



# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Resilienz - Was Kinder stark macht*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



## F.21

### Entwicklung und Sozialisation

# Resilienz – Was Kinder stark macht

Ulrike Rader



© FamVeld/Stock/Getty Images Plus

Lange Zeit dominierte in der Entwicklungsforschung der Defizitansatz. Ausgehend von den Ursachen für eine negative Entwicklung suchte man Leitlinien für eine gelingende Erziehung zu entwickeln. Die Resilienzforschung geht umgekehrt vor. Sie schaut, was Kinder stark macht. Warum gelingt es manchen, sich trotz schwierigster Entwicklungsbedingungen zu psychisch gesunden Menschen zu entwickeln? Dieser Paradigmenwechsel öffnet in der Pädagogik den Weg vom traditionellen Blick auf Defizite hin zu einem kompetenz- bzw. ressourcenorientierten Ansatz.

---

#### KOMPETENZPROFIL

<b>Klassenstufe:</b>	Jahrgangsstufen 10–13
<b>Kompetenzen:</b>	theoretische Ansätze darlegen und vergleichen; Hypothesen entwickeln und überprüfen; Texte interpretieren; Fallbeispiele analysieren; pädagogische Maßnahmen entwickeln und erörtern
<b>Methoden:</b>	Textanalyse; Fallanalyse; Conceptmap erarbeiten; Internetrecherche; Präsentation; kooperatives Lernen; Erörterung; Diskussion
<b>Thematische Bereiche:</b>	Entwicklung und Sozialisation in Kindheit und Jugend; Resilienz versus Vulnerabilität; Bindung; Urvertrauen; Risiko- und Schutzfaktoren; pädagogische Prinzipien und Programme
<b>Medien:</b>	Fallanalysen; wissenschaftliche und populärwissenschaftliche Texte; Bild; Filmausschnitt; (Internet-)Recherche
<b>Fachübergreifend:</b>	Pädagogik, Psychologie, Soziologie (resiliente Gesellschaften)

---

## Inhaltsverzeichnis

<b>M 1</b>	<b>Einstieg: Was versteht man unter Resilienz?</b>	<b>11</b>
	M 1a Was ist Resilienz? – Fallbeispiele erörtern	11
	M 1b Wie alles begann – Die Kauai-Studie von Emmy Werner	13
	M 1c Wie definiert man Resilienz?	14
<b>M 2</b>	<b>Was sind die Charakteristika von Resilienz?</b>	<b>15</b>
	M 2a Was sind mögliche Schutzfaktoren? – Empirische Ergebnisse	15
	M 2b Amys Geschichte – Ein Fallbeispiel	17
	M 2c Schutz- und Risikofaktoren – Eine Grafik analysieren	19
<b>M 3</b>	<b>Auf den Anfang kommt es an</b>	<b>19</b>
	M 3a Still-Face-Experiment	19
	M 3b Alice Miller: Säuglinge brauchen „Spiegelung“	20
	M 3c Bruno Bettelheim: „Die Geburt des Selbst“	20
<b>M 4</b>	<b>Ein guter Start ins Leben – Urvertrauen</b>	<b>21</b>
	M 4a Eriksons Theorie der psychosozialen Entwicklung – Urvertrauen	21
<b>M 5</b>	<b>Gute Bindungen geben Halt – Ergebnisse der Bindungsforschung</b>	<b>23</b>
	M 5a „Mit einem Jahr schon Pokerface“	23
	M 5b „Gute Bindungen machen selbstständig“	24
	M 5c Eine Bildgeschichte interpretieren	26
<b>M 6</b>	<b>Bedingungen einer Resilienz-fördernden Erziehung</b>	<b>27</b>
	M 6a „Mehr Respekt für die Kleinen“ von Christoph Schrader	27
	M 6b Die fünf Säulen einer guten Erziehung	30
	M 6c Wir erstellen eine Conceptmap	33
<b>M 7</b>	<b>Pädagogische Konsequenzen – Wie gelingt die Förderung von Resilienz?</b>	<b>34</b>
	M 7a Erziehungsziele und pädagogische Maßnahmen im Kindergarten	34
	M 7b Programme zur Förderung von Resilienz im Kita- und Schulbereich	38
<b>M 8</b>	<b>Klausur</b>	<b>39</b>

## Resilienz – Was Kinder stark macht

### Fachliche Einordnung

Resilienzforschung schaut nicht darauf, was Menschen krank macht. Sie untersucht, was Menschen stark macht – trotz schlechter Entwicklungsbedingungen oder schwerwiegender Traumata in Kindheit, Jugend oder Erwachsenenalter. Damit leitet die Resilienzforschung einen **Paradigmenwechsel** ein in Psychologie und Pädagogik. Es geht um Ressourcen-, nicht um Defizitorientierung. Nicht im Umkehrschluss von defizitärer Entwicklung werden pädagogische Maßnahmen entwickelt. Aus der Beobachtung von Menschen, die in sich gefestigt sind, sich nach Schicksalsschlägen schnell wieder erholen und ihr Leben eigenständig in die Hand nehmen, werden pädagogische und therapeutische Maßnahmen erarbeitet.

Die erste Wissenschaftlerin, die diese seelische Widerstandsfähigkeit entdeckte, war die Entwicklungspsychologin Emmy Werner. Auf der Hawaii-Insel Kauai führten sie und ihr Team eine Langzeitstudie durch. Untersucht wurden Kinder des Geburtsjahrgangs 1955 von der pränatalen Entwicklungsperiode an sowie im Alter von 1, 2, 8, 10, 32 bis zum 40. Lebensjahr. Dabei fand Emmy Werner heraus, dass ein Drittel der Kinder, die unter schwierigsten Entwicklungsbedingungen wie Komplikationen bei der Geburt, Armut, Krankheit der Eltern, Vernachlässigung, Gewalt in der Familie, Misshandlung, niedrigem Bildungsstand der Eltern etc. aufwuchsen, sich trotzdem zu gesunden, emotional stabilen und erfolgreichen Erwachsenen entwickelte. Das war der Beginn der Resilienzforschung. Im Fokus standen fortan folgende Fragen: Warum richten sich manche Menschen nach einem Schicksalsschlag bald wieder auf, während andere an denselben Umständen zerbrechen? Über welche Ressourcen verfügt ein resilienter Mensch? Und wie kann man diese fördern?

Resilienz bezeichnet die **psychische Widerstandskraft** von Menschen, die sich nicht so leicht aus dem seelischen Gleichgewicht bringen lassen. Gemeint ist die Fähigkeit, schwierige Lebensbedingungen oder Schicksalsschläge zu überwinden, ohne daran zu zerbrechen. Untersucht man die Ressourcen dieser Menschen, stößt man auf die Bedeutung der **Bindung** (vgl. John Bowlby). Fast alle resilienten Menschen hatten in ihrer Kindheit oder später mindestens eine liebevolle Bezugsperson, die ihnen Struktur und Halt verlieh. Sie vermittelte ihnen Zuversicht und Selbstvertrauen. Das sind im günstigsten Fall die Eltern, die ihrem Kind schon früh **Urvertrauen** (vgl. Erik H. Erikson) in sich selbst und die Welt vermitteln und ihnen bei der Bewältigung lebensgeschichtlicher Entwicklungskrisen helfen. Es können aber auch andere Bezugspersonen sein. Klaus Hurrelmann nennt dies personale und soziale Ressourcen. Sie sind notwendig, damit Jugendliche Entwicklungsaufgaben produktiv bewältigen können.

Mittlerweile befasst sich die Resilienzforschung auch mit Gruppen, Familien, Unternehmen, Teams, Vereinen, Organisationen, Subpopulationen und Gesellschaften. Als Erster beschäftigte sich der US-amerikanische Anthropologe Roy A. Rappaport<sup>1</sup> mit der Fähigkeit von Gesellschaften, „externe Störungen zu verkraften, ohne dabei ihre wesentlichen Systemfunktionen zu verändern“<sup>2</sup>. Bereits 1967, als er Stammesgesellschaften der Papua untersuchte und feststellte, dass diese durch ihre Rituale ihr Ökosystem und damit ihre Ernährungsgrundlage erfolgreich regulierten, verwendete er den Begriff „Resilienz“ im soziologischen Sinne.

Seit Ende der 90er-Jahre findet der Resilienzbezug auch im Kontext von Unternehmenskultur Anwendung. Untersucht wird, welche Voraussetzungen eine Organisation erfüllen muss, um unvorhergesehene Krisensituationen konstruktiv zu meistern. In den Blick genommen werden sogenannte High Reliability Organizations, d. h. Institutionen, die oft in einem unklaren und krisenhaften Umfeld

<sup>1</sup> Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz\\_\(Soziologie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Resilienz_(Soziologie)).

<sup>2</sup> Ebenda.

agieren, wie z. B. Militär oder Feuerwehr. Als eine von mehreren wichtigen Bedingungen für resiliente Unternehmen und Institutionen erweist sich „eine Fehlerkultur, die sich nicht auf Schuldzuweisungen beschränkt, sondern aktiv nach Fehlerquellen sucht, um aus ihnen für die Zukunft zu lernen.“<sup>3</sup> Aktuell findet die Resilienzforschung Anwendung in Bezug auf Geflüchtete, die vor und während ihrer Flucht schwerwiegende **Traumata** erlebt haben und nun in ihrer neuen Umgebung damit zurechtkommen müssen. Das Gleiche gilt auch für ehemalige Soldatinnen und Soldaten, die, zurück in der Heimat, traumatische Kriegserlebnisse zu verarbeiten haben. In diesem Zusammenhang sind die Traumaforschung und entsprechende Therapieansätze von Bedeutung.

Auch im Kontext **interkultureller Pädagogik** kann der Bezug zum Resilienzkonzept sinnvoll sein. Nur wer über Selbstbewusstsein verfügt, selbstreflektiert ist, ein Bewusstsein von Selbstwirksamkeit hat sowie Verantwortungsbereitschaft auf der Basis von Wertschätzung, Empathie und gegenseitiger Akzeptanz zeigt, vermag Unterschiede und Vielfalt zu akzeptieren und Konflikte gewaltlos zu lösen. Er muss andere nicht abwerten, um ein eigenes Selbstbewusstsein aufzubauen (vgl. Heitmeyer). Was resiliente Persönlichkeiten schützt, hilft zugleich, ein soziales Miteinander zu gestalten.

„Resilienz“ ist inzwischen auch zu einem Schlüsselbegriff in der Vermarktung kommerzieller Angebote geworden. Auch im Fitness- und Wellnessbereich wird mittlerweile oft von Stärkung der Resilienz gesprochen. Unternehmen bieten ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern inzwischen Resilienztrainings an. Ziel ist jedoch oftmals, die Effizienz zu steigern und Burn-out zu verhindern. Neurobiologen und Hirnforscher untersuchen, ob und wie genetische oder biologische Faktoren wie beispielsweise Neurotransmitter<sup>4</sup> die Resilienz bzw. Vulnerabilität eines Menschen beeinflussen. Obgleich sich bisher noch keine eindeutigen Ursachenzusammenhänge nachweisen ließen, lässt sich feststellen, welche hormonellen Prozesse bei Stress, beispielsweise in traumatischen Situationen, das psychische Gleichgewicht beeinflussen. Das Stresshormon Kortisol spielt dabei eine ebenso große Rolle wie das sogenannte Glückshormon Serotonin. Die medizinische Forschung entwickelte Medikamente, die den Serotoninspiegel beeinflussen.

## Weiterführende Literatur

- ▶ **Bohn, Irina (Hrsg.):** „Resilienz – Was Kinder aus armen Familien stark macht“. Dokumentation der Fachtagung am 13. September 2005 in Frankfurt am Main, Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik. Zu finden unter:  
[http://www.forschungsnetzwerk.at/downloadpub/doku\\_ft\\_resilienz\\_2006\\_09.pdf](http://www.forschungsnetzwerk.at/downloadpub/doku_ft_resilienz_2006_09.pdf)  
Diese Sammlung von Aufsätzen enthält mehrere Programme zur Förderung von Resilienz im Vorschul- und im Primarbereich.
- ▶ **Damrow, Miriam K.:** *Sexueller Kindesmissbrauch. Eine Studie zu Präventionskonzepten, Resilienz und erfolgreicher Intervention.* Juventa Verlag, Weinheim/München 2006.  
Der vorliegende Band bietet eine kritische Diskussion und eine differenzierte Analyse bestehender Präventionsprogramme gegen sexuellen Kindesmissbrauch. Darüber hinaus präsentiert er ein eigenes Interventionsprogramm.

<sup>3</sup> Ebenda.

<sup>4</sup> Neurotransmitter sind Botenstoffe von Nervenzellen, mit denen die (präsynaptischen) elektrischen Signale eines Neurons an einer Synapse im Gehirn in chemische Signale umgebildet werden, die bei der nachgeordneten Zelle wieder (postsynaptische) elektrische Signale hervorrufen können.

- ▶ **Dick, Stanislaw:** *Robuste Seelen. Warum einige Kinder aus schwierigen Verhältnissen dennoch zu zuversichtlichen, selbstsicheren und leistungsfähigen Erwachsenen werden.* In: *Frankfurter Rundschau* vom 03.12.2002. Zu finden unter:  
<https://www.fr.de/sport/sport-mix/robuste-seelen-11732164.html>.  
Warum einige Kinder aus schwierigsten Verhältnissen dennoch zu zuversichtlichen, selbstsicheren und leistungsfähigen Erwachsenen werden, untersucht Dick in diesem Artikel und bietet damit eine gute Einführung in das Thema.
- ▶ **Dogs, Christian Peter; Poelchau, Nina:** *Gefühle sind keine Krankheit. Warum wir sie brauchen und wie sie uns zufrieden machen.* Ullstein Verlag, Berlin 2017.  
Für Christian Peter Dogs gehören Gefühle und Resilienz eng zusammen. In seinem Buch schildert er anhand von Fällen, wie Menschen die Resilienz abhandenkommt und mit welchen therapeutischen (oft überraschenden) Methoden er sie wieder stärkt.
- ▶ **Nuber, Ursula:** *Resilienz: Immun gegen das Schicksal?* In: *Psychologie heute*, Ausgabe September 2005. Beltz Verlag, Weinheim. S. 20–24.  
Lange konzentrierten sich Gesundheitsexperten auf die negativen Folgen traumatischer Erlebnisse, schlimmer Kindheitserfahrungen und zerrütteter Familien. Doch in den letzten zwei Jahrzehnten änderte sich die Blickrichtung. Immer mehr Studien belegen: Menschen sind keine Marionetten des Schicksals. Viele entwickeln sich positiv – trotz oder gerade wegen widriger Umstände. Ursula Nuber bietet eine gute, überblicksartige Einführung in das Thema.
- ▶ **Opp, Günther; Fingerle, Michael (Hrsg.):** *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz.* Ernst Reinhardt Verlag, München 2007.  
In diesem Sammelband stellen die Autorinnen und Autoren Ergebnisse aus der Resilienzforschung vor und entwickeln daraus (heil-)pädagogische Interventionsansätze zur Stärkung entwicklungsgefährdeter Kinder.
- ▶ **Planet Wissen.** *Sendung vom 02.03.2020 (59:14 Min.), verfügbar bis 02.03.2025.* SWR. Zu finden unter:  
<https://www1.wdr.de/mediathek/video-resilienz--was-die-seele--stark-macht-100.html>.  
Weniger als Einstieg, besser am Ende der Reihe verwendbar, um die erarbeiteten Ergebnisse mit der Sendung zu vergleichen.
- ▶ **Wustmann, Corina:** *Das Konzept der Resilienz und seine Bedeutung für das pädagogische Handeln*, S. 6–14. In: *Bohn, Irina (Hrsg.): „Resilienz – Was Kinder aus armen Familien stark macht“.* Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik, Frankfurt am Main 2005.  
Gute Einführung in die wichtigsten Aspekte der Resilienzforschung und daraus abgeleitete pädagogische Maßnahmen.
- ▶ **Wustmann, Corina:** *Die Blickrichtung der neueren Resilienzforschung. Wie Kinder Lebensbelastungen bewältigen.* In: *Zeitschrift für Pädagogik* 51 (2005). S. 192–206.  
Die Resilienzforschung untersucht, warum manche Kinder sich im Gegensatz zu anderen trotz widrigster Lebensumstände positiv entwickeln. Was diese Kinder so „stark“ macht, dass sie Lebensbelastungen wie Armut, Arbeitslosigkeit der Eltern oder Migration erfolgreich meistern können, und wie wir Kinder darin unterstützen können, solche entscheidenden Bewältigungskompetenzen zu entwickeln, das diskutiert Corina Wustmann in diesem Artikel.
- ▶ **Zander, Margherita:** *Armes Kind – starkes Kind? Die Chance der Resilienz.* VS, Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden 2008.  
Aufwachsen in Armut ist ein zentrales Entwicklungsrisiko für Kinder. Dieses Buch gibt eine fundierte Begründung, wie sich das Resilienzkonzept auf Kinder und Familien in Armutslagen übertragen und anwenden lässt.

## Didaktisch-methodisches Konzept

### Vorgehen der Einheit

Im Fokus der vorliegenden Unterrichtsreihe stehen zwei Fragen: Was macht Kinder bzw. Erwachsene stark? Und welchen Beitrag können die Sozialisationsinstanzen Familie, Kita, Schule sowie außerschulische Institutionen (präventiv) leisten, damit Menschen sich psychisch gesund entwickeln? Um dies zu untersuchen, werden im Rahmen dieser Reihe sowohl Fallbeispiele als auch theoretische Texte herangezogen. In den Blick genommen werden innere und äußere Schutzfaktoren ebenso wie Vulnerabilitäts- und Risikofaktoren, um daraus Schlussfolgerungen für eine Resilienz-fördernde Erziehung und Entwicklung abzuleiten. Dabei orientiert sich die Reihe an folgenden Leitfragen:

- Was versteht man unter Resilienz?
- Was macht einen resilienten Menschen aus?
- Wie kann man Kinder in ihrer Entwicklung so unterstützen, dass sie sich zu seelisch widerstandsfähigen Menschen entwickeln und damit die Unbilden des Lebens besser bewältigen und an ihnen wachsen können?

Untersucht werden in diesem Zusammenhang auch unterschiedliche Erziehungsstile. Im Fokus stehen die fünf Säulen einer guten Erziehung von Sigrid Tschöpe-Scheffler ebenso wie primäre Erziehungspersonen (Lernen am Modell, vgl. Albert Bandura) und die Entwicklung entsprechender Copingstrategien. Auf die Resilienzforschung in Bezug auf Gesellschaften und ihre Subkulturen etc. wird in dieser Einheit nicht eingegangen. Gearbeitet wird mit einer Bildergeschichte und einem Filmbeitrag. Eigene (Internet-)Recherchen werden empfohlen.

### Didaktische Einbettung der Reihe

Die vorliegende Unterrichtsreihe ist vielseitig einsetzbar:

- In der Einführungsphase geht es u. a. um die Themen: Was ist Erziehung?, Erziehungsziele und -stile, das erste Lebensjahr, Bindung und selbstständige „Bildung von Anfang an“ und damit um das Bild vom Kinde. Deutlich wird, dass eine „gute“ Erziehung Resilienz fördert. Weder autoritäre Dominanz noch Überbehütung, ebenso wenig wie einfaches Lauflassen fördern die Selbstwirksamkeit und Autonomie des Kindes und späteren Erwachsenen.
- Sinnvoll erscheint ein Einsatz auch in Qualifikationsphase 1, im Anschluss an die Betrachtung der psychosexuellen Entwicklung nach Sigmund Freud sowie Erik H. Eriksons psychosozialer Phasen. Die beste Grundlage für Resilienz bietet nach Erikson die positive Bewältigung der ersten Krise: Urvertrauen versus Urmisstrauen.
- Denkbar ist auch ein Einsatz am Ende der Qualifikationsphase 2 als Zusammenführung vieler Theorien, die sich mit Entwicklung und Sozialisation, Bildung und Identität, Kindheit und Jugend(krisen), mit der Aufgabe von Kindertagesstätten und Schulen sowie mit Prävention und Intervention bei Depression, Regression oder Aggression und Gewalt von Kindern und Jugendlichen beschäftigen.

*Inhaltliche Schwerpunkte: Stichwort „Urvertrauen bilden“*

Hilfreich, aber nicht unbedingt notwendig ist es, wenn das Modell der psychosozialen Entwicklung nach Sigmund Freud sowie das Modell der psychosozialen Entwicklung nach Erik H. Erikson vor Nutzung dieser Materialien bereits behandelt wurden. Wird die Einheit in der Einführungsphase eingesetzt, sollte zumindest die erste Phase nach Erikson „Urvertrauen versus Urmisstrauen“ erarbeitet worden sein. Denn Urvertrauen ist eine wesentliche Basis einer resilienten Persönlichkeit. Eriksons erste Phase „Urvertrauen versus Urmisstrauen“ ist vergleichbar mit Freuds oraler Phase.

