



FRÜHE BILDUNG UND ERZIEHUNG

Irit Wyrobnik (Hg.)

Wie man ein Kind stärken kann

Ein Handbuch für Kita und Familie

Vandenhoeck & Ruprecht

Irit Wyrobnik, Wie man ein Kind stärken kann



Irit Wyrobnik (Hg.)

Wie man ein Kind stärken kann

Ein Handbuch für Kita und
Familie

Vandenhoeck & Ruprecht

Prof. Dr. Irit Wyrobnik lehrt an der Hochschule Koblenz
Frühkindliche Bildung und ihre Didaktik.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-525-70134-8

ISBN 978-3-647-70134-9 (E-Book)

Umschlagabbildung: Kzenon/Shutterstock.com

© 2012, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen/

Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.

www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Printed in Germany.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Druck und Bindung: ☺ Hubert & Co., Göttingen

Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

Inhalt

I Einführung	7
Vorwort	9
Einleitung	13
Was versteht man unter <i>Resilienz</i> ?	19
Präventionsarbeit zur Stärkung von Kindern	29
II Unterschiedliche Kinder stärken	39
Mädchen stärken	41
Jungen stärken	51
Kinder mit Migrationshintergrund stärken	59
Kinder mit körperlichen Behinderungen stärken	71
Kinder mit geistiger Behinderung stärken	83
Hochbegabte Kinder stärken	95
III Kinder durch gezielte Angebote stärken	105
Kinder durch Beobachtung stärken	107
Kinder durch Partizipation stärken	119
Kinder durch gesunde Ernährung stärken	131
Kinder durch Bewegung stärken	141
Kinder durch Naturerfahrung stärken	151
Kinder durch den Umgang mit Tieren stärken	159
Kinder durch Kunst stärken	169
Kinder durch Literatur stärken	179
Kinder durch Musik stärken	197
Kinder im Umgang mit Medien stärken	207
Kinder durch Spielen stärken	217

IV Kinder in Übergangsphasen stärken	225
Kinder beim Übergang Familie – Krippe stärken	227
Kinder beim Übergang Familie – Kindergarten stärken	237
Kinder beim Übergang Kita – Grundschule stärken	249
V Kinder in schwierigen Lebenslagen stärken	259
Kinder in Scheidungs- und Trennungssituationen stärken	261
Arme Kinder stärken	269
Kinder beim Umgang mit dem Thema Tod stärken	279
VI Kinder gegen Gefährdungen stärken	291
Kinder gegen Gewalt stärken	293
Kinder gegen sexuellen Missbrauch stärken	305
Kinder gegen Sucht stärken	315
VII Anhang	327
Literaturverzeichnis	329
Autorenverzeichnis	343

I

Einführung

Vorwort

Warum spielt das Thema Resilienz heute eine so bedeutende Rolle, dass sich überraschend viele Disziplinen der Kindheitsforschung damit beschäftigen und vielfältigste Zugänge zur kindlichen Entwicklung gesucht werden, um Schutzfaktoren und Basiskompetenzen eines Kindes zu stärken? Weil wir erkannt haben, dass das Aufwachsen und die Entwicklung von Kindern in unserer Zeit trotz gesteigener medizinischer Absicherung und gehobener Basisversorgung gefährdet sind, da die psychosozialen Anforderungen an Kinder so hoch sind wie nie zuvor.

Diese These möchte ich begründen und damit zur Lektüre des vorliegenden Handbuchs anregen, in welchem den Leserinnen und Lesern von der Herausgeberin Irit Wyrobnik und weiteren 25 Autorinnen und Autoren eine große Vielfalt an Möglichkeiten aufgezeigt wird, »wie man ein Kind stärken kann«.

Kein Kind wird resilient geboren und es wird auch nicht durchs Älterwerden von allein resilient. Wie zu Beginn dieses Buches noch ausführlich erläutert wird, ist Resilienz kein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal, keine genetisch verankerte und deshalb vererbte Eigenschaft einer Person. Resilienz ist ein sich im Interaktionsgeschehen entwickelndes Beziehungskonstrukt, das Ergebnis eines Prozesses zwischen einem Kind, seinen Bezugspersonen und Pädagogen, auch zwischen ihm und seinen Geschwistern und gleichaltrigen Sozialpartnern. Sie entsteht in vielfältigen Situationen, die jeweils eine besondere Herausforderung darstellen und ein bestimmtes Bewältigungsgefühl zurücklassen.

