

Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Tagung in Gars am Inn 7./8.7.2022

Dr. Georg Kormann



Praxis der Resilienzförderung

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

Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- Einrichtungen für Kinder und Jugendliche können Orte der Langeweile, der sozialen Ausgrenzung und der Angst sein -
- Aber sie können aber auch für viele junge Menschen heute eine wichtige stabilisierende und die Entwicklung schützende Funktion ausüben

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
- **Streitschlichter-Programme** – Mediation an Schulen



Praxis der Resilienzförderung

Programme für Kinder und Jugendliche

- **Vorschulprogramme**

- EFFEKT (Lösel et.al., 2004)

- Erlangen-Nürnberger-Studie

- Ziele:

- Kinderebene: soziale Problemlösung und soziale Kompetenz

- Elternt raining: 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 eignen 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 (Regel Einhaltung, Redner*innenliste, konkretes Nachfragen, Moderation)
- Ziel ist auch die eigenverantwortliche Gesprächsführung durch die Peers

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

„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)

Praxis der Resilienzförderung

Lehrer*innen übernehmen kompensatorische Funktionen als

- Verlässliche Bezugsperson
- Kompetente, fürsorgliche und unterstützende Erwachsene

Fähigkeit zum Beziehungsaufbau als zentrales Element der Lehrerpersönlichkeit

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 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
- Rönnau-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). *Wachsamer Sorge*. Göttingen: V&R



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-meditation.de

Positive Peerkultur: positive-peerkultur.de

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



Wege zur Resilienz- Merkmale einer dialogischen Haltung

- Sicheres Selbstwertgefühl
- „Die Andersheit des Anderen“
- Doppelte Ebene der Begegnung
- Erfolg ist nicht „machbar“
- Letztendliches „Nichtwissen“
- Begrenzte Gültigkeit der Konzepte

Wege zur Resilienz-

Merkmale einer dialogischen Haltung

- Berücksichtigung des Kontextes
- Anerkennung von Differenzen
- Lebenslanger Lernprozess
- Respekt ohne Bedingungen
- Schatzsuche statt Fehlerfahndung

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Den Optimismus stärken
 - Detektiv*in spielen, um das zarteste Pflänzchen Optimismus zu pflegen
 - Alles unterlassen, was Optimismus dämpfen könnte
 - Keine Schüler*in aufgeben!
 - Freuen Sie sich über jede positive Entwicklung trotz ungünstiger Voraussetzung
 - Streuen Sie optimistische Botschaften!

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Die Akzeptanz stärken
 - Die Schüler*innen ohne Wenn und Aber akzeptieren, wo nötig sie zurechtweisen, aber ihnen immer Wertschätzung und Respekt entgegenbringen
 - Situationen der Kränkung und der Ablehnung fallen jedem Menschen schwer, Ihre Schüler*innen brauchen ihre Unterstützung
 - Akzeptanz zu lernen erfordert Geduld
 - Seien Sie nachsichtig mit kindlicher und iuaendlicher Unaeduld!

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Die Lösungsorientierung fördern
 - Lösungsorientierung als Kernkompetenz nicht nur bei schulischen Aufgaben, sondern auch für die gesamte Lebenswirklichkeit
 - Weg der „kleinen Schritte“
 - Ideenkorb, Brainstorming ohne Bewertung lassen zunächst auch „verrückte Ideen“, „Träume“ zu
 - Unterstützung leisten bei passenden Umsetzungsschritten

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Selbstverantwortung fördern
 - Entscheidungsmöglichkeiten gewähren, Anregungen und Wünsche einbeziehen
 - Keine "Übersorgung", sondern eine „offene Türe“ für Fragen
 - Aufmerksam bleiben, wenn eine Schüler*in sich in eine Opferrolle verrennt („ Ich kann es einfach nicht, das schaffe ich doch nie!“)
 - „Was genau schaffst du nicht?“, „Was könntest du tun?“, „Was brauchst du dazu?“ , „Wer könnte dir helfen?“

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Selbstregulierung fördern
 - Ermutigung zur Wahrnehmung der Gefühle
 - Unterstützung beim Weg, ohne Nachteile für sich und andere mit den eigenen Gefühlen von Angst, Ärger, Wut umgehen zu können
 - Förderung von Stressbewältigungstechniken: Bewegung, Entspannung, Atemübungen und Trance.
 - Erholsame Pausengestaltung anregen und fördern

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Die Gestaltung positiver Beziehungen vermitteln
 - Konfliktfähigkeit stärken
 - Für eine positive Lernatmosphäre sorgen
 - In Grundhaltungen der Kommunikation einführen
 - Schüler*innen unterstützen, ihr eigenes Wertesystem kennenzulernen
 - Respektvoller Umgang , „Gleichwürdigkeit“ in der Beziehung
(vgl. [Jesper Juul](#), dänischer Lehrer)

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

- Die Zukunftsgestaltung der Kinder fördern
 - Die Verbindung von Gegenwart und Zukunft verdeutlichen
 - Abwertungen und negative Prognosen vermeiden
 - Vorbereitung auf Rückschläge und Enttäuschungen auf dem Weg
 - Beispiele, wie Blockaden überwunden und Hindernisse aus dem Weg geräumt werden können
 - Hoffnung auf Zukunft vermitteln

Resilienz in der Schule

M. Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen, 174-186

„Sie müssen sowohl für sich als auch für die Stärkung der Resilienz bei Ihren Schüler*innen nicht alles „richtig“ machen. Wenn sie hier und da Optimismus stärken, Akzeptanz ermöglichen und Selbstverantwortung verdeutlichen, ist viel erreicht...

Wenn Sie die Kunst der Ermutigung und Stärkung für sich selbst und für Ihre Schüler*innen nutzbar machen können, können Sie darauf vertrauen, dass dadurch etwas Positives in die Welt kommt. Und das kann ansteckend sein...“ (M. Gruhl)



- Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit !