das ‚geduldige Handeln‘ in der Bildung. Diese Entwicklung geht mit einem weiteren Diskurs zur Vereinheitlichung oder zur Differenzierung des Schul-, Hochschul- und Ausbildungssystems einher.

### 6.9.2.2 Gestiegene inhaltlich-didaktische Anforderungen

Die sprachliche, soziale und kulturelle Integration und Inklusion von jungen Menschen und ihren Familien mit Fluchterfahrung, die Inklusion und vollständige Partizipation von jungen Menschen gemäß der Behindertenrechtskonvention und der Menschenrechtskonvention auch im Schul-, Hochschul- und Ausbildungssystem, die Umsetzung von neuen pädagogischen Inhalten wie etwa Demokratisierung, Zivilcourage, der Umgang mit populistischen und radikalisierenden Bewegungen, der

Umweltschutz und die Nachhaltigkeit, die Förderung der Alltagskompetenz, die Suchtprävention, der Umgang mit Computern und der Digitalisierung, die Achtsamkeit und das Glück bedingen in ihrem Themenspektrum einen kontinuierlichen Lern- und Fortbildungsbedarf bei allen Beteiligten des Bildungssystems.

Dem gegenüber steht die Situation, dass beruflich tätige Lehrkräfte und Ausbilder\*innen in ihrer pädagogischen Haltung heterogen zwischen ‚partnerschaftlich-empathisch‘ und ‚hierarchisch-technokratisch‘ mit den Bedarfen und der Kommunikation mit Schüler\*innen, Auszubildenden und Studierenden umgehen und soziales „Lernen sichtbar machen“ (Hattie 2014) können. Geraten Schüler\*innen, Studierende und Auszubildende jedoch in Konflikt mit ihren Lehrkräften sowie Ausbildungsverantwortlichen, so ist das für die betroffenen jungen Menschen psychosozial besonders belastend, da sie in einer generellen Schul- und Ausbildungspflicht und einem tradiert-hierarchischen System der Abhängigkeit dem ‚Wohl und Wehe‘ dieser Lehrkräfte und Ausbilder\*innen unterworfen sind. Dies verlangt allen Beteiligten „Zivilcourage“ (vgl. Singer 2018) ab, die in Abhängigkeitsverhältnissen nur mit viel Mut, Systemkenntnis und Geduld einhergeht. Schwierig ist, dass derartige Konflikte bisher innerhalb des Schul- und Ausbildungssystems meist in geschlossener, hierarchischer Abhängigkeit geregelt werden und unabhängige Beschwerde- und Beratungsstellen sowie anerkannte wechselseitige (notenunabhängige) Feedbacksysteme für alle Beteiligten fehlen. Problematisch für das aktuelle deutsche Schulsystem ist auch der Anstieg der Zahl der Lehrkräfte, die unter der Situation eines eigenen (drohenden) Burnouts leiden. Auch diese Situation stellt eine hohe Anforderung an das ‚geduldige Handeln‘ aller Beteiligten hin zu einem gesundheitsförderlichen Miteinander.

### 6.9.2.3 Entwicklung neuer Formen der Zusammenarbeit

Das Bildungssystem versucht den oben beschriebenen Anforderungen mit zwei Wegen zu begegnen. Einerseits öffnet sich das Bildungssystem stärker für Formen und Ansätze multiprofessioneller Arbeit und der damit verbundenen Entwicklungen neuer beruflicher Standards, Werte, Methoden, Kooperationsformen und Haltungen. Im System der Schule zeigt sich dies etwa konkret in der flächendeckenden Einführung, dem Ausbau und der Etablierung von Schulsozialarbeit, -sozialpädagogik und -psychologie in und an der Institution Schule, einhergehend mit der (noch zögerlichen) Einführung sozialarbeiterischer und (sozial-)pädagogischer sowie psychologischer Methoden und Kenntnisse bei Lehrkräften. Es ist davon auszugehen, dass sich mit dieser Öffnung auch neue Konfliktlinien kenntlich machen, wenn zunehmend ein primär am ‚Bildungserfolg‘ orientiertes schulisches System mit einer am ‚Wohl des Kindes‘ orientierten Jugendhilfe verzahnt arbeiten werden und sich beide miteinander weiterentwickeln müssen.

