



Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken:

Prof. Dr. Sonja Damen

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

1

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Ausgangsthesen

- ✓ *Kinder können einschätzen, was sie bewältigen können*
- ✓ *Kinder lernen von Erwachsenen den Umgang mit Problemstellungen*
- ✓ *Kinder brauchen Vorbilder, die zuversichtlich sind*
- ✓ *Kinder haben Ideen für den nächsten Schritt*



2

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Der Begriff Resilienz...

- beschreibt die Fähigkeit einer Person, widrige Lebensumstände erfolgreich zu bewältigen und/oder sich trotz krisenhafter Ereignisse und Situationen gesund zu entwickeln.

„Wenn sich Personen trotz belastender Lebensumstände und Krisen psychisch gesund entwickeln, wird von Resilienz gesprochen. Die Fähigkeit zur Resilienz entwickelt sich in einem dynamischen Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt und ist eine variable Größe über die gesamte Lebensspanne eines Menschen. Wesentlichen Einfluss auf die Resilienzentwicklung haben Schutzfaktoren, die die Auftretenswahrscheinlichkeit von Störungen beim Vorliegen von Belastungen vermindern. Dabei wird zwischen personalen und sozialen Schutzfaktoren unterschieden. Einen zentralen Schutzfaktor stellt eine stabile, wertschätzende Beziehung zu einer Bezugsperson dar“ (Rönnau-Böse u.a. 2022).

03 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf

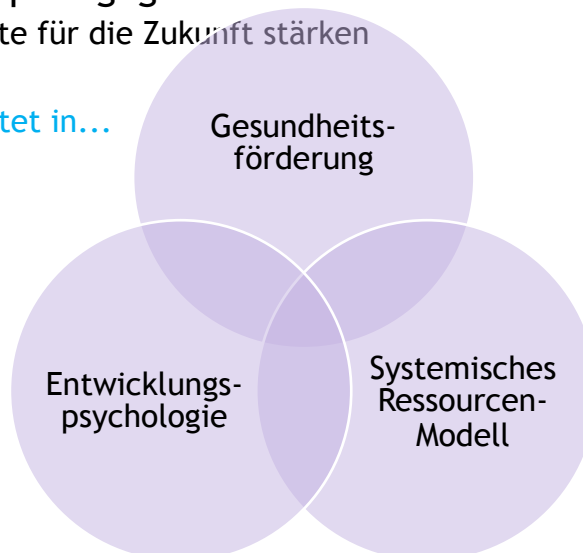


3

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Resilienz ist eingebettet in...



04 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



4

(Klima)Resilienz pädagogisch begleiten

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Wurzeln von Resilienz

Die Wurzeln für die Entstehung von Resilienz liegen in besonderen risikomildernden bzw. schützenden Faktoren innerhalb und außerhalb einer Person (Rönnau-Böse u.a. 2022).

Dazu gehören personale und soziale Schutzfaktoren.

Für Kinder sind folgende Kompetenzen für die Bewältigung von Krisen und Entwicklungsaufgaben positiv wirksam:

- Die Fähigkeit zur Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbstregulation, das Erleben von Selbstwirksamkeit,
- Die Soziale Kompetenz, Problemlösefähigkeiten sowie die aktive Bewältigungskompetenzen im Umgang mit Stress (Rönnau-Böse, 2013)

05 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



5

(Klima)Resilienz pädagogisch begleiten

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Personale Schutzfaktoren (persönlich/intern)

- Individuelle Lebenskompetenz
- Persönlichkeitsmerkmale
- Bewältigungsstrategien
- Körperliche Gesundheit
- Selbstregulationsfähigkeit
- Dispositionellen Optimismus
- Fähigkeit, positive Emotionen zu erleben

06 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



6

(Klima)Resilienz pädagogisch begleiten

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Soziale Schutzfaktoren (umweltbezogen, extern)

- Sicherung der Grundbedürfnisse
- Zugewandt Beziehung
- Gute Bindung zu Bezugspersonen
- Eindeutige Regeln im Alltag
- Unterstützende Beziehungen

07 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



7

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Was Kinder brauchen...

- Kinder brauchen **Vorbilder**, an denen sie sich orientieren können;
- Kinder brauchen **Aufgaben**, an denen sie wachsen können;
- Kinder brauchen eine **Gemeinschaft**, in der sie sich aufgehoben fühlen! (Hüther 2011)

08 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



8

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft sträken

Kinder brauchen Menschen,...

- die ihnen vertrauen,
- die ihnen Grenzen setzen, an denen sie sich orientieren können und die sie vor Gefahren schützen,
- die ihnen als Vorbilder dienen und von denen sie lernen können,
- die sie dabei unterstützen und bestärken, selbstbestimmt zu handeln,
- die ihnen helfen, wenn sie in Gefahr sind und
- die sie darin unterstützen, Neues zu lernen.

09 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



9

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Kinder sind resilient, wenn sie...

- von anderen wertgeschätzt werden,
- anderen helfen und ihnen ihre Anteilnahme signalisieren können,
- respektvoll gegenüber sich selbst und anderen sind,
- verantwortungsbewusst für das sind, was sie tun,
- zuversichtlich sind, dass alles gut wird.

010 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



10

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Resiliente Kinder können...