Die persönlichen Ressourcen, die ein Kind mitbringt, brauchen zu ihrer Entfaltung und Einsatzfähigkeit einen Rahmen, der von anderen geschaffen werden muss. Alle Menschen, mit denen ein Kind lebt, mit denen es in sozialer Beziehung steht, mit denen es Situationen meistert, denen es im Alltag begegnet und mit denen es anregende Zwiegespräche führt, werden ein Teil seiner Geschichte, seiner Biografie. Sie alle nehmen Einfluss auf seinen Entwicklungsverlauf. Unter ihnen wählt

das Kind diejenigen aus, die es individuell ansprechen, die ihm Entwicklungsanreize und Beantwortung bieten. Kinder erleben ihre Erziehung nicht passiv oder werden gemäß den Erwachsenenwünschen entwickelt, sie erleben und gestalten ihre Entwicklung und Erziehung aktiv mit.

Temperament- und Charaktereigenschaften, die eine effektive Bewältigung von Anforderungen und Anpassungsleistungen begünstigen, sind kindbezogene Schutzfaktoren, ebenso wie ausreichende kognitive Kompetenzen und ein früh startendes Interesse an Kommunikation. In einem stabilen Beziehungsgefüge groß zu werden, das als soziales Netz empfunden wird, und ein emotional warmes, strukturiertes Erziehungsverhalten zu erleben, wird zu den sozialen Ressourcen eines Kindes gezählt. Als ebenso wichtig schätzt die Resilienzforschung soziale Modelle als stärkende Umgebungsfaktoren ein, die zum konstruktiven Bewältigen von altersgemäßen Herausforderungen ermutigen und auffordern, also gelebte Vorbilder im Alltag sind und Zutrauen in wachsende kindliche Verantwortungsübernahme und zunehmende Bewältigung von Leistungsanforderungen signalisieren.

Unsere Kinder werden in eine sich rasant verändernde Welt hineingeboren. Sie werden heute anders als vor Tausenden von Jahren groß. Wie gewaltig diese Unterschiede im Kindheitsverlauf quer um die Erdkugel aktuell sein können, führt uns der Dokumentarfilm *Bébés* von Thomas Balmes (2010) beeindruckend vor Augen.

Die genetische Ausstattung des modernen Menschen, seine Entwicklungspotenziale und seine auf Beantwortung wartenden, hierauf abgestimmten biologisch bedingten Bedürfnisse stammen aus vorgeschichtlicher Zeit. Vor allem in Kulturen mit sogenannten ›gebildeten, industrialisierten, reichen und demokratischen Milieus‹ werden von den Kindern früh hohe physiologische und psychologische Anpassungsleistungen verlangt, während sie gleichzeitig auf bislang immer Selbstverständliches verzichten müssen. Von ihnen werden neuartige Formen von Stärke erwartet, die noch unbekannte Herausforderungen darstellen und neuartige Wege der Unterstützung nötig machen, um Schaden abzuwenden.

Manche Kinder müssen sich schon als Säugling allein unter dem Babybogen beschäftigen können, mit Schmusetier und Schnuller bei Erregung emotional allein klarkommen, vor allem, wenn noch nicht die Zeit für eine neue Flasche ist. Sie müssen im Kinderzimmer allein ein- und durchschlafen, sich bei Reizvielfalt und Überstimulation selbst regulieren, sich bei einem Überangebot lockender Nahrungsmittel zurückhalten, auf Bewegung zu bestimmten Zeiten verzichten, in Bewegungszeiten Leistung zeigen, immer neue gleichaltrige sowie wechselnde erwachsene Sozialpartner im Spielkreis, Babytreff und in der Krippe akzeptieren

und nach Möglichkeit nicht mehr als 14 Tage im Jahr krank und somit ›elternbedürftig‹ sein.

