

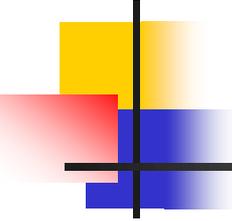
Praxis der Resilienzförderung

Resilienztrainingsprogramme für Kinder,

Jugendliche und junge Erwachsene

Vortrag in Augsburg- Maria Stern 16./23.3.2022 Dr. Georg Kormann

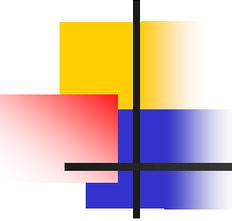




Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder-Jugendliche-Familien

- **Vorschulprogramme**
 - EFFEKT (Lösel et.al., 2004)
 - PRiK (Fröhlich-Gildhoff et al. , 2007)
- **Programme für Schulkinder**
 - Fit und stark fürs Leben (Burow, et al., 1998)
 - Faustlos (Cierpka, et al., 2001,2005)
 - Fit for Live (Jugert, 2008)
 - „Positive Peerkultur“ (Opp/Teichmann, 2008)
 - Streitschlichter
- **Programme für Paare und Familien**
 - Mediation
 - Familienrat (fgc, Family Group Conference)



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- **Vorschulprogramme**

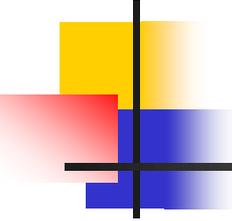
- EFFEKT (Lösel et.al., 2004)

Erlangen-Nürnberger-Studie

Ziele:

Kinderebene: soziale Problemlösung und soziale Kompetenz

Elterntraining: Unterstützung der Eltern in der Erziehungskompetenz



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

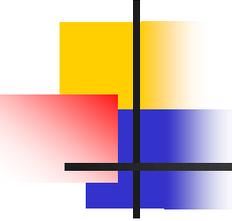
■ **Vorschulprogramme**

PRiK (Fröhlich-Gildhoff et al. , 2007)

Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen

4 Ebenen:

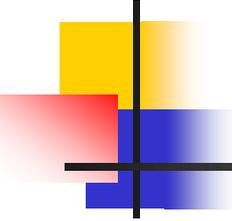
1. Gezielte Förderung von Resilienzfaktoren
2. Stärkung der Elternkompetenz
3. Einbeziehung päd. Fachkräfte-Supervision
4. Soziales Umfeld der Kitas



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- **PRiK** – Programmbausteine
 - Selbstwahrnehmung
 - Selbststeuerung
 - Selbstwirksamkeit
 - Soziale Kompetenz
 - Problemlösen und aktive Bewältigung



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

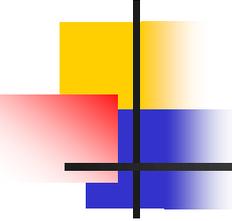
■ **Programm für Jugendliche**

- Fit und stark fürs Leben (Burow, et al., 1998)

Unterrichtsprogramm zur Persönlichkeitsförderung

Ziel: Entwicklung von Lebenskompetenzen:

- Selbstwertgefühl
- Kommunikation
- Umgang mit Stress
- Soziale Kompetenzen (zB. Empathie)



Praxis der Resilienzförderung

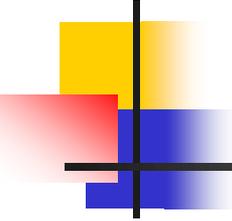
Programme für Kinder und Jugendliche

- **Programme für Jugendliche**

Fit for Live (Jugert, 2008)

Für Jugendliche ab 13 Jahren zur Förderung von sozialen Fertigkeiten und emotional-kognitiven Ressourcen:

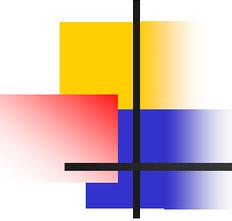
- Selbstsicherheit
- Kommunikation
- Einfühlungsvermögen
- Lebensplanung – Beruf und Zukunft



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- **Programme für Jugendliche**
„Faustlos“ (Cierpka, et al. 2001,2005)
 - **Faustlos** ist ein Programm zur Prävention von Gewalt an Schulen.
 - Der Begriff *Faustlos* steht sinnbildlich für einen gewaltfreien Umgang bei Konflikten und emotional schwierigen Situationen. Ziel des Programms ist neben dem Unterlassen von körperlicher Gewalt auch auf verbaler Ebene fair miteinander umzugehen.