Parallel wird ein Diskurs um die Angleichung der unterschiedlichen Gehälter der Lehrkräfte je nach Schulform und der fairen Bezahlung anderer Berufsgruppen im Bildungssystem geführt, was unter der Frage der ‚gerechten Bezahlung‘ eine Beanspruchung des ‚geduldigen Handelns‘ bedingen kann.

Notwendig wäre es, exemplarisch an diesen beiden Ansatzpunkten unter dem Fokus des ‚geduldigen Handelns‘ mit allen beteiligten Interessengruppen Gespräche auf Augenhöhe zu führen und möglichst viele Menschen an der Gestaltung einer zukunftsweisenden Bildung zu beteiligen. Das Ziel müsste es sein, im partnerschaftlichen Miteinander weiterhin gesundheitsförderliche Bildungsmodelle zu beraten und zu entwickeln und nicht der Gefahr zu unterliegen, eigene Statusgewinne, Macht und Privilegien anstelle von kooperativen Lern- und Arbeitsmodellen und gemeinsamen Einflussmöglichkeiten für konstruktive Ziele zu verhandeln.

### 6.9.3 Arbeitswelt im schnellen Wandel

Wie kaum ein anderes gesellschaftliches System kommuniziert die Arbeitswelt den schnellen Wandel, der insbesondere durch eine zunehmende globale und digitale Vernetzung geprägt ist. Zu diesen Einflüssen müssen sich junge Erwachsene individuell sowie als Kohorte positionieren und hierzu eine eigene Ausrichtung der Lebensplanung bilden.

#### 6.9.3.1 Junge Erwachsene als begehrte Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen

Der Mangel an und die Gewinnung von geeigneten Auszubildenden sowie Fach- und Führungspersonal quer durch alle Branchen bedingen, dass die Attraktivität vieler junger Erwachsener für Unternehmen seit Jahren hoch ist. Die Ausbildungssituation vor der Corona-Krise geht mit der Problematik einher, dass viele junge Erwachsene vor der Wahl stehen, a) den/die richtig\*e Arbeitgeber\*in wählen zu müssen sowie b) schnell auch zur Konkurrenz wechseln können und daher investiertes Wissen und Können mitnehmen. Zudem kommt für die Unternehmen und Organisationen die Anforderung hinzu, andere Generationen nicht zu vernachlässigen, sondern auch als wichtige Mitarbeiter\*innen in ihrem Wert und ihrer Erfahrung zu schätzen, anzuerkennen und zu fördern. Junge Erwachsene stehen dabei vor der Anforderung, sich in einer betrieblichen Dynamik, in Hierarchien ‚einzuordnen‘, sich mit Vorgaben auseinanderzusetzen und eine eigene Rolle zu prägen. Im Idealfall entsteht dabei ein wechselseitiges Lernen voneinander, das von der konstruktiven Bewältigung von Unterschieden und Konflikten im Sinne eines ‚geduldigen Handelns‘ beider Seiten geprägt sein kann.

Seit Beginn der Corona-Krise (vgl. Kapitel 6.9.4) ist die Ausbildungssituation für viele jungen Menschen jedoch durch die unsichere wirtschaftliche Situation und die Distanzvorgaben erschwert. Viele Studien- und Ausbildungsplätze brechen weg, geplante Auslandsreisen oder ein (phasenweiser) Auszug aus dem Elternhaus sind nicht möglich, ein Lernen und Treffen unter Gleichgesinnten nur virtuell umsetzbar. Feste Zukunftspläne sind nicht mehr sicher und führen bei vielen jungen Menschen zu psychischen Belastungen. Diese Entwicklung ist (sozial-)pädagogisch auch für das Coaching junger Erwachsener zu beobachten und kurzfristig aktiv zu gestalten, um jungen Menschen einen qualifizierten Zugang in den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt auch bei wirtschaftlicher Unsicherheit zu ermöglichen.<sup>105</sup>

### 6.9.3.2 Durchlässigkeit der Qualifikationen

Die nationale und internationale Anerkennung und Vergleichbarkeit der Bildungs- und Berufsabschlüsse sowie die Förderung der Durchlässigkeit von Bildungs- und Berufsabschlüssen (z. B. über die Gleichstellung des Meisterabschlusses als Äquivalenz zum Bachelor, um die Attraktivität von Ausbildungsberufen im Vergleich zu akademischen Berufen zu heben) bedingen einerseits der Chance von modularen Bildungswegen, von Quereinstiegen sowie der Umsetzung eines ‚lebenslangen Lernens‘. Dies kann zu einer subjektiven Verminderung des Bildungsdrucks bei jungen Menschen führen, da nicht jeder Bildungsschritt im ersten Anlauf genommen werden muss, und sich berufliche Lebensläufe mit der Zeit entwickeln können. Andererseits kann diese Öffnung bei jungen Menschen jedoch auch als Unübersichtlichkeit und Überforderung durch zu viele Wahlmöglichkeiten erfahren werden.

Unter dem Fokus des ‚geduligen Handelns‘ ist es förderlich, junge Menschen in ihren Möglichkeiten frühzeitig und achtsam in den Bildungseinrichtungen hinsichtlich ihrer Stärken und der möglichen Berufsvarianten zu beraten. Wichtig wäre es dabei jedoch, ihnen eine Haltung der Ruhe und Gelassenheit zu vermitteln, die verständlich macht, dass sich viele Berufs- und Lebensplanungsideen erst zu einem späteren Zeitpunkt entwickeln. Hierin wäre es auch relevant, verstärkt Lebenswege von Vorbildern aufzuzeigen, die erkennbar machen, dass sich wichtige Ziele oftmals nur über Umwege verwirklichen lassen oder durch andere Lebensereignisse sinnvoll in eine neue Richtung geführt werden. Dabei könnte für junge Menschen deutlich

105 Der Soziologe Michael Corsten von der Universität Hildesheim warnt vor den Belastungen für eine neu entstandene „Corona-Generation“, für die plötzlich alles unsicher werde. (Vgl. Kniess, Michael, Eine Generation in Klammern, ZDF-Online, vom 04.01.21; <https://idw-online.de/de/news?print=1&id=750581> Generation Corona? Studie untersucht die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Zukunftsaussichten junger Menschen; abgerufen am 05.01.2021)

werden, welche Copingstrategien (wie etwa das ‚geduldige Handeln‘) in den Generationen zuvor geholfen haben, um mit Problemen umgehen zu lernen.

Aufgrund des hohen Bedarfes junger Menschen, Beruf und Familie in einer guten Gewichtung zu halten, wäre es sinnvoll, verstärkt im Coaching, in der Schule, der Ausbildung, dem Studium und dem Beruf mit ihnen in einer dialogischen Beziehung zu ihren eigenen Werten zu arbeiten und eigene Lebens- und Berufsmodelle zu erschließen, die salutogene Bedingungen berücksichtigen und sie darin unterstützen, sich diese immer wieder neu erschließen zu können.

### 6.9.3.3 Gestiegene fachliche Ansprüche in den Berufen

Die steigende Akademisierung in vielen Berufen – hier exemplarisch genannt in den pädagogischen, gesundheitsorientierten, technischen und dienstleistenden Berufen – sowie die Einführung neuer Ausbildungs- und Studienabschlüsse und beruflicher Tätigkeiten führen zu dem Druck, kontinuierlich lernen zu müssen, nie fertig zu werden oder an einem (beruflichen/ privaten) Ort richtig ankommen zu können. Viele junge Menschen reagieren mit psychosozialen Belastungssymptomen, die bis zu einem ‚Burnout‘ gehen können. Von daher wird seit Jahren ein Diskurs – oftmals jedoch viel zu leise – geführt, wie diesem Phänomen so begegnet werden kann, dass alle jungen Menschen psychosozial gut aufwachsen, lernen und arbeiten können.

