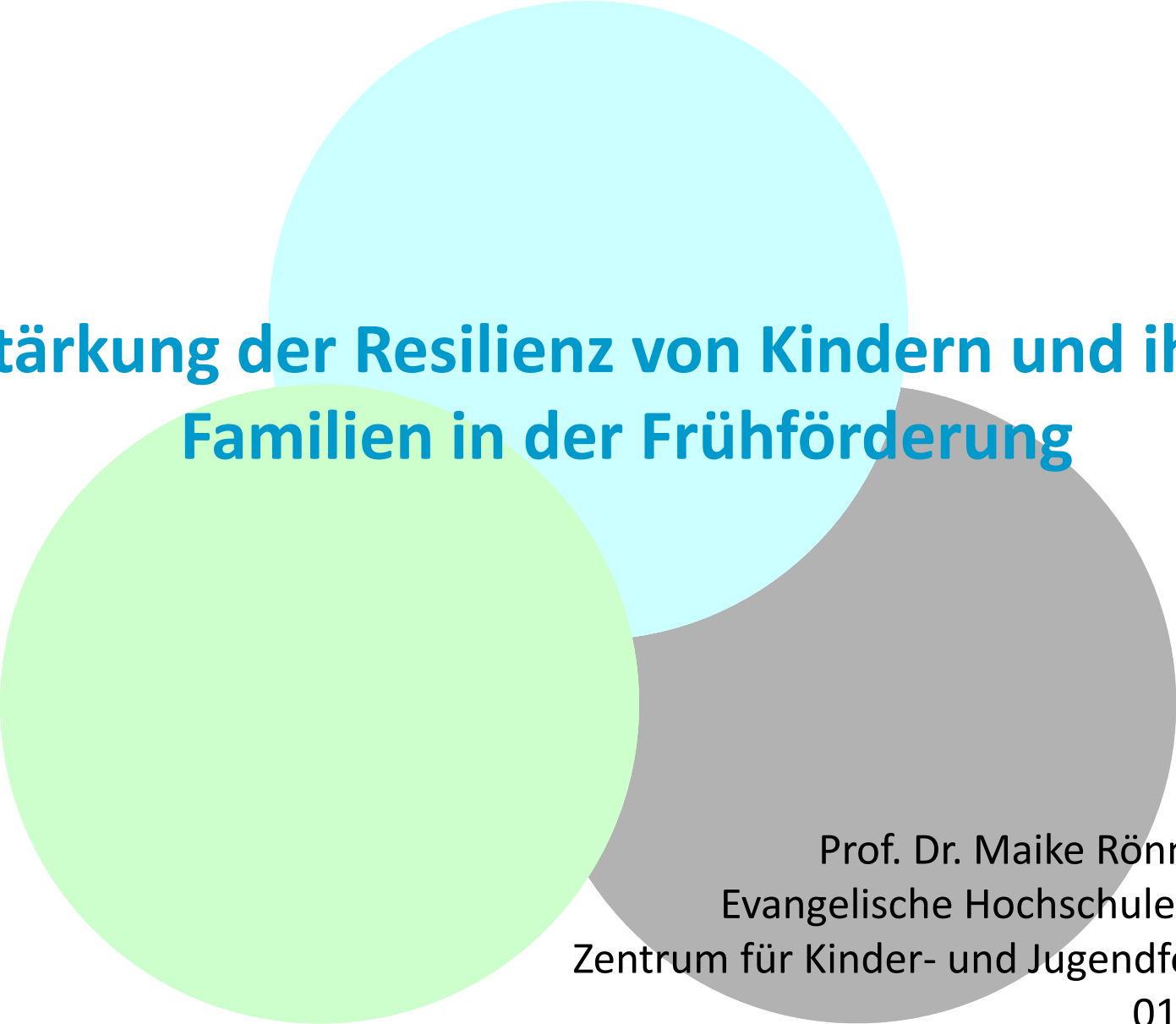




Stärkung der Resilienz von Kindern und ihren Familien in der Frühförderung

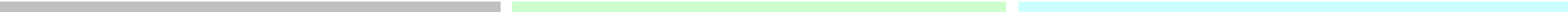
Prof. Dr. Maike Rönnau-Böse
Evangelische Hochschule Freiburg
Zentrum für Kinder- und Jugendforschung
01.10.2025