Resilienz stärken verlangt unter unseren heutigen Lebensbedingungen eine hohe pädagogisch-psychologische Professionalität. Anthropologinnen wie Sarah Blaffer Hrdy arbeiten gedanklich damit, dass der Mensch – angesichts seiner langen und aufwendigen Kindheitsphase – zu den »Kollektivbrütern« zählt, was bedeutet, dass für das Überleben von Kindern schon immer ein Pflegeverbund vertrauter (verwandter) Personen wichtig war, die den Müttern bei Schutz, Betreuung und Aufzucht der Kinder helfen. So wurde jedes Kind mit dem stabilen und überschaubaren Sozialisationsumfeld seiner Kernfamilie vertraut – ohne den jederzeit möglichen Kontakt zur Hauptbezugsperson zu verlieren – und begann, zusammen mit den anderen Kindern, altersgemäß Schritt für Schritt am Alltagsleben der Gruppe zu partizipieren, Gruppenmitglied zu werden und klar definierte Aufgaben, deren Erledigung für alle wichtig war, zu übernehmen: die kleinen Geschwister betreuen, Wasser holen, Mahlzeiten vorbereiten, auf den Feldern mitarbeiten, die Tiere hüten und versorgen, aber auch an Festen beteiligt sein. Eine selbstverständliche Einbettung in die Gruppe mit klarer sozialer Verpflichtung für alle wurde erlebt.

Eine Kita versucht eine Ersatzdorfgemeinschaft zu sein, den Kleinfamilien ein erweitertes soziales Netz zu bieten, den Kindern eine Erweiterung des Erfahrungsraumes und eine größere Anzahl von Bezugspersonen an die Seite zu stellen, die sogar nach einem gelungenen Bindungsprozess zu Bindungspersonen werden können und so ergänzende, wenn nicht sogar kompensatorische Beziehungserfahrungen möglich machen. Nur geht dieser Schritt mit der zeitweiligen Trennung von und der Nichterreichbarkeit der Hauptbindungsperson einher, die vertraute Mitregulation entfällt und stressreiche Kontrollverlusterlebnisse sind zu bewältigen. Eine neue Umwelt zeigt nicht von Anfang an ihre bereichernden Momente, sondern ist fremd, vom Kind noch nicht kontrollierbar. Erst nach dem Angekommensein kann es die Vielfalt der neuen Umgebung für sich nutzen. Dann zeigt sich Neugierverhalten, Neulust, die in kognitiver und sprachlicher Hinsicht in guten Einrichtungen bald deutliche Fortschritte bemerken lässt.

Eine kind- und bezugspersonenorientierte Eingewöhnung und professionelle Begleitung in die Kindergruppe unterstützen das Kind bei dieser sozial-emotionalen Herausforderung, dennoch muss das Kind diese Anpassungsleistung allein vollbringen. Eine Eingewöhnung ist eine Phase erhöhter Vulnerabilität, in der sich Risikofaktoren bemerkbar machen können. Aber eine erfolgreiche Eingewöhnung kann auch als bewältigte Herausforderung selbst zum Schutzfaktor werden.

Es muss im Kinderleben Herausforderungen geben, aber auch eine Akzeptanz für individuelle Schwächen, seien sie nun genetisch oder biografisch bedingt. Nicht jedes Kind wird in allen Bereichen gleich erfolgreich zu stärken sein – und das muss auch nicht so sein. Resilienzstärkung bedeutet, ursprüngliche Sozialisationserfahrungen für den Entwicklungsverlauf wieder zugänglich zu machen und anregende Kraft für die Bewältigung heutiger Lebensbedingungen erfahrbar werden zu lassen.

Dazu können Familie und Kita – wie im Folgenden eindrücklich gezeigt wird – auf je eigene Weise beitragen. Das Buch wird darüber hinaus alle, die sich in Familie und Kita um Kinder kümmern, dazu anregen, über neue Zugangsmöglichkeiten zum Kind und seiner Entwicklung nachzudenken.

Kandern, im Sommer 2012

Gabriele Haug-Schnabel

Einleitung

»Gib den Kindern ein gutes Schicksal, gewähre ihren Anstrengungen Hilfe, ihrem Bemühen Segen. Nicht den leichtesten Weg führe sie, sondern den schönsten.« Dies schrieb Janusz Korczak, ein bedeutender Pädagoge des 20. Jahrhunderts, in seinem *Gebet eines Erziehers* (1997, S. 68). Der schönste Weg – das wusste bereits Korczak und es gilt heute nicht minder – ist nicht immer der leichteste. Und es geht auch nicht darum, Kindern stets alle Steine und Hindernisse aus dem Weg zu räumen, sondern sie auf ihrem Weg zur Selbstständigkeit und zu einem gelungenen Leben zu unterstützen, sie zu fördern und zu begleiten. So lassen sie sich nicht gleich von den ersten Hürden demotivieren und sind bereit, sich anzustrengen, um ihre Ziele zu erreichen.