Mit dem digitalen Wandel und der Entwicklung der Arbeitswelt geht gleichzeitig ein Wegfallen ‚einfacher‘ Tätigkeiten einher. Damit erhöht sich für Schulabreicher\*innen, junge Menschen mit gering qualifizierten Schulabschlüssen, junge Menschen ohne Berufsausbildung oder mit einem Fluchthintergrund oder mit psychischen Belastungen die Gefahr, im ersten Arbeitsmarkt trotz einer guten Arbeitsmarktprognose keinen Einstieg finden zu können und damit Teil eines stützenden Übergangssystems zu werden. Bei den betroffenen jungen Menschen kann sich hierdurch die Wahrnehmung und das Empfinden einstellen, es in dieser Gesellschaft ‚nicht geschafft‘ zu haben, ‚aussortiert‘ zu sein, ‚nicht mithalten‘ zu können und ‚wertlos‘ zu sein. Auch dieser Diskurs wird zwar in den (sozial-)pädagogischen Fachforen geführt. Gesamtgesellschaftlich gewinnt die Sicht auf die Situation dieser jungen Menschen aber kaum Bedeutung und folgt dem Leitbild und dem Vorrang einer wirtschaftlich erfolgreichen und leistungsgeprägten Gesellschaft anstelle einer Solidargemeinschaft, die die Würde und den Wert jedes Menschen gleichwertig anerkennt und dies auch im Alltag durchgehend mit der nötigen Geduld praktiziert.

#### 6.9.4 *Geduld* in der Corona-Krise

Die Formulierung des Fazits dieser Untersuchung fällt in eine Phase, in der die Welt seit Dezember 2019 durch die globale Infektionswelle mittels des Virus SARS-CoV2 betroffen ist. Von daher wird aus diesem aktuellen Anlass auf das Thema der ‚Geduld in der Corona-Krise‘ eingegangen, da davon auszugehen ist, dass das Erleben und die Bewältigung der ‚Corona-Krise‘ einen weitreichenden Einfluss auf das gesamte psychosoziale Leben nehmen (werden) und damit auch die Frage des Coachings junger Erwachsener zur Geduld berühren.<sup>106</sup>

Die durch das Virus ausgelöste ‚COVID-19‘ Erkrankung, umgangssprachlich als ‚Corona-Virus‘ bezeichnet, kann bei den Betroffenen zu Lungenversagen, lebensbedrohlichen Symptomen bis hin zu einem Multiorganversagen/Tod führen. Die im Frühjahr 2020 von Gesundheitsexperten\*innen und der Weltgesundheitsorganisation als ‚Pandemie‘ deklarierte Infektionswelle und die Maßnahmen zur Eindämmung einer zu schnellen und unkontrollierbaren weltweiten Infizierung der Bevölkerung gehen mit einschneidenden Auswirkungen und Problemen in allen sozialen, gesundheitlichen, kulturellen, politischen und wirtschaftlichen Systemen einher. Die Neuartigkeit des Virus und seiner Mutationen, die anfänglich fehlenden medizinischen Mittel etwa in Form geeigneter Medikamente sowie eines als sicher getesteten Impfstoffs, die weltweite Verteilung der kurzfristig entwickelten Impfstoffe, aber auch der Mangel ausreichender Schutzausrüstung und Infrastruktur, stellen die Forschung, die Medizin, die Pflege, die Wirtschaft und die Arbeitswelt, die Bildung, das Sozialsystem, die Politik sowie das gesamte kulturelle Leben in einem sehr kurzen Zeitraum seit Beginn der Krise vor komplexe Herausforderungen, dieser Situation durch schnell entwickelte und neue Lösungen gerecht zu werden. Besonders die global steigende Zahl der Infizierten und der Todesopfer, die Phasen der Quarantäne/des Lockdowns mit all ihren sozialen und wirtschaftliche Folgen sowie die Unabsehbarkeit einer zeitlichen Besserung der Situation werden von vielen Menschen dabei