- mit anderen sprechen, wenn sie etwas ängstigt oder ihnen Sorgen bereitet,
- Lösungen für Probleme finden, mit denen sie konfrontiert werden,
- ihr Verhalten in schwierigen Situationen kontrollieren,
- spüren, wann es richtig ist, eigenständig zu handeln oder ein Gespräch mit jemandem zu suchen,
- jemanden finden, der ihnen hilft, wenn sie Unterstützung brauchen.

011 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



11

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Fachkräfte können...

- das Kind ermutigt, seine Gefühle zu benennen und auszudrücken,
- dem Kind konstruktives Feedback geben,
- vorschnelle Hilfeleistungen vermeiden,
- das Kind wertschätzen,
- dem Kind aktiv zuhören,
- das Kind ermutigen, positiv und konstruktiv zu denken.

012 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



12

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Fachkräfte fördern Resilienz, wenn sie...

- dem Kind zu Erfolgserlebnissen verhelfen,
- dem Kind helfen, soziale Beziehungen aufzubauen,
- dem Kind helfen, sich erreichbare Ziele zu setzen,
- realistische, angemessene Erwartungen aufzustellen,
- Routinen in den Lebensalltag des Kindes bringen,
- ein ‚resilientes‘ Vorbild sind.

013 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



13

„Schutzfaktoren sind langfristig wirksame Gesundheitsressourcen. Eine kontinuierliche Förderung protektiver Ressourcen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in ihren Nahräumen und Lebenskontexten (Familie, Gemeinde, Institutionen) sowie ein aktives Eintreten gegen gefährdende soziale und gesundheitliche Ungleichheiten (im Rahmen der Lebensverhältnisse und Gesamtpolitik) zählen zum Kern der Gesundheitsförderung.“
(Rönnau-Böse 2022)

014 22.04.24

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



14

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Bedeutung der Vorbildfunktion

„Alles, was erst im Verlauf der ersten Lebensjahre gelernt werden muss, wird von anderen Menschen übernommen. Keine dieser kulturspezifischen Leistung ist angeboren. Alles, worauf ein Kind später stolz ist, was es als Persönlichkeit ausmacht, (...) verdankt es dem Umstand, dass andere Menschen ihm bei der Benutzung und Ausformung seines Gehirns geholfen haben. Ohne erwachsene Vorbilder hätte ein Kind noch nicht einmal aufrecht zu gehen gelernt (...).“ (Hüther, 2011)

Zwei Grunderfahrungen, mit denen das Gehirn arbeitet:

- 1) Erfahrung engster Verbundenheit,
- 2) Erfahrung eigenen Wachstums und dem damit verbundenen Erwerb eigener Kompetenzen.

015 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



15

(Klima)Resilienz pädagogisch stärken

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Begeisterung als Entwicklungsmotor

„Was für ein Gehirn ein Kind >>bekommt<<, hängt also davon ab, wie und wofür es sein Gehirn benutzt. Bestimmt wird das allerdings nicht von all dem, was ein Kind in seiner jeweiligen Lebenswelt vorfindet, sondern durch das, was ihm davon für seine eigene Lebensbewältigung als besonders bedeutsam erscheint, wofür es sich also selbst begeistert. (...)

Wer sich für eine bestimmte Idee begeistert, bekommt auch ein Hirn, mit dem er seine Begeisterung für diese Idee besonders gut nachgehen, mit dem er diese Idee besonders gut verfolgen kann.“ (Hüther, 2011)

016 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



16

Kinder würden sagen: „Es wird gelingen!“

017 22.04.24

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



17

(Klima)Resilienz pädagogisch entwickeln

Kinder und Fachkräfte für die Zukunft stärken

Fazit

- Kinder nutzen Resilienz als Vorhersagekraft
- Resiliente Kinder rechnen mit dem Erfolg ihrer Handlung und gehen deshalb Problemstellungen aktiv an.
- Mit dieser Fähigkeit nutzen Kinder ihre lösungsorientierten Bewältigungsstrategien im Umgang mit Problemstellungen, anstatt diese zu vermeiden.
- Selbstwirksamkeitserfahrungen bilden die Ausgangsbasis für ein Denken in Möglichkeiten.
- Resiliente Kinder können dabei realistisch erkennen, was sie selber beeinflussen können und was außerhalb ihrer Kontrolle liegt (Wustmann 2004).
- Deshalb braucht es zwei Perspektiven auf das pädagogische Handeln:
 1. „Wie stärken wir kindliche Resilienzkompetenz?“ und
 2. „Was können wir von Kindern lernen?“

018 22.04.24

Prof. Dr. Sonja Damen

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



18



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

19

Literatur

Rönnau-Böse, M., Fröhlich-Gildhoff, K., Bengel, J. & Lyssenko, L. (2022). Resilienz und Schutzfaktoren. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.). *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden*. <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i101-2.0>

Rönnau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2020). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne*. 2., überarbeitete und aktualisierte Auflage, Stuttgart: Kohlhammer.

Rönnau-Böse, M. (2013). *Resilienzförderung in der Kindertageseinrichtung*. Freiburg: FEL.

Wustmann, C. (2016). *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. 6. Auflage, Berlin: Cornelsen.

020 22.04.24

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf



20