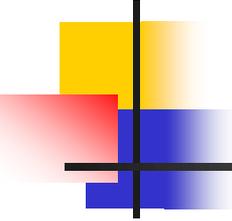


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- **Programme für Jugendliche**
„Faustlos“ (Cierpka, et al. 2001,2005)

Das amerikanische Programm *Second Step* wurde von Manfred Cierpka am Universitätsklinikum Heidelberg auf deutsche Verhältnisse übertragen. Faustlos wird heute vom Heidelberger Präventions-Zentrum betreut. Andreas Schick^[1] ist einer der Herausgeber zahlreicher Unterrichtsmaterialien, die inzwischen altersangemessen Inhalte für Kindergärten, Kindertagesstätten und den Grund- und Mittelschulbereich bereithalten.



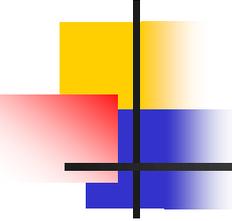
Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- **Programme für Jugendliche**

„Faustlos“ Drei Schritte:

- Empathie
- Impulskontrolle
- Umgang mit Ärger und Wut



Praxis der Resilienzförderung

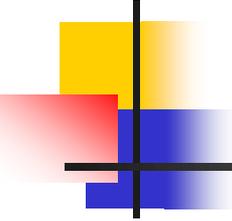
Programme für Kinder und Jugendliche-PPC

Programme für Jugendliche

- „Positive Peerkultur“ (Opp/Teichmann, 2008)

Ein stärkenorientierter Ansatz, der auf dem Resilienzkonzept basiert und durch unterstützte Selbstverantwortung Kinder darin unterstützt, sich gegenseitig zu stärken. Das Vertrauen der Jugendlichen in die eigenen Fähigkeiten wird gestärkt.

PPC hat enge Verknüpfungen zur Resilienzforschung und zum Konzept der Salutogenese.

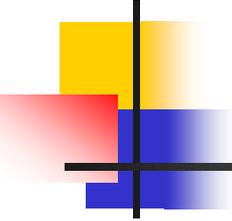


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche-PPC

■ **Was ist Positive Peerkultur?**

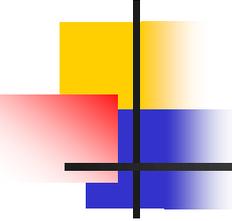
- vertraut auf die Stärken von Kindern und Jugendlichen, ihre Entwicklungsaufgaben solidarisch und selbstständig zu meistern.
- gewährt Kindern und Jugendlichen Raum zur Formulierung und Aufarbeitung eigener Sorgen und Nöte in einem Gesprächskreis von Gleichaltrigen.
- heißt anderen zu helfen, die Hilfe anderer anzunehmen und Probleme anderer Ernst zu nehmen.
- basiert auf der Entwicklung ritualisierter Gesprächsrunden, in denen Jugendliche und Kinder, moderiert durch Erwachsene, ihre alltäglichen Konflikte und biografischen Themen miteinander konstruktiv und solidarisch diskutieren.



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche-PPC

- **Zielsetzung**
- Jugendlichen einen Raum bieten, indem sie sich angenommen fühlen können und gegenseitiges Vertrauen entwickeln
- wichtigen Themen, Problemen und Sorgen einen Platz geben, wo diese aufgenommen und konstruktiv und fürsorglich behandelt werden
- auch positive Erfahrungen und Erlebnisse miteinander zu teilen
- die sukzessive Übergabe der Moderation und Gruppenleitung an die Peers

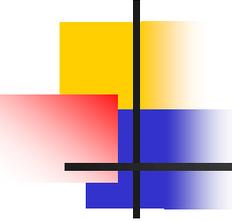


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche-PPC

- **Die Moderatoren**

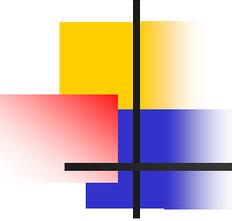
- unterstützen sich in einer kollegialen Fallberatung
- sie haben einen starken Einfluss und steuern durch Nachfragen etc. die Entwicklung der Gespräche
- allerdings übernehmen die Peers schnell und selbständig einzelne Aufgaben der Gesprächsführung (Regeleinhaltung, Redner*innenliste, konkretes Nachfragen, Moderation)
- Ziel ist auch die eigenverantwortliche Gesprächsführung durch die Peers



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Paare und Familien - Mediation

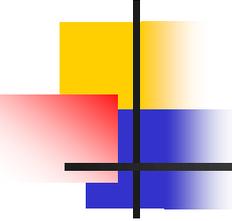
- **Grundsätze eines Mediationsverfahrens**
- Als Ausgangssituation für eine Mediation steht ein Streitkonflikt bzw. eine verhärtete Meinungsverschiedenheit zwischen zwei oder sogar mehreren beteiligten Parteien.
- Mit Hilfe einer dritten, außen stehend Partei, dem Mediator, wird versucht, unter Einbeziehung der Bedürfnisse und Interesse der einzelnen Konfliktparteien, zu einer einvernehmlichen gemeinsamen Vereinbarung zu gelangen.



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Paare und Familien -Mediation

- **Erste Phase**
- Begrüßung, Informationen und Auftragsklärung. Nach einer kurzen Begrüßung werden allen teilnehmenden Personen die wichtigsten Informationen zum Ablauf der Mediation und die Grundsätze der Mediation erläutert. Zudem wird auf die Rolle des Mediators eingegangen
- Gemeinsam wird über Organisationspunkte wie Termine, Kosten und Dauer der Mediation gesprochen und im Abschluss eine Mediationsvereinbarung getroffen sowie der Verlauf der Mediation festgelegt.

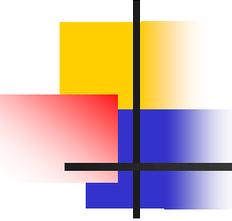


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Paare und Familien -Mediation

- **Zweite Phase**

- Konfliktdarstellung, Ermittlung der Konfliktthemen. In dieser Phase schildert jede einzelne Konfliktpartei allen Beteiligten Ihre Sichtweise.
- Themen und bestehende Konfliktfelder werden zusammengetragen und die zu bearbeitenden Konfliktthemen festgelegt.

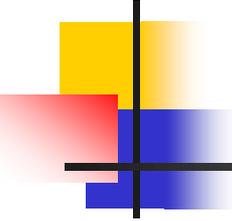


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Paare und Familien -Mediation

- **Dritte Phase**

- Bearbeitung der Konfliktfelder, Aufdecken der Interessen und Bedürfnisse hinter den einzelnen Positionen.
- Wichtig dabei ist die Interessen, Gefühle und Bedürfnisse allen anderen klar zu schildern, umso so bereits erste Lösungsansätze zu schaffen und Licht hinter die bestehenden Konflikte zu bringen

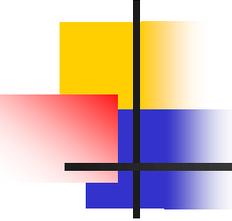


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Paare und Familien -Mediation

- **Vierte Phase**

- Erarbeitung von Konfliktlösungen. Gemeinsam mit allen Konfliktparteien werden verschiedene Lösungswege zu Beilegung des Streites entwickelt.
- Durch spezielles Konkretisieren und Prüfung auf Zweckmäßigkeit und Umsetzungsfähigkeit wird eine gemeinsame Lösung der Konfliktparteien ermittelt, die die Beendigung des Konfliktes ermöglichen soll.

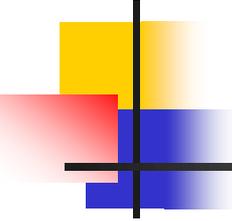


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Paare und Familien -Mediation

- **Fünfte Phase**

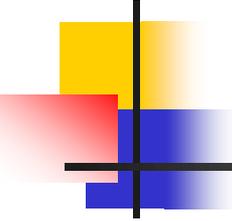
- Zu Beendigung des Mediationsverfahrens wird die gemeinsam durch die Konfliktparteien erarbeitete Lösung in Form einer Lösungsvereinbarung schriftlich festgehalten. Zum Abschluss des Mediationsverfahrens ist es denkbar ein Termin für ein Nachgespräch zu vereinbaren, an dem eine Auswertung hinsichtlich Umsetzung der Vereinbarung erfolgen kann.



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Familien - Familienrat

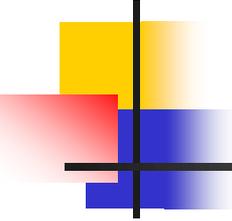
- **Familienrat-fgc (Family Group Conference)** entwickelt in Neuseeland
- Der Familienrat ist ein Angebot für Familien, die ihre und die Zukunft ihrer Kinder (wieder) selbst in die Hand nehmen wollen. Beim Familienrat treffen sich Familie, Freunde, Verwandte, Nachbarn und Bekannte, um ein Problem gemeinsam zu lösen. Dabei entscheidet die Familie selbst, wer am Familienrat teilnehmen soll.