106 Die im Januar 2021 veröffentlichte zweite COPSY-Studie zeigt auf, dass zwei Drittel der befragten Kinder, Jugendliche und Familien eine hohe Betroffenheit durch Covid-19 Pandemie erleben. Dabei sind die mentalen Gesundheitsprobleme insgesamt gestiegen. Kinder und Jugendliche mit einem sozioökonomisch niedrigen Status sowie mit einem Migrationshintergrund sind stärker betroffen (Ravens-Sieberer et al. 2021). Die Sinus-Jugendstudie 2020 belegt, dass sich Jugendliche wegen des Corona-Virus und der Gefahr der eigenen Ansteckung oder von Angehörigen sowie der sozialen Folgen zwar Sorgen machen, aber gleichzeitig auch die Verantwortung zu einem solidarischen Handeln angesichts steigender Krisen und des Klimawandels sehen. Viele Jugendliche beklagen, dass sie in ihrer Wahrnehmung in der Schule, Arbeit und Gesellschaft zu wenig gehört werden (vgl. Bundeszentrale für politische Bildung 2020).

als schwere psychosoziale und wirtschaftliche Belastung empfunden (vgl. Artmann 2020; Brooks et al. 2020).

Weltweit sind verantwortliche Politiker\*innen, Wissenschaftler\*innen sowie Fachleute vieler Berufs- und Interessensgruppen in der gegenwärtigen Situation damit konfrontiert, sowohl über verständliche und angemessene verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen (wie etwa Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen, Hygienemaßnahmen bis zur Stilllegung von Einrichtungen, Schulen/Hochschulen und Unternehmen) kooperativ so zu handeln, dass die unkontrollierte Ausbreitung des Virus verhindert wird, die ‚systemrelevanten‘ sozialen, gesundheitlichen und wirtschaftlichen Abläufe gesichert werden. Dabei begegnen die verantwortlichen Akteure der Herausforderung, das Verhältnis zwischen einem a) gesundheitlichen Schutz, den Grundrechten auf Bildung, Freiheit, Gerechtigkeit, Mitsprache und Teilhabe, b) den Ängsten und Widerständen aber auch dem c) Bedarf auf ein gesichertes Einkommen der Bevölkerung gut zu justieren. Gleichzeitig zeigt sich frühzeitig der gesellschaftliche und wissenschaftliche Anspruch, aus den noch nicht absehbaren Folgen der Pandemie in der Praxis und Forschung so zu lernen, dass insgesamt ein ‚stabiler‘ und ‚besserer Zustand‘ (wieder) möglich wird. Die Bezeichnung dieser Situation im öffentlichen Diskurs als weltweite ‚Katastrophe‘ sowie abgemildert als ‚Corona-Krise‘ beschreibt seit Beginn der Krise die Dynamik, die Unsicherheit sowie die Herausforderungen, die sich an ein umfassendes Handeln in Geduld stellt, welche sich auch in den Empfehlungen aus der Forschung und Politik seit Krisenbeginn zeigen (vgl. ZEIT Magazin 2020; Dörries 2020).

#### 6.9.4.1 Systemische Sicht auf den Umgang mit der Corona-Krise

In der Anlehnung an das systemische Verständnis (vgl. Kapitel 2.4.4) von Veränderungen lässt sich die gegenwärtige Situation als individuelles und gesellschaftliches Krisengeschehen interpretieren, das mit einem ‚Ordnungs-Ordnungs-Übergangswandel‘ und zuvor einer Fülle an ‚kritischen Fluktuationen‘ einhergehen kann.

Innerhalb des vor der Krise weltweit führenden Systems des wachstumsorientierten wirtschaftlich dominierten Handelns tritt nun der SARS Cov2 Virus als ein neuer zentraler Attraktor auf, der in der Selbstorganisation des Systems ‚gesundheitliches Handeln‘ alle Energien auf sich bündelt. Von einem (scheinbaren) Muster des Zustandes ‚die Welt ist gesund‘, was hinsichtlich der Zunahme von Krieg, Flucht, Umwelt- und Klimaschäden, Krankheit und Armut in weiten Teilen der Welt zu hinterfragen ist, kippt das ‚gesundheitliche Handeln‘ nun in einen Zustand von ‚die Welt ist krank‘ und braucht alle Ressourcen, um geheilt werden zu können.

In einem weiteren Sinne könnte man die gegenwärtige Situation dahin interpretieren, dass sich ein Muster von ‚die Welt dreht sich nur um die Wirtschaft‘ in ein



anderes Muster von ‚die Welt dreht sich nur um die Gesundheit‘ verwandelt. Dieser Diskurs würde den Stimmen folgen, die einen Umbruch aus einer rein kapitalistisch geprägten Gesellschaft hin zu einer neuen solidarischen und ökologischen Weltordnung mit einer „Zeitenwende“ (Göpel 2020) beschreiben, die sich an sozialen, nachhaltigen und umweltorientierten Kriterien orientiert. In der aktuellen Lage dieser Krise, in der das Management und die Bewältigung der schlimmsten Krisensymptome Vorrang haben, wäre es spekulativ, solchen Hypothesen einseitig zu folgen. Anzunehmen (und zu hoffen) ist es jedoch, dass es zu einem neuen Aushandeln und Aushandeln von wirtschaftlichen, sozialen, kulturellen, ökologischen und gesundheitlichen Einflüssen kommt, in der unterschiedliche Interessensgruppen zukünftig das politisch-gesellschaftliche Geschehen anders prägen (könnten). Damit besteht die Chance auf einen weltweiten Wandel, der ein vernetztes Interagieren sozialer, gesundheitlicher, wirtschaftlicher, kultureller und ökologischer Bedarfe gleichwertig(er) berücksichtigen könnte. Hier stellen sich die Fragen, ob und wie es wirklich gelingen kann, ein globales Miteinander zu schaffen, das wirtschaftliche, soziale, kulturelle und gesunde Kriterien ausgewogen berücksichtigt und den Kriterien sozialer Gerechtigkeit stärker entspricht.

Sozialverbände und Bildungsverantwortliche warnen seit Beginn der Krise, dass neben alten, kranken und armen Menschen besonders Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus benachteiligten Lebenskontexten sowie in schulischen und beruflichen Übergangssituationen in ihren Chancen zurückfallen, gesellschaftlich abgespalten werden und die Auswirkungen der Krise besonders stark erleben (vgl. Spiewack 2020; Sußebach 2020; vgl. Kapitel 6.9.3.2 *Durchlässigkeit der Qualifikationen*; Andresen et al. 2020; Andresen et al. 2021). Notwendig wäre es von daher, sich aus (sozial-)pädagogischer Sicht verstärkt und nachhaltig für die Interessen von jungen Menschen als relevante gesellschaftliche Gruppe über ein kooperierendes ‚geduldiges Handeln‘ auch über das Format des individuellen Einzelcoaching hinaus politisch, kirchlich, gesellschaftlich in Fachforen, Verbänden und Netzwerken einzusetzen.

#### 6.9.4.1 Salutogenes Verständnis der Erfahrungen mit der Corona-Krise

In welcher Ausprägung die *Geduld als Ressource* in dieser Phase der ‚Corona-Krise‘ erlebt wird oder wurde, ist auch für das Arbeitsfeld des Coachings mit jungen Menschen während und bis zu einem bisher noch nicht absehbaren Ende der Krise zu untersuchen.