Doch während nach Freud Kindheit mehr oder weniger „Schicksal“ ist und Defizite in der Kindheit die Grundlage neurotischer und psychotischer Störungen bilden, ist nach Erikson die positive Bewältigung einer früheren Krise im Entwicklungsverlauf auch noch später möglich, selbst wenn die vorhergehende Entwicklungsphase nicht optimal verlief.

Voraussetzung für Urvertrauen ist eine sichere Bindung zu den ersten Bezugspersonen. Nicht zwangsläufig muss diese Person ein Elternteil sein. Waren die Eltern zu einem solchen Fürsorgeverhalten nicht in der Lage, gaben in der Kauai-Studie häufig die Großeltern, Nachbarn oder andere Bezugspersonen den Kindern Orientierung, Schutz und Anerkennung. Wichtig ist, dass es eine Bezugsperson gibt, die soziale Unterstützung und emotionale Wärme sowie Fürsorge bietet. Deshalb informiert diese Einheit darüber, wie sich sichere bzw. unsichere Bindung auf Kinder auswirkt. In den meisten Studien hat sich hier ein Beziehungsmuster als protektiv bewährt, das sich durch Wertschätzung, Respekt und Akzeptanz dem Kind gegenüber auszeichnet.

*Inhaltliche Schwerpunkte: Stichwort „Erziehungsstile“*

Ein Resilienz-fördernder Erziehungsstil ist geprägt von emotionaler Wärme, Achtung und Respekt, Kooperation, Struktur und Verbindlichkeit, aber auch klarer Grenzsetzung sowie allseitiger Förderung. Dieser Stil bildet die Grundlage für eine Entwicklung zu selbstständigen und selbstbewussten Menschen, die sozial und hilfsbereit sind, Hilfe annehmen und für sich selbst sorgen können. Wurden die Erziehungsstile in der Einführungsphase noch nicht thematisiert, ist jetzt ein geeigneter Zeitpunkt. Die fünf Säulen einer guten Erziehung von Tschöpe-Scheffler werden hier deshalb noch einmal referiert. Darauf aufbauend geht es um Risiko- und Schutzfaktoren in der Entwicklung, um die Frage, was Kinder stark macht, um Lebenskrisen erfolgreich bewältigen zu können.

*Inhaltliche Schwerpunkte: Stichwort „Selbstwirksamkeit“*

Neben der Familie haben auch die Sozialisationsinstanzen Kindergarten und Schule großen Einfluss auf die Entwicklung von Kindern. Sie fördern die Erfahrung von Selbstwirksamkeit, welche notwendig ist bei der Bewältigung von Lebenskrisen. Dieses Wissen nutzt auch die Sozialpädagogik, wenn sie Kinder und Jugendliche unterstützt, die so negative Erfahrungen mit Erwachsenen gemacht haben, dass sie keinem Menschen mehr vertrauen. Im Extremfall werden Kinder und Jugendliche in Bootcamps oder bei länger dauernden Auslandsaufenthalten mit erlebnispädagogischen Maßnahmen konfrontiert, damit sie ihre Stärken wiederfinden bzw. entwickeln und so ihren Selbstwert steigern können. Des Weiteren gibt es auch präventive pädagogische Konzepte. „Balu und Du“ ist ein außerschulisches Programm für Grundschulkindern. Hier fungiert ein größeres Kind als eine Art fürsorglicher Mentor für ein verunsichertes oder vernachlässigtes Kind. „Faustlos“ ist ein Programm, das sich an Kindergärten und Grundschulen richtet. Es fördert Empathie, Impulskontrolle und Kooperation als Alternative zu gewalttätigem Verhalten. Ebenso erwähnenswert ist das Programm von Lions-Quest „Erwachsen werden“, das die Persönlichkeit sowie soziale, emotionale und kommunikative Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern der Klassen 5 bis 9 durch Übungen spielerisch unterstützt. Darüber hinaus werden das Miteinander im Klassenverband, das Klassenklima und damit auch die Lernerfolge der einzelnen Schülerinnen und Schüler verbessert.

*Mögliche Anbindung an andere erziehungswissenschaftliche Themen*

Das Thema Resilienz lässt sich auch im Zusammenhang mit der Erarbeitung anderer erziehungswissenschaftlicher Themen sinnvoll einbinden. So benötigt ein Jugendlicher nach Klaus Hurrelmann personale und soziale Ressourcen, um Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Im Anschluss an die Bearbeitung von Hurrelmanns Theorie der produktiven Realitätsverarbeitung kann man dann im Sinne eines Spiralcurriculums auf die Ergebnisse der Resilienzforschung zurückgreifen.

Aufgreifen lässt sich das Thema Resilienz auch bei einer Analyse des pädagogischen Konzeptes der Reformpädagogin Maria Montessori. Ihr Konzept der Selbstständigkeit des Kindes bei der Entdeckung der Welt soll die Selbstwirksamkeit des Kindes stärken, wenn es unabhängig von der Belehrung durch Erwachsene nach seinem eigenen Rhythmus lernt. Montessori spricht in diesem Zusammenhang von einem „inneren Bauplan“, dem das Kind folgt. Wenn es sich freiwillig mit einer Sache beschäftigt und sich kognitive Zusammenhänge (vgl. auch Jean Piaget) aneignet, kommt es ihrer Ansicht nach zu einer „Polarisation der Aufmerksamkeit“. Sie geht davon aus, dass positive Konzentrationserlebnisse nicht nur Einfluss auf die Leistungsmotivation, sondern auch auf das Selbstbild des Kindes und dessen Sozialverhalten haben. Die Auseinandersetzung mit Aufgaben, denen sich das Kind gewachsen fühlt, kann Angst- und Ohnmachtsgefühle erheblich lindern.