Gliederung

- 1) Definition Resilienz
 - 2) Ergebnisse der Resilienzforschung
 - 3) Grundprinzipien der Resilienzförderung
 - 4) Kritik am Umgang mit dem Resilienzkonzept
 - 5) Fazit
-



1) Resilienzdefinition



Resilienz – ein Wort in aller Munde

- Steigerung der Verwendung des Begriffs seit 1997 von fast null auf 30.000 Einträge in der Zitationsdatenbank „Web of Science“ (Lovell et al., 2016, S.5)
 - Bei Google stieg das Suchinteresse zwischen 2004 und 2015 um mehr als 40% (ebd.)
 - Die Zahl der Veröffentlichungen hat sich in den letzten 10 Jahren verzehnfacht, insbesondere in der Populärwissenschaft (vgl. Weiß, Hartmann & Högl, 2018, S.19)
- Insgesamt ist der Begriff in allen Disziplinen zu finden
-

Definition Resilienz

- Große Bandbreite an Definitionen, auch innerhalb eines Fachgebiets
 - Starke Prägung durch Kauai-Studie (Emmy Werner & Ruth Smith) und Minnesota Studie (Ann Masten)
 - Einigkeit: Resilienz nur bei vorliegenden relevanten Stressoren (Mikro- und Makrostressoren)
-
- ✓ Internale und externale Messkriterien
 - ✓ Kulturelle Dimension
-

Definition Resilienz

Resilienz ist keine stabile Charaktereigenschaft!!

- Dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess, abhängig von Erfahrungen und Erlebnissen

Qualität (Art des Stressors) , Quantität (Kumulation von Stressoren) und Dauer von Ereignissen nehmen Einfluss auf Resilienzverläufe (Lindert et al., 2018, S. 762)

Definition Resilienz



- Seelische Stabilität/psychische Widerstandsfähigkeit, die den erfolgreichen Umgang mit Belastungen und schwierigen Lebenssituationen beinhaltet (vgl. z.B. Wustmann, 2021)
 - „Unter Resilienz wird die Fähigkeit von Menschen verstanden, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen“ (Welter-Enderlin & Hildenbrand , 2006)
 - Verfügbarkeit/Zugänglichkeit von Ressourcen
-

Definition Resilienz

- Arnold, Schilbach & Rigotti (2023) unterteilen die verschiedenen Resilienzparadigmen in drei Perspektiven:
 - 1) Resilienz als Kapazität
 - 2) Resilienz als Outcome
 - 3) Resilienz als dynamischer Prozess
 - ✓ Integratives Modell: Die Resilienzkapazität (Resilienzfaktoren) hat sowohl Einfluss auf den Prozess der Bewältigung, als auf das Outcome (erfolgreiche Anpassung) (direkt und moderierend)
-

Resilienz als Kapazität

- Personen-, als auch umweltbezogene Faktoren (Britt et al., 2016) erhöhen die Wahrscheinlichkeit einer positiven Anpassung
- Mittelfristige Stabilität, langfristig veränderbar (Hartmann et al., 2020)
- Fähigkeiten, *„die das Kind [der Erwachsene] in der Interaktion mit der Umwelt sowie durch die erfolgreiche Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben im Verlauf erwirbt;“* (Wustmann, 2021)
- ✓ Resilienz als Kompetenz, die sich aus verschiedenen Einzelkompetenzen zusammensetzt, die insgesamt die seelische Gesundheit fördern und sich unter Belastung als Resilienz manifestiert (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2023)

Resilienz als Outcome

- Anpassungsleistung an einen Stressor
- „bouncing back“ (Fisher et al., 2019)
- Stabilität von Gesundheit vs. post-traumatisches Wachstum
- Keine Berücksichtigung des Bewältigungsprozesses