Dazu können die ersten Sozialisationsinstanzen *Familie* und *Kita* entscheidend beitragen. Sie müssen zusammenwirken, wenn es darum geht, Kinder in den ersten Jahren zu unterstützen. Denn viele Weichen für die Zukunft unserer Kinder werden in diesen ersten Lebensjahren gestellt. Auch grundlegende Erfahrungen machen Kinder in dieser wichtigen Lebensphase: Sie lernen zu sprechen und somit zu kommunizieren, sie lernen, was es bedeutet, ein Mädchen oder ein Junge zu sein, sie finden ihren Platz in der Familie, knüpfen Freundschaften zu anderen Kindern, erkunden die Welt, indem sie unterschiedliche Dinge und die Natur entdecken, und vieles mehr. Dadurch erleben sie, dass sie etwas bewirken können, und sie schöpfen neue Kraft und Vertrauen. Jedes bewältigte Problem, jede neu gemachte Erfahrung, jede überwundene Hürde ist ein Schritt zu weiterem Selbstvertrauen und eine Basis, um mit Mut an neue Herausforderungen heranzugehen.

Wie kann es gelingen, Kinder zu stärken, und worauf kommt es dabei an? Darauf antworten die Autorinnen und Autoren dieses Handbuchs in 28 Beiträgen, in denen sie sich aus unterschiedlichen Blickwinkeln mit diesen Fragen beschäftigen. Dabei tragen sie Wissen aus Praxis und Forschung zusammen.

Was ist anders an diesem Buch?

Zugegeben, es gibt zwar mittlerweile viele Bücher zur Thematik *Kinder stark machen*, aber diese richten sich entweder nur an eine spezielle Lesergruppe, z. B. nur an Eltern, oder sie haben oft lediglich einen besonderen Schwerpunkt, z. B. Kindergesundheit, Bewegung oder Schule. Kinder kann man jedoch auf vielfältige Weise stärken. Im vorliegenden Buch werden daher verschiedene Aspekte gebündelt und es wird differenziert. Wenn in diesem Handbuch von Kindern die Rede ist, so stehen vor allem Kinder ab der Geburt bis zum Alter von ca. sechs Jahren im Mittelpunkt. Dies umfasst den Zeitraum, der in der Regel als frühe Kindheit bezeichnet wird. Darüber hinaus werden hier die unterschiedlichen Dispositionen und Entwicklungsaufgaben von Kindern, aber auch ihre individuellen Lebenslagen und Bedürfnisse berücksichtigt.

Wie ist das Buch aufgebaut?

Wie bleiben Kinder trotz unterschiedlicher Entwicklungsrisiken stark, wie widerstehen sie Belastungen oder gehen gar gestärkt daraus hervor? Hiermit befasst sich Stephanie Krause im *ersten Teil* des Buches, und sie rückt damit *Resilienz*, die Fähigkeit schwierigste Lebenssituationen erfolgreich zu bewältigen, in den Mittelpunkt. Dabei stellt sie Pioniere der Resilienzforschung vor und präsentiert verschiedene Konzepte zur Stärkung von Kindern durch konkrete Präventionsarbeit.

Pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen müssen häufig mit einer großen Vielfalt umgehen und möchten wissen, wie sie den unterschiedlichen Kindern gerecht werden können. Im *zweiten Teil* geht es daher um Unterschiedlichkeit bzw. Diversität. Während Melitta Walter die Mädchen und Margarete Blank-Mathieu die Jungen in den Blick nimmt, beschäftigt sich Antje Wagner mit einem sehr aktuellen Thema, nämlich der Frage, wie Kinder mit einem Migrationshintergrund gestärkt werden können. Die Förderung und Stärkung von Kindern mit unterschiedlichen körperlichen und geistigen Behinderungen steht im Mittelpunkt der beiden Beiträge von Susanne Wachsmuth und Anke Fuchs-Dorn. Schließlich befasst sich Lisa Lanfermann mit der Förderung von hochbegabten Kindern – ein nicht weniger interessantes, häufig aber vernachlässigtes Thema. Die Autorinnen zeigen in ihren Beiträgen, dass auch innerhalb der jeweils betrachteten Gruppe große Unterschiede bestehen, und tragen so dazu bei, Vielfalt bewusst zu machen und als Herausforderung zu begreifen.