Eine ähnliche Richtung verfolgt das Bildungskonzept von Gerd E. Schäfer<sup>5</sup>. Er plädiert dafür, dass Kinder von Beginn an eigene Wege gehen dürfen bei der Entdeckung der (Um-)Welt. Bildung ist für ihn wesentlich „Selbstbildung“. Das Kind eignet sich die Welt von Anfang an selbst an, in seinem Tempo und mit seinen Erfahrungen. Das heißt nicht, dass Eltern und Kita den Kindern nicht die entsprechenden Lern- und Experimentiermöglichkeiten anbieten sollen.

Im Bereich der weiterführenden Schulen lassen sich Bezüge zum Konzept der Just Community School von Lawrence Kohlberg herstellen. Denn hierbei geht es nicht nur um die Förderung von moralischem Bewusstsein und Handeln, sondern durch die Bereitstellung eines demokratischen und fürsorglichen Kontextes auch um die Förderung von Selbstständigkeit und damit Selbstwirksamkeit sowie Verantwortungsbewusstsein und prosozialem Verhalten.

Allen diesen pädagogischen Theorien ist ein Bild vom Kind gemeinsam, das sich durch Aktivität, Explorationsdrang, Autonomie(bestreben) sowie durch die Fähigkeit zu sozialer und moralischer Kompetenz auszeichnet. Diese Bezüge lassen sich im Nachhinein herstellen. Sie sind aber nicht Teil der vorliegenden Unterrichtsreihe.

### Wo können Sie weiterdenken?

Die meisten psychologischen und pädagogischen Texte stammen aus den 90er- und Nullerjahren. Das heißt aber nicht, dass die Frage, was Kinder stark macht, veraltet ist. Schon in Märchen- oder Kinderbüchern werden resiliente Kinder und ihre Strategien vorgestellt. Schneewittchen, die Pechmarie aus Frau Holle oder die Gänsemagd aus Grimms Märchen dienen als Vorbild. Sie alle erlitten in Kindheit und Jugend Unrecht und Leid. Sie mussten lange Wege zurücklegen, bevor sie ihren Prinzen heiraten und mit ihm glücklich bis ans Ende ihrer Tage leben durften. Auch Donald Duck gerät immer wieder in Schwierigkeiten und gibt doch nie auf. Auch Pippi Langstrumpf wächst ohne Mutter auf, der Vater ist weit weg. Aber auch sie führt ein selbstbestimmtes Leben. Aus neuerer Zeit ist die Geschichte von Harry Potter zu nennen. Er wächst bei Pflegeeltern auf, die ihn nicht lieben. Er wird immer wieder mit dem Tod bedroht, gibt nicht auf und siegt am Ende über das Böse. Ist Zeit, kann man eine Reihe über Märchen<sup>6</sup> und Kinderbücher anfügen.

<sup>5</sup> Neurotransmitter sind Botenstoffe von Nervenzellen, mit denen die (präsynaptischen) elektrischen Signale eines Neurons an einer Synapse im Gehirn in chemische Signale umgebildet werden, die bei der nachgeordneten Zelle wieder (postsynaptische) elektrische Signale hervorrufen können.

<sup>6</sup> Vgl. Bettelheim, Bruno: Kinder brauchen Märchen. dtv, München 1980.