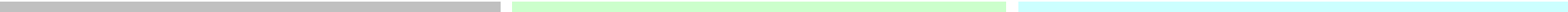
(Arnold, Schilbach & Rigotti, 2023, S. 158)

Resilienz als dynamischer Prozess

- Einbezug von Resilienzmechanismen
 - „Prädiktoren von Resilienz als Outcome“ (Arnold, Schilbach & Rigotti, 2023, S.159)
- spezifische, generelle und globale Resilienzmechanismen (Kalisch et al., 2015)
 - „Reaktionen, Erfahrungen und Verhaltensweisen, die Personen bei Konfrontation mit Widrigkeiten erleben und anwenden“ (Arnold, Schilbach & Rigotti, 2023, S.159)
- Berücksichtigung von zeitlicher Dynamik
- Erfassung nur über komplexe Designs in Langzeitstudien
 - Hoher Forschungsbedarf



2) Resilienzforschung



Paradigmenwechsel

Entwicklung aus der Psychopathologie der 1970er Jahre

- ✓ Von der Patho- zur Salutogenese
 - ✓ Von der Defizit- zur Ressourcenorientierung
 - ✓ Von den Risiko- zu den Schutzfaktoren
-

Resilienzforschung

Längsschnittstudien in den USA, Europa, Australien und Neuseeland

- Studien mit Kindern und Jugendlichen in der Mehrzahl, bei Erwachsenen spezifische Bevölkerungsgruppen, mit Älteren (70+) selten (Übersicht vgl. Lindert et al., 2018)

Pionierstudie: Kauaistudie von Emmy Werner & Ruth Smith (Werner & Smith 1982)

Davon deutsche Studien:

- Die Mannheimer Risikokinderstudie (Laucht et al. 2000; Hohm et al., 2017)
 - Die Bielefelder Invulnerabilitätsstudie (Lösel & Bender 2008)
 - Neu: Mainzer Resilienzprojekt (Kalisch et al., 2020)
 - Neu: Longitudinal-assessment-of-resilience-Studie (LORA)
(Chmitorz et al., 2021)
-

Das Schutzfaktorenkonzept

Personale Faktoren

Positives Temperament

Mindestens durchschnittliche Intelligenz

Weibliches Geschlecht

Resilienzfaktoren

Soziale Faktoren

Stabile, emotionale Beziehung

Modelle positiven Bewältigungsverhaltens

Hoher sozioökonomischer Status

Hohes Bildungsniveau der Eltern

Autorativer/ demokratischer Erziehungsstil

Familiale Stabilität und Kohäsion

Positive Freundschaften

Regelmäßige Sozialkontakte/organisierte soziale Netzwerke

Positive Schulerfahrungen

Ressourcen auf kommunaler Ebene

...

Schutzfaktor Beziehung

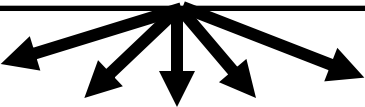
Wichtigster Schutzfaktor: **Beziehung**

⇒ „Resilience rest fundamentally on relationship“
(Luthar, 2006)

- eine unterstützende u. zugewandte Beziehung ist stabilster Prädiktor für eine resiliente Entwicklung (Luthar, 2006; Bellis et al., 2017; Hohm et al., 2017)
 - Bedeutung kompensierender Beziehungen (Pianta et al., 2008, Bengel et al., 2009)
- ⇒ „Schlüsselpersonen als Türöffner für neue Perspektiven“
(Wustmann, 2011)
- ⇒ Querschnittsthema in allen Entwicklungsabschnitten
-