Im *dritten Teil* sind Artikel versammelt, die beschreiben, wie Kinder durch gezielte Angebote gestärkt werden können. Linda Schmidt zeigt, wie wichtig es ist, Kinder erst einmal zu beobachten, um davon ausgehend individuelle Maßnahmen zu ergreifen und ressourcenorientiert vorzugehen. Im Artikel von Irit Wyrobnik und Stephanie Krause wird der Rolle von Partizipation bei der Stärkung von Kindern nachgegangen. Der Beitrag von Gunda Backes kreist um eine gesunde Ernährung als Grundlage für eine positive Entwicklung von Kindern, und auch der Beitrag von Jonathan-Moritz Schreier hat mit Gesundheit zu tun: Er stellt die immense Bedeutung von Bewegung für kleine Kinder heraus. Während sich Juliane Giest mit der Relevanz von Naturerfahrungen in der frühen Kindheit auseinandersetzt, widmet sich Sabine Gerlach den Tieren und der Frage, welchen Beitrag diese zur Stärkung von Kindern leisten können. Auch der musisch-literarisch-künstlerische Bereich kommt nicht zu kurz: Catherine Kaiser-Hylla zeigt auf, welche vielfältigen Erfahrungen Kinder durch Kunst machen können, Irit Wyrobnik konzentriert sich auf die Bedeutung der Literatur und Carolin Bruss hebt die große Rolle, die Musik bereits für kleine Kinder spielt, hervor. Viele Eltern und pädagogische Fachkräfte fragen sich, wie mit den neuen Medien umgegangen werden soll, und sind in diesem Bereich verunsichert, gerade in Bezug auf Kinder im Kindergartenalter. Norbert Neuß geht darauf ein, stellt in seinem Beitrag aber auch dar, wie Kinder aus dem Umgang mit Medien gestärkt hervorgehen können. Abschließend beschreibt Judith Teresa Klüber, wie insbesondere das freie Spielen, das Erwachsene oft als nebensächlich abtun, Kinder stark macht.

Nach diesem größeren Abschnitt geht es im *vierten Teil* um Übergangsphasen als entscheidende Entwicklungsaufgaben im Lebenslauf eines Kindes. Myrna Lovis Hennig schildert, welche Bedeutung der Übergang von der Familie in die Krippe haben kann, während Nina-Natascha Arz den Übergang von der Familie in den Kindergarten thematisiert. Schließlich beleuchtet Maik Endler einen weiteren bedeutenden Übergang: von der Kita in die Grundschule.

Kinder haben nicht nur Übergänge zu bewältigen, sie sind manchmal auch mit anderen schwierigen Lebenssituationen konfrontiert. Damit befasst sich der *fünfte Teil* des vorliegenden Handbuchs. Sehr viele Kinder sind in Deutschland von der Trennung und Scheidung ihrer Eltern betroffen. Fabienne Nolte erläutert, wie Kinder in dieser belastenden Phase unterstützt werden können. Auch Armut betrifft viele Kinder – ein Thema, mit dem sich Daniela Schmitt auseinandersetzt. Und nicht zuletzt wird ein Ereignis aufgegriffen, mit dem jeder Mensch früher oder später in Berührung kommt: der Tod. Begreifen Kinder den Tod? Wie gehen

sie mit Sterbefällen in ihrem Umfeld um und wie können wir sie dabei begleiten? Antworten darauf gibt der Beitrag von Lisa Graser.