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Familien - Familienrat

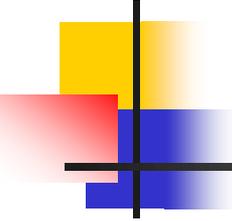
- **Die Durchführung eines Familienrates erfolgt in drei Phasen:**
- **Phase 1 - Informationssammlung**
- Der Auftraggeber des Familienrates (z.B. die Kinder- und Jugendhilfe) stellt seine Sicht des Problems und die damit verbundene Sorge dar. Bei Bedarf können auch Fachleute zur besseren Darstellung der Situation hinzugezogen werden.



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Familien -Familienrat

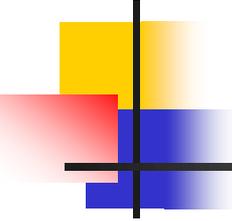
- **Phase 2 - Erarbeiten einer Lösung (Family Only)**
- Nachdem der Koordinator und die Fachleute nach der Informationssammlung den Raum verlassen haben, erarbeiten die TeilnehmerInnen gemeinsam einen Handlungsplan. Damit verbundene Aufgaben für die einzelnen Teilnehmer*innen werden verteilt. Der Koordinator bleibt in dieser Zeit für die Familie erreichbar.



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Familien -Familienrat

- **Phase 3 - Präsentation und Abstimmung**
- Nach Fertigstellung des Handlungsplans kehren die KoordinatorIn und die Auftraggeber zur Familie zurück und der Plan wird vorgestellt. Wenn er ausreichend Schutz für das Kind bietet und geltendem Recht entspricht, wird er, wenn notwendig, detailliert ausgearbeitet und vom Auftraggeber angenommen.

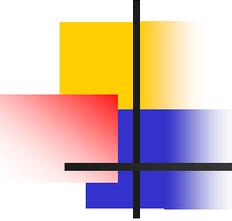


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Familien - Familienrat

■ **Aufgaben de KoordinatorIn**

- Die KoordinatorIn unterstützt die Familie bei der Organisation des Familienrates. Sie ...
- bespricht mit den Familienmitgliedern im Vorfeld, wer am Familienrat teilnehmen soll und nimmt mit diesen Personen Kontakt auf.
- klärt mit der Familie Ort und Zeitpunkt des Familienrates.
- lädt alle Teilnehmer*innen ein, informiert sie über den Ablauf und beantwortet offene Fragen.
- übernimmt die Moderation in der ersten und dritten Phase des Familienrates.

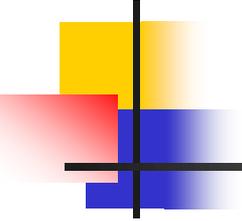


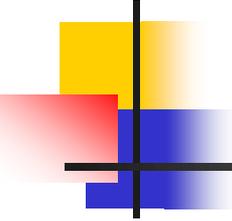
Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- Sieben Säulen der Resilienz
(Reivich/Shatté, 2002, 2013)
- Emotionssteuerung
- Selbstwirksamkeitsüberzeugung
- Impulskontrolle
- Zielorientierung
- Ursachenanalyse
- Empathie
- Realistischer Optimismus/Eigenverantwortung

Praxis der Resilienzförderung

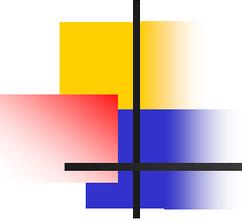
- 
- Personale Ressourcen sind oft gering
 - Familie als soziale Ressource für viele nicht, oder nur marginal vorhanden
 - Daraus folgt eine hohe Bedeutung der ErzieherIn oder der LehrerIn und auch der Peers als soziale Ressourcen für Kinder, die in belasteten Lebenswelten aufwachsen



Praxis der Resilienzförderung in der Schule

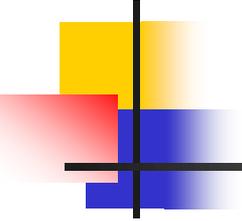
- Einrichtungen für Kinder werden so zu einem Ort, an dem sie Beziehungserfahrungen machen mit kompetenten, fürsorglichen Erwachsenen, die
- Vertrauen fördern,
- Sicherheit vermitteln und sich als
- positive Rollenmodelle zeigen

Praxis der Resilienzförderung



- „unter den am häufigsten angetroffenen positiven Rollenmodellen für belastete junge Menschen ist **eine Lieblingsbetreuer*in**. Die widerstandsfähigen Jungen und Mädchen in den Resilienz-Studien konnten auf wenigstens eine wichtige Person verweisen, die sich für sie interessierte, sie herausforderte und motivierte.“ (Werner, 1997)