### Hinweise zu den Materialien

<p>Zu Beginn der Einheit werden drei Zugänge angeboten. Diese finden hintereinander oder auch je für sich Einsatz. Ausgehend von Fallbeispielen stellen die Lernenden zunächst Hypothesen auf, was Kinder stark macht. Wie gelingt es ihnen, Krisen zu bewältigen? Anschließend werden die Ergebnisse der Kauai-Studie von Emmy Werner vorgestellt. Rund ein Drittel der Kinder, die unter schlechten familiären und ökonomischen Verhältnissen aufwuchsen, entwickelte sich trotzdem zu psychisch stabilen Erwachsenen. Warum gelang ihnen dies und anderen Kindern nicht? Eingeleitet wird der Perspektivenwechsel in Psychologie und Pädagogik von der Defizit- zur Ressourcenorientierung. Anschließend werden unterschiedliche Definitionen von Resilienz vorgestellt. Die Lernenden erarbeiten eine eigene Definition, welche im Folgenden die gemeinsame Arbeitsgrundlage bildet.</p>	M 1
<p>Im zweiten Teil werden die Charakteristika von Resilienz anhand empirischer Ergebnisse präsentiert. Erarbeitet werden personale, familiale und soziale Ressourcen, die Resilienz stärken können. In M 2b prüfen die Schülerinnen und Schüler anhand eines Fallbeispiels, ob und inwiefern man anhand der zuvor erarbeiteten Kriterien von einer resilienten Persönlichkeit sprechen kann. M 2c lädt ein, Schutz- und Risikofaktoren zu reflektieren. Gelten sie generell? Inwieweit hängen sie voneinander ab? Deutlich wird, dass Entwicklungsaufgaben in Form besonderer Belastungen und entsprechende Bewältigungsstrategien zu neuen Ressourcen werden können. Eine Grafik visualisiert den Zusammenhang von Krisen, Bewältigungsstrategien, Schutz- und Risikofaktoren. Personale und soziale Schutzfaktoren werden in ihrem Zusammenwirken herausgearbeitet.</p>	M 2
<p>Die Materialien M 3 bis M 5 offerieren mögliche Exkurse. M 3 stellt die Ergebnisse der Bindungsforschung vor. Der Einstieg gelingt über ein Still-Face-Experiment (M 3a). M 3b und M 3c erläutern den entwicklungspsychologischen Hintergrund dieses Experiments. Beide Texte, sowohl der Auszug über die von Alice Miller postulierte notwendige Befriedigung des narzisstischen Bedürfnisses des Säuglings nach Spiegelung durch die Mutter als auch die These von der „Geburt des Selbst“ durch bedingungsloses Eingehen auf die Bedürfnisse des Babys von Bruno Bettelheim (M 3c) basieren auf der psychoanalytischen Theorie Sigmund Freuds. Während M 3b und M 3c Originaltextauszüge sind, wird das Still-Face-Experiment durch ein dreiminütiges Video präsentiert, das von Dr. Edward Tronick, einem US-amerikanischen Entwicklungspsychologen, kommentiert wird.</p>	M 3
<p>M 4 führt den Begriff des „Urvertrauens versus Urmisstrauens“ nach Erik H. Erikson ein. Dieses Konzept des Urvertrauens als notwendige Bedingung für eine psychisch gesunde Entwicklung des Kindes, ja Grundlage eines lebenslangen positiven Grundgefühls von Selbstwirksamkeit und Vertrauen in sich und die Welt ist vergleichbar mit den psychoanalytischen Konzepten von Miller und Bettelheim. Diese basieren auf Freuds erster psychosozialer Entwicklungsphase. Während für Freud die kindliche Entwicklung die spätere Entwicklung jedoch unwiderruflich beeinflusst, ist nach Erikson die Bildung der Ich-Identität ein lebenslanger Prozess. Er ermöglicht eine spätere positive Entwicklung, trotz schlechter Startbedingungen. So kann beispielsweise eine spätere vertrauensvolle Bindung an eine Bezugsperson, die das Urvertrauen nachträglich stärkt, heilend wirken. Deutlich wird, dass sowohl eine sichere Bindung als auch Urvertrauen wesentliche Grundlagen für Resilienz sind.</p>	M 4
<p>M 5 referiert die Ergebnisse der Bindungsforschung. Zu diesem Themenkomplex liegen bereits zwei Einheiten bei RAAbits Pädagogik/Psychologie<sup>7</sup> vor. Aber da sich Resilienz ohne Bindung nur schwer entfalten kann, wird die Bedeutung sicherer Bindungen kurz angesprochen.</p> <p>M 5a stellt drei wesentliche Bindungstypen vor. M 5b skizziert, wie sich die Beziehung in der Familie und damit das Verhalten der primären Bezugspersonen, die das Bindungsgefühl und -verhalten von Kindern beeinflussen, auf das Verhalten dieser Kinder und Jugendlichen in der Schule auswirken.</p>	M 5

<sup>7</sup> Bindungsentwicklung und Bindungstypen – Die Beziehung des Kleinkindes. Hannah Weyhe. Signatur F.14. RAAbits Pädagogik/Psychologie. 39. Ausgabe. Juni 2017. Bindende Beziehungen – Bindungstheorie und Bindungsforschung. Franziska Lo. Signatur D 8. RAAbits Pädagogik/Psychologie. 29. Ausgabe. Dezember 2018.

Zugleich wird erörtert, wie Lehrpersonen als verlässliche und wohlwollende Bezugspersonen nachträglich heilende Wirkung haben können, welche Kindern und Jugendlichen eine zweite Chance eröffnet für eine psychisch sichere und positive Einstellung zu sich selbst und zum Leben. Deutlich wird, dass das, was Erikson Urvertrauen nennt und was die Hospitalismusforschung (vgl. René Spitz) über die lebenswichtige Bedeutung von verlässlichen, liebevollen Bezugspersonen herausfand, deckungsgleich ist mit den Ergebnissen der Bindungsforschung (vgl. John Bowlby et al.).

Bild M 5c ist fakultativ. Dargestellt ist ein Schwein, das allein eine Straße entlanggeht. Die Lernenden formulieren eine Geschichte a) aus der Perspektive eines sicher gebundenen Schweines und b) aus der Perspektive der beiden unsicher gebundenen Bindungstypen.

M 6 In M 6 geht es um Bedingungen einer Resilienz-fördernden Erziehung. Im Rahmen einer populärwissenschaftlichen Zusammenfassung (M 6a) referiert Christoph Schrader die Ergebnisse der Kauai-Studie von Emmy Werner sowie einer Studie über Heimkinder von Friedrich Lösel. Neben der Bedeutung einer verlässlichen und fürsorglichen Bezugsperson betont er darüber hinaus die Relevanz einer freiheitlichen Erziehung. Diese grenzt er ab von einer autoritären Erziehung durch Macht, Gewalt und Zwang einerseits und Überbehütung andererseits. Schrader fordert Freiräume für Kinder. Sie sollen die Welt selbstständig entdecken und ihre eigenen Erfahrungen machen können, ohne dass die Erwachsenen die Verantwortung für die Kinder abgeben. Grundlage seiner Ausführungen ist ein „neues“ (1993) Bild, welches Kinder als aktiv und kompetent ansieht. Darüber hinaus fordert er gesellschaftliche sowie schulpolitische Maßnahmen zur Förderung der Erziehungskompetenz von Eltern sowie eine Reduzierung des Leistungsdrucks, z. B. durch G8.