In einem salutogenen Verständnis der Geduld ist davon auszugehen, dass es in einem gesamtgesellschaftlichen Prozessgeschehen immer gesundheitsförderliche Einflussfaktoren gibt, die das Fühlen gesunder Bedingungen, das vernetzte Reflektieren und das Handeln berühren und gefördert werden können (vgl. Petzold 2010,

S. 176). Exemplarisch zu nennen sind etwa die kurzfristig entstandenen Forschungs-kooperationen während der Corona-Krise zur Entwicklung mehrerer sicherer Impfschemen, aber auch die Öffnung neuer digitalisierter/hybrider Lernformen in den Schulen/Hochschulen/Universitäten, Betrieben, Verbänden und Organisationen in Form eines phasenweisen Lernens, Arbeitens und Austausches im Homeoffice/Home-schooling. Gleichzeitig werden besonders der Wert und die Notwendigkeit der persönlichen/mitmenschlichen/solidarischen Begegnung mehr als vor der Corona-Krise quer durch alle Lebens- und Kulturbereiche deutlich. Auch in diesen Entwicklungen zeigt sich die (hoffnungsvolle) Herausforderung, zukünftig die gesundheitsförderlichen gesellschaftlichen Einflussfaktoren zu identifizieren, die in einem Veränderungsprozess nachhaltig im sozialen Miteinander wirksam sind und für eine gesellschaftliche Entwicklung hin zu einem Zustand von ‚die Welt ist mehr gesund als krank‘ als Ressourcen genutzt werden können.

#### **6.9.4.3 Geduld als Ressource in der Corona-Krise**

In der gegenwärtigen gesellschaftlichen Entwicklung können kollektive und individuelle Fähigkeiten zur Geduld im Alltag (z. B. über Warten, Beobachten, Herantasten, Verstehen, Spüren, Scheitern, Aushalten, Probieren, Impulse geben) einen gesundheitsförderlichen Einfluss nehmen. Die Studie *Geduld als Ressource* verweist auf das generelle Vorhandensein der ‚Ressourcen der Geduld‘ (die Geduld mit mir und mit anderen, die Gelassenheit und Ruhe, das Warten-Können auf wichtige Dinge, der gute Umgang mit Stress und Entspannung, das passende Gefühl für die Zeit und den Kairos, das Bewusstsein, wichtige (motivierende) Ziele und die spirituelle Chance in Krisen zu erkennen). Der Autorin ist bewusst, dass genau diese Fähigkeiten vielen Menschen in der aktuellen Krise durch ihre existenzielle Bedrohung und die zeitliche Unbestimmbarkeit schwerfallen. Insbesondere in der Hoffnung auf einen besseren Zustand (aktuell zu Beginn des Jahres 2021 symbolisch festgemacht an einer wirksamen Impfung quer durch alle Bevölkerungsgruppen und Länder) als den gegenwärtigen Zustand liegt jedoch das Veränderungspotential für ein sinnvolles ‚geduldiges Handeln‘ in dieser für viele Menschen noch nicht gekannten, komplexen Krisensituation.

## 6.10 Ausblick

Die individuelle und gesellschaftliche Erfahrung in der weltweiten Bewältigung der ‚Corona-Krise‘ prägt die Reflexion der Geduld als kollektives Phänomen. Besonders aber die über diese Studie gewonnenen Einblicke zur Geduld aus der Recherche geschichtlicher Quellen, geeigneter Forschungsansätze und Studien sowie einer empirischen Befragung junger Erwachsener zur Geduld zeigen, wie notwendig die Geduld für die Bewältigung von langanhaltenden, komplizierten und komplexen Herausforderungen und Krisen ist.