**Schutzfaktoren
auf der
personalen
Ebene**

Entwicklungsaufgaben,
(aktuelle) Anforderungen
Krisen



**Selbst- und
Fremdwahr-
nehmung**

=

Ange-
messene
Selbst-
Einschätz-
ung und
Informations
verarbeitung

**Selbst-
Steuerung**

=

Regulation
von
Erregungen
und
Gefühlen

**Selbst-
Wirksamkeit**

=

Grundüber-
zeugung,
Anfor-
derungen
bewältigen
zu können

**Soziale
Kompetenz**

=

Konflikte
lösen,
Selbstbe-
hauptung,
Unterstüt-
zung holen

**Problem-
löse-
Kompetenz
/kognitive
Flexibilität**

=

Allgemeine
Strategie
zur Analyse
und zum
Bearbeiten
von
Problemen

**Allgemeine
Bewältigungs
Kompetenz**

=

Fähigkeit zur
flexiblen
Realisierung
vorhandener
Kompetenzen
in der
Situation

**Sinn-
findung
und Ziel-
anpassung**

=

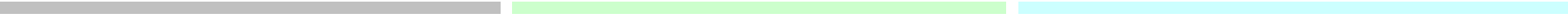
Entwickeln
und Anpas-
sung eines
„Lebens-
sinns“ und
verbunde-
ner Ziele



Bewältigung



**Welche Schutzfaktoren sind in Ihrem
Leben wirksam oder welche haben
Sie in Ihrem beruflichen Alltag als
wirksam bei Ihren Klient*innen
erlebt?**



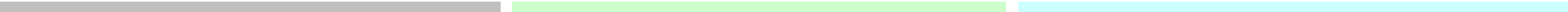


www.menti.com

Code: 7779456



3) Grundprinzipien der Resilienzförderung



Kernelemente der Resilienzförderung

- a) Stärkenorientierte Grundhaltung
- b) Beziehung
- c) Einbettung in ein Gesamtkonzept

a) Stärkenorientierte Haltung

- Blick auf die Stärken und Fähigkeiten, um *anders* mit den Schwierigkeiten umzugehen (kein Ignorieren der Defizite!)
 - Nicht nur vordergründig, sondern durchgängig
 - Verhalten als „Überlebensstrategie innerhalb eines Kontextes“ (Ungar, 2011, S. 136)
 - Den „Eigensinn“ ergründen
 - Möglichkeiten zum Ausdruck von Besonderheiten schaffen
 - "Es ist nicht unbedingt ein Problem anders zu sein, sondern es geht darum, Umwelten zu schaffen, in denen solche Unterschiede als Stärken gelten" (Gharabaghi, 2013, S. 143)
-

Resilienz und Partizipation

- Wechselwirkung von Resilienz und Partizipation (Lutz, 2012)
 - Partizipation als Methode zum Befähigen (Geene, 2013)
 - Mitbestimmung als Voraussetzung für Resilienzförderung
 - Enge Verbindung von Selbstwirksamkeit und Partizipation (Lutz, 2016)
 - Selbstvertrauen erfordert Zutrauen!
 - Wer eigene Entscheidungen treffen darf, erfährt Respekt und fühlt sich wertgeschätzt (↑ Selbstwertgefühl, positives Selbstbild, Selbstwahrnehmung)
-

b) Beziehung

- Nicht *wer*, sondern *wie*
 - Feinfühligkeit in Bezug auf (Grund-)Bedürfnisse
 - Herausfordernde, aber bewältigbare Anforderungen stellen u. dabei individuelle Unterstützung anbieten (Zone der nächsten Entwicklung; Wygotski, 2002);
Explorationsunterstützung/-assistenz (Ahnert, 2007)
 - Ermutigung aussprechen u. Erfolgsrückmeldungen geben (Brooks, 2006; Roos & Grünke, 2011)
 - Erwachsene müssen Macht abgeben und eigene Einflussmöglichkeiten reduzieren (Wyrobnik & Krause, 2012)
-

Beispiel Förderung Selbstwirksamkeit

- Den Alltag nutzen, um viele Möglichkeiten zu schaffen, um sich als selbstwirksam zu erfahren
 - Gemeinsam mit dem Kind auf Entdeckungstour gehen
 - Eigenständiges Gestalten von Spielsituationen / Beachtung von Spielbedürfnissen
 - Reflexion von eigenen Förderabsichten! (Weiß, 2008)
 - Ermutigung, Trost und angemessene Rückmeldung
-