M 6b referiert die fünf Säulen einer guten Erziehung nach Tschöpe-Scheffler. Sie grenzt ihre Erziehungsprinzipien sowohl von einer autoritären als auch von einer permissiven (laissez faire) Erziehung ab und betont, dass man Kinder und ihre Fähigkeiten und Bedürfnisse von Anfang an ernst nehmen, aber keineswegs sich selbst überlassen soll.

In M 6c erstellen die Lernenden eine Conceptmap, welche den Zusammenhang von Resilienz, Schutz- und Risikofaktoren, Erziehungsprinzipien und sozialem Umfeld darstellt. Diese Aufgabe eignet sich für Gruppenarbeit. Hier sind logische Schlussfolgerungen und Kreativität gefragt. Sinnvoll ist es an dieser Stelle, die Eingangshypothesen mit dem bisher Erarbeiteten zu vergleichen: Was haben wir richtig gesehen? Was haben wir übersehen? Was ist konkreter geworden? Was wurde nicht berücksichtigt? Hier können die Lernenden nun auch ihre Thesen mit erziehungswissenschaftlichen Theorien und empirischen Untersuchungen begründen.

M 7 M 7a und b bilden den Abschluss der Reihe. Vorgestellt werden verschiedene konkrete pädagogische Maßnahmen. M 7a stellt Resilienz-fördernde Erziehungsziele und -maßnahmen für die Kindergartenpädagogik vor. Je nachdem, wann die Reihe eingesetzt wird, können Bezüge zu erziehungswissenschaftlichen Theorien hergestellt werden. In M 7b werden drei verschiedene pädagogische Konzepte: 1. „Lions-Quest ‚Erwachsen werden‘“, 2. „Faustlos“ und 3. „Balu und Du“, für Primar- und Sekundarschulen vorgestellt. Diese können im Rahmen von Referaten in den Unterricht eingebettet werden. Denkbar ist es ebenso, Ziele und Methoden dieser Projekte daraufhin zu untersuchen, inwiefern sie Resilienz bei Kindergarten- und Grundschul- sowie SI-Schülern fördern.

M 8 Klausurvorschlag M 8 offeriert ein Fallbeispiel. Die Jugendlichen untersuchen, ob und inwiefern man bei Pamela K. von einer resilienten Persönlichkeit sprechen kann. Aus dem Gelernten entwickeln sie pädagogische Prinzipien, Erziehungsziele und -maßnahmen.

## Einstieg: Was versteht man unter Resilienz?

M 1

### Was ist Resilienz? – Fallbeispiele erörtern

M 1a

#### Arbeitsauftrag

1. Stellen Sie Hypothesen auf, was Kinder, allgemein Menschen, stark macht. Notieren Sie dazu zunächst für sich allein, dann mit Ihrem Sitznachbarn oder Ihrer Sitznachbarin, anschließend in einer Vierergruppe in Stichworten auf Plakaten, welche Faktoren eine positive Entwicklung fördern können. Heben Sie diese Plakate auf. Prüfen Sie Ihre Hypothesen am Ende der Reihe.



**Andreas Nikolaus „Niki“ Lauda** (1949–2019) war ein erfolgreicher Autorennfahrer. Bei einem Rennunfall auf dem Nürburgring im Jahr 1976 wurde er lebensgefährlich verletzt. Sein Auto ging in Flammen auf. Obwohl sein halbes Gesicht und seine Kopfhaut verbrannten, fuhr er bald wieder Rennen. Zwei Mal wurde er nach dem Unfall Weltmeister in der Formel 1. Später gründete er, selbst Pilot, eine Fluglinie und wurde Unternehmer.

**Arnold Schwarzenegger** (geb. 1947) wurde täglich von seinem Vater verprügelt. Dennoch erlangte er international Berühmtheit als Bodybuilder, Hollywood-Schauspieler, Unternehmer und Politiker. Von 2003 bis 2011 war er Gouverneur von Kalifornien. Aufgrund seines erfolgreichen und turbulenten Lebens gilt er als Paradebeispiel für das Gelingen des „amerikanischen Traums“.

**Bill Clinton**, US-amerikanischer Präsident von 1993 bis 2001, verlor seinen Vater bereits vor der Geburt. Seine Mutter heiratete erneut. Der Stiefvater entpuppte sich als ein gewalttätiger Trinker.



Bob McNeely/The White House

**Christina Aguilera** wurde als Kind von ihrem Vater verprügelt und misshandelt. Heute verarbeitet sie ihre schweren Kindheitserlebnisse in ihren Songs.

Die Grammy-Preisträgerin **Rihanna** hatte einen drogenabhängigen, gewalttätigen Vater, der ihre Mutter verprügelte. Sie musste sich schon früh um ihre jüngeren Geschwister kümmern.

Der Physiker **Stephen Hawking** (1942–2018), britischer theoretischer Physiker und Astrophysiker, erkrankte 1963 an der Nervenkrankheit ALS, die den Körper nach und nach lähmt. Seit 1968 war er auf den Rollstuhl und später auch auf einen Sprachcomputer angewiesen. Er beschäftigte sich vor allem mit Quantenphysik und schwarzen Löchern.



© Jim Sugar / Getty Images / The Images Bank Unreleased



# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Resilienz - Was Kinder stark macht*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)