Praxis der Resilienzförderung



„Wer Kindern nicht einfach nur mehr Wissen vermitteln, sondern sie zu kompetenten, starken und selbstbewussten Persönlichkeiten erziehen will, muss in Beziehungen denken und Beziehungsfähigkeit fördern!“ (U. Herrmann (Hg.), Neurodidaktik, 2009)

Wege zur Resilienz:

Theoretische Modelle:

Neurobiologie (Joachim Bauer)

- „Die stärkste und beste Droge für den Menschen ist der Mensch!“

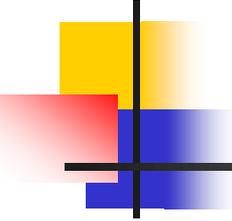
Personen, die durch ihre Zuwendung, durch ihre Anerkennung und Zuneigung unsere Oxytozin-Produktion stimuliert haben, werden mit den erlebten guten Gefühlen im Emotionszentrum des Gehirns abgespeichert.

Wege zur Resilienz:

Theoretische Modelle:

Neurobiologie (Joachim Bauer)

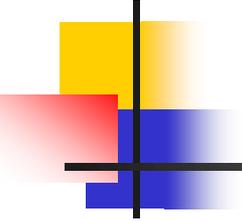
- Voraussetzungen für gelingende Beziehungsgestaltung:
 1. Sehen und Gesehenwerden
 2. Gemeinsamer Blick auf etwas
 3. Emotionale Resonanz
 4. Gemeinsames Handeln
 5. Verstehen von Motiven beim Anderen

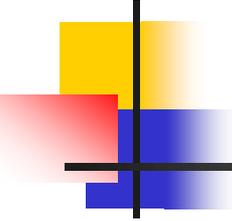


Wege zur Resilienz: Dialogischen Leben (Buber)

- Respekt ohne Bedingungen
- „Schatzsuche statt „Fehlerfahndung“
- Dialogische Haltung statt „diagnostischer Blick auf den anderen
- Den anderen begleiten, statt ihn abholen und irgendwo hinbringen
- Dem anderen „ein Gefährte in seiner inneren Welt werden“

Praxis der Resilienzförderung

- 
- ...“ in vielen Fällen, in denen Kinder in ihren Lebenswelten hohen Belastungen und Entwicklungsrisiken ausgesetzt sind, kann das Heim, die Wohngruppe oder die Schule zu einer zweiten Heimat, zu einem zweiten Zuhause werden und damit zu einem zeitweiligen Zufluchtsort vor einem problembelasteten Elternhaus!“ (vgl. Opp, 2008)

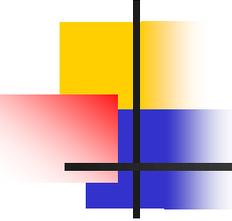


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

Literatur:

- Fingerle, M., Grumm, M. (Hrsg.)(2012). Prävention von Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen. Programme auf dem Prüfstand. München: reinhardt
- Rönna-Böse, M., Fröhlich-Gildhoff, K. (Hrsg.)(2015). Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne. Stuttgart: Kohlhammer
- Gahleitner, S., Hahn, G. (Hrsg.)(2012). Klinische Sozialarbeit. Gefährdete Kindheit-Risiko, Resilienz und Hilfen. Bonn: Psychiatrie-Verlag

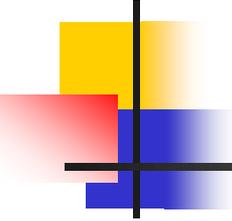


Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

Literatur:

- Manfred Cierpka: *Faustlos - Wie Kinder Konflikte gewaltfrei lösen lernen*. Freiburg im Breisgau 2005
- Andreas Schick: *Ergänzende Materialien zu den Faustlos-Curricula für Grundschule und Kindergarten*. CD-Rom. Heidelberg 2001.
- Omer, H. (2005). *Wachsame Sorge*. Göttingen: V&R
- Barwinski, R. (2016). *Resilienz in der Psychotherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

WWW:

Neue Autorität/Omer: beziehungsaspekte.com
neueautoritaet.at

Faustlos-Programme: faustlos.de

Mediation: oebm.at bmev.de bafm-mediation.de

Positive Peerkultur: positive-peerkultur.de

Familienrat: familienrat-fgc.at familienrat-fgc.de



- Vielen Dank für
Ihr Interesse
und Ihre
Aufmerksamkeit !