Beispiel Einbezug Bezugspersonen

- Begleitung von gelingenden Beziehungs- und Interaktionsprozessen
 - Erzieherisches Selbstwirksamkeitserleben ermöglichen
 - Frühförderfachkraft als Übersetzer*in und Interpretationshilfe
 - Einbezug familiärer Schutzfaktoren
 - Gemeinsame Reflexion von positiven Bewältigungsverläufen
 - Beachtung von Sinnfindung und –gebung
 - Positive familiäre Überzeugungen schaffen
 - Beachtung kleiner Entwicklungsschritte
-

Einbettung in ein Gesamtkonzept

- Die Präventionsforschung zeigt: Maßnahmen sind am wirksamsten, wenn sie mehrere Ebenen mit einbeziehen u. auf einem Gesamtkonzept beruhen (z.B. Beelmann, 2006; Bengel et al., 2009):
 - Institution/Team, Kinder, Bezugspersonen, Netzwerk
- Verhaltens- und Verhältnisprävention
- Alltagsförderung entscheidend!

Mehrebenenmodell im Setting-Ansatz

Ebene Kinder

Kinderkurse
Einzelförderung
zielgruppenspezifische Angebote

Ebene Fachkräfte
Leitbild (Institution)
Fallsupervisionen
Fortbildungen

Netzwerke

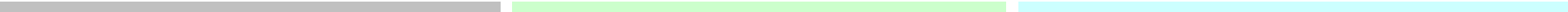
Erziehungsberatung
Soziale Dienste
Einrichtungen, Vereine etc.
im Sozialraum

Ebene Eltern

Beratung
Elternkurse



4) Kritik zum Umgang mit dem Resilienzkonzept



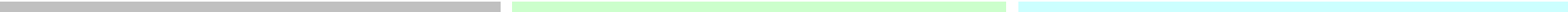
- Zu starke subjektive bzw. individualisierte Sichtweise (vgl. Karidi, Schneider & Gutwald, 2018)
 - Resilienz ist keine Charaktereigenschaft!!
 - Resilienzkonzept wird für wirtschaftliche und politische Zwecke missbraucht (vgl. Ungar et al., 2013; Franke, 2012)
 - Unsicherheiten der Gesellschaft werden ausgenutzt (Rungius, Schneider & Wellter, 2018)
 - Resilienz als Allheilmittel
 - Unkritische Anwendung auf verschiedenste Disziplinen und Arbeitsbereiche (vgl. Weiß, Hartmann & Högl, 2018)
-

Kritik

- Zu starke Fokussierung auf Ressourcen und Stärken (vgl. Rönna-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015)
 - Verengung des Konzepts, Dysfunktionalitäten haben keine Berechtigung mehr
 - Bewältigungsprozess muss stärker beachtet werden
 - Eine resilienzförderliche Haltung bedeutet „Aushalten“
-



5) Fazit



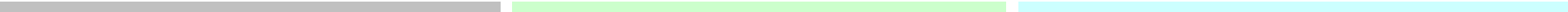
Kinder brauchen...

- Menschen, die feinfühlig Beziehungen anbieten und sie in Partizipationsprozessen begleiten
 - Menschen, die mit einer Resilienzbrille auf sie schauen , d.h. ihre Stärken und Fähigkeiten wahrnehmen
 - Mitbestimmungs- und Beteiligungserfahrungen (Selbstwirksamkeitserfahrungen)
 - Konzepte, die sie bei der Förderung ihrer Resilienz auf verschiedenen Ebenen unterstützen
 - Gesellschaftliche Rahmenbedingungen, die ihnen Ressourcen zur Verfügung stellen
-