Insgesamt lässt sich die Schlussfolgerung ziehen, dass die Geduld zu einer der notwendigen Ressourcen für einen gesellschaftlichen und persönlichen Wandlungsprozess gehört und gleichzeitig in der Forschung und der Praxis des Coachings (junger Erwachsener) kaum Beachtung gefunden hat.

Die Geduld als einen Faktor der frühzeitigen salutogenen und systemischen Förderung der Gesundheit junger Menschen insbesondere als psychosoziale Kraftquelle zu sehen, motiviert für eine umfangreiche weiterführende Forschung zur Geduld.

Für die Praxis des Einzelcoachings verdeutlicht sich, dass ein (sozial-)pädagogisches Coaching junger Erwachsener zur Geduld im Sinne der Ansätze von Buber (2014), Mührel (2011, S. 75–81) sowie Stelter (2019) vorrangig als mitmenschliche, dialogische Begegnung auf Augenhöhe Sinn macht. Hierüber können in dem geschützten Rahmen des persönlichen Gespräches ohne Zeit- und Leistungsdruck im ‚Kleinen der Welt‘ ein wechselseitiges Verständnis sowie eine generationsübergreifende Begleitung in wichtigen Lebensfragen gefördert werden. Dabei kann auch zur Sprache kommen, was junge Menschen individuell im Leben überfordert und sogar bis zum Burnout belastet. Im vertrauensvollen Gespräch können somit über die Zeit (wieder) Kreativität, Spielräume und Bewältigungskräfte erfahrbar werden. Tiefgehende und langanhaltende Krisen (wie die ‚Corona-Krise‘) erinnern daran, wie wichtig der mitmenschliche Zusammenhalt jenseits eines kommerziellen Gewinns und der Leistungsmaximierung ist.

Ein Einzelcoaching zur Geduld betont von daher nicht die Bedeutung der Finanzkraft, den gesellschaftlichen Status oder die Leistungsfähigkeit eines/einer Coachingteilnehmer\*in sowie die eines Coaches, sondern sollte jeder Person unabhängig von ihrer Lebenssituation, ihrem Vermögen, ihrer Religion, ihrer Nationalität, ihrem Status, ihrem Wohnort, ihrem Alter und ihrem Geschlecht zur Verfügung stehen. Auch die Gesundheitsförderung sollte für jeden Menschen ein zugängliches humanitäres Gut sein. Die konstruktive Erfahrung von Geduld gehört zu einem gemeinsamen kulturellen Wissen und damit zur Grundhaltung einer (Sozial-)Pädagogik und Sozialen Arbeit, die Menschen in der Bewältigung von Krisen, Herausforderungen und

Belastungssituationen stärken kann. Eine Instrumentalisierung der Geduld, die diesem humanitären Charakter für politische, weltanschauliche und wirtschaftliche Zwecke widerspricht, folgt nicht der Grundidee der *Geduld als Ressource*. Diese ist für jede Person in ihrem Alltag generell als Kraftquelle zugänglich, obwohl sie in ihrem individuellen Erleben in den Kontexten variieren kann.

Einzelcoaching bietet auf der individuellen Ebene die Chance, professionell an die Quelle der Geduld zu erinnern und im Dialog die Geduld für herausfordernde Aufgaben zu aktivieren und sie für langwierige persönliche und gesellschaftliche Entwicklungsprozesse zu nutzen.

Von daher sollte die Reflexion der *Geduld als Ressource* auch ein Grundbestandteil von *allen* (sozial-)pädagogischen Ausbildungen und Studienrichtungen sein sowie regelmäßig in der Supervision von ehrenamtlichen Mitarbeitenden und Fachkräften thematisiert werden.

Pädagogisches Arbeiten ist Beziehungsarbeit. Das ‚geduldige Handeln‘ schafft eine Verbindung über die Zeit. Damit hat die Geduld das Potential, als stille, friedliche Kraft (Ressource) alltäglich dynamisch transformierend, revolutionierend und gesundheitsförderlich zu wirken.