**„Every child needs somebody who is
completely crazy about him!“**

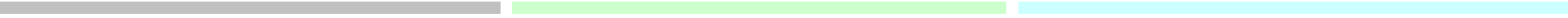
(Bronfenbrenner, 1979)





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

roennau-boese@eh-freiburg.de
www.zfkj.de



Literatur

- Arnold, M., Schilbach, M. & Rigotti, T. (2023). Paradigmen der psychologischen Resilienzforschung. Eine kleine Inventur und ein Ausblick. *Psychologische Rundschau*, 74 (3), 154-165
- Bellis, M. A., Hardcastle, K., Ford, K., Hughes, K., Ashton, K. Quigg, Z. & Butler, N. (2017). Does continuous trusted adult support in childhood impart life-course resilience against adverse childhood experiences - a retrospective study on adult health-harming behaviours and mental well-being, In: *BMC Psychiatry* 17, 110, S. 1-12: Springer Nature Verlag, DOI: 10.1186/s12888-017-1260-z
- Bengel, J., Meinders-Lücking, F. & Rottmann, N. (2009). *Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen. Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit* (Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 35). Köln: BZgA.
- Britt, T.W., Shen, W., Sinclair, R.R., Grossman, M.R. & Klieger, D.M. (2016). How Much Do We Really Know About Employee Resilience? *Industrial and Organizational Psychology*, 9(2), pp 378–404 June 2016
- Chmitorz A., Neumann RJ., Kollmann B., Ahrens KF., Öhlschläger S., Goldbach N., Weichert D., Schick A., Lutz B., Plichta MM., Fiebach CJ., Wessa M., Kalisch R., Tüscher O., Lieb K., Reif A. (2021). Longitudinal determination of resilience in humans to identify mechanisms of resilience to modern-life stressors: the longitudinal resilience assessment (LORA) study. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* doi: 10.1007/s00406-020-01159-2.
- Fisher, D.M., Ragsdale, J.M. & Fisher, E. (2019). The Importance of Definitional and Temporal Issues in the Study of Resilience. *Applied Psychology*, 68 (4), 583-620
- Franke, A. (2012). *Modelle von Gesundheit und Krankheit*. 3. Aufl. Bern: Huber.
- Göbel K, Baumgarten F, Kuntz B, Hölling H, Schlack R (2018). ADHS bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnitt ergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. *Journal of Health Monitoring* 3(3): 46–53. DOI 10.17886/RKIGBE2018078
- Hohm, E., Laucht, M., Zohsel, K., Schmidt, M. H., Esser, G., Brandeis, D. & Banaschewski, T. (2017). Resilienz und Ressourcen im Verlauf der Entwicklung. Von der frühen Kindheit bis zum Erwachsenenalter. *Kindheit und Entwicklung* 26. 230-239 DOI <https://doi.org/10.1026/0942-5403/a000236>

Literatur

- Kalisch R, Müller MB, Tüscher O. A (2015). conceptual framework for the neurobiological study of resilience. *Behav Brain Sci.*;38:e92. doi: 10.1017/S0140525X1400082X. Epub 2014 Aug 27. PMID: 25158686.
- Kuntz B, Rattay P, Poethko-Müller C, Thamm R, Hölling H et al. (2018) *Soziale Unterschiede im Gesundheitszustand von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2*. Journal of Health Monitoring 3(3): 19–36. DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-076
- Lindert, J., Schick, A., Reif, A., Kalisch, R. & Tüscher, O. (2018). Verläufe von Resilienz – Beispiele aus Längsschnittstudien. *Nervenarzt*, 89, 759-765.
- Lovell, E., Bahadur, A., Tanner, T. & Morsi, H. (2016). *Resilience: The big picture. Top themes and trends, Working Paper Juni 2016*. Overseas Development Institute: London.
- Lösel, F. & Bender, D. (2008). Von generellen Schutzfaktoren zu spezifischen protektiven Prozessen. Konzeptuelle Grundlagen und Ergebnisse der Resilienzforschung. In G. Opp & M. Fingerle (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz* (3. Aufl., S. 57–78). München: Reinhardt.
- Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental Psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (2nd ed., pp. 739–795). New York: Wiley.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71 (3), 543–562.
- Mauz E, Walther L, Junker S et al (2022) Time trends of mental health indicators in Germany's adult population before and during the COVID-19 pandemic. doi.org/10.1101/2022.10.09.22280826 11. WHO (2022) Mental Health and COVID-19: early evidence of the pandemics impact: scientific brief, 2 March 2022. www.who.int
- Karidi, M., Schneider, M. & Gutwald, R. (2018). *Resilienz. Interdisziplinäre Perspektiven zu Wandel und Transformation*. Wiesbaden: Springer.

Literatur

- Mainzer Resilienz-Projekt (MARP) (2018). *Focus Program Translational Neurosciences (FTN) of the Johannes Gutenberg University Mainz*. Zugriff am: 05.12.2018 unter http://www.ftn.nic.uni-mainz.de/Marp_o.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.
- Pianta, R. C., Stuhlman, M. W. & Hamre, B. K. (2007). Der Einfluss von Erwachsenen-Kind-Beziehungen auf Resilienzprozesse im Vorschulalter und in der Grundschule. In G. Opp & M. Fingerle (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz* (2., bearb. Aufl., S. 192–211). München: Reinhardt.
- Poethko-Müller C, Kuntz B, Lampert T, Neuhauser H (2018). Die allgemeine Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. *Journal of Health Monitoring* 3(1): 8–15. DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-004
- Ravens-Sieberer U., Kaman A., Devine J., Löffler C., Reiß F., Napp A.-K., Gilbert M., Naderi, H., Hurrelmann, K., Schlack, R., Hölling, H. & Erhart, M. (2022). Seelische Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Kindern und Eltern während der COVID-19-Pandemie - Ergebnisse der Copsy-Längsschnittstudie [The mental health and health-related behavior of children and parents during the COVID-19 pandemic: findings of Seite 2/2 the longitudinal Copsy study]. *Deutsches Ärzteblatt International*; 119. <https://doi.org/10.3238/arztebl.m2022.0173>
- Rönau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2023). *Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne*. Stuttgart: Kohlhammer
- Rungius, C., Schneider, E. & Weller, C. (2018). Resilienz – Macht – Hoffnung. Der Resilienzbegriff als diskursive Verarbeitung einer verunsichernden Moderne. In M. Karidi, M. Schneider & R. Gutwald (Hrsg.), *Resilienz. Interdisziplinäre Perspektiven zu Wandel und Transformation* (S. 33–60). Wiesbaden: Springer
- Techniker Krankenkasse (Hrsg.) (2023). Gesundheitsreport. Wie geht's Deutschlands Studierenden? [Gesundheitsreport 2023 - Wie geht's Deutschlands Studierenden \(tk.de\)](https://www.tk.de/gesundheitsreport/2023)

Literatur

- Ungar, M., Bottrell, D., Tian, G-X. & Wang, X. (2013). Resilienz: Stärken und Ressourcen im Jugendalter. In C. Steinebach & K. Gharagabi (Hrsg.), *Resilienzförderung im Jugendalter* (S. 1–20). Berlin: Springer
- Welter-Enderlin, R. & Hildenbrand, B. (2006). *Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Weiß, M., Hartmann, S. & Högl, M. (2018). Resilienz als Trendkonzept. Über die Diffusion von Resilienz in Gesellschaft und Wissenschaft. In M. Karidi, M. Schneider & R. Gutwald (Hrsg.), *Resilienz. Interdisziplinäre Perspektiven zu Wandel und Transformation* (S. 13–32). Wiesbaden: Springer.
- Wustmann, C. (2011). Resilienz in der Frühpädagogik – Verlässliche Beziehungen, Selbstwirksamkeit erfahren. In M. Zander (Hrsg.), *Handbuch Resilienzförderung* (S. 350–359). Wiesbaden: VS.
- Wustmann, C. (2021). *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. 8. Aufl. Berlin: Cornelsen.