Es ist wichtig, Kinder im Hier und Jetzt zu stärken, wir können und müssen aber auch dazu beitragen, sie für die Zukunft stark zu machen. Dies gilt jedoch nicht nur für Bereiche wie Schule, Berufstätigkeit oder Teilhabe an der Gesellschaft. Kinder müssen auch lernen, Verlockungen zu widerstehen, gefährliche Situationen zu erkennen und diese einzuschätzen. Zwar können wir sie niemals hundertprozentig vor allen Gefahren schützen, aber mögliche Risiken dürfen nicht aus dem Blickfeld geraten. Daher widmet sich der *sechste Buchteil* diversen Gefährdungen, gegen die man Kinder frühzeitig stärken sollte. Den Anfang macht Kathinka Beckmann mit der Frage, wie man Kinder gegen Gewalt stärken kann. Anschließend folgt Berit Wöhls Beitrag, in dem Wege aufgezeigt werden, wie Kinder präventiv gegen sexuellen Missbrauch gestärkt werden können. Schließlich geht Sara Steinhardt auf ein Thema ein, das man in einem Handbuch mit dem Schwerpunkt frühe Kindheit vermutlich nicht erwarten würde: Sucht. Wie entsteht sie, welche Formen kann sie annehmen und wie können wir möglichst früh Suchtentwicklungen vorbeugen?

Am Ende des Buches befindet sich ein ausführliches Literaturverzeichnis, das Gelegenheit zur Vertiefung der jeweiligen Thematik bietet.

Wie sind die Artikel aufgebaut?

Alle Artikel in den Hauptteilen des Buches sind gleich aufgebaut: Nach einer kurzen Einführung in das jeweilige Thema wird dessen Bedeutung für die frühe Kindheit erläutert; anschließend wird erörtert, wie Kinder in dem jeweiligen Bereich gestärkt werden können. Jeder Artikel besteht aus diesem beschreibenden, eher theoretisch gehaltenen Teil und einem anschließenden praktischen Teil mit konkreten Anregungen und Hinweisen. Diese praktischen Empfehlungen sollen nicht als allgemeingültige Ratschläge verstanden werden, sondern stellen vielmehr eine Auswahl an Möglichkeiten dar und müssen selbstverständlich der jeweiligen pädagogischen Situation angepasst werden. Denn kein Kind ist genau wie das andere und »kein Buch, kein Arzt [kann] den eigenen aufmerksamen Gedanken, die eigene genaue Beobachtung ersetzen« (Korczak 1999, S. 10). Dies sollten Sie stets im Hinterkopf haben, wenn in diesem Buch zuweilen von *dem* Kind oder *den* Kindern die Rede sein wird.

An wen wendet sich dieses Buch?

Zwei Lesergruppen stehen im Fokus: Pädagogische Fachkräfte* in unterschiedlichen Kindertageseinrichtungen, wie Krippe und Kindergarten, einerseits und Eltern sowie weitere Familienangehörige, z. B. Großeltern und alle, die sich in einer Familie um Kinder kümmern, andererseits. Dies kommt vor allem in den praktischen Anregungen und Hinweisen zum Ausdruck, die sich gesondert an Familie und Kita richten. Natürlich können auch die an die jeweils andere Gruppe adressierten Anregungen gelesen werden, woraus sich vielleicht neue Impulse für das eigene Handeln und die Kooperation zwischen Familie und Kita ergeben.

Allen Autorinnen und Autoren gebührt ein herzlicher Dank für ihre Beiträge und die gute und anregende Zusammenarbeit.

Zum Schluss möchte ich ein drittes Zitat von Janusz Korczak hinzuziehen und Sie, liebe Leserinnen und Leser, dazu aufrufen, seine Worte bei Ihrer Lektüre zu beherzigen: »Immer, wenn du ein Buch aus der Hand legst und beginnst, den Faden eigener Gedanken zu spinnen, hat das Buch sein angestrebtes Ziel erreicht« (1999, S. 10).

Frankfurt am Main, im Sommer 2012

Irit Wyrobnik

* In diesem Buch wird für pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen stets die weibliche Form *Erzieherinnen* verwendet. Dies geschieht auch aus Gründen der Lesbarkeit, ist aber vor allem der Tatsache geschuldet, dass die überwiegende Mehrheit dieser Fachkräfte in Deutschland Frauen sind. Aus Gründen der Lesbarkeit wird für andere Personengruppen meist die männliche Form verwendet. Selbstverständlich sind dann beide Geschlechter gleichermaßen gemeint.

Was versteht man unter *Resilienz*?

Stephanie Krause

Wenn in Fachkreisen und in Medien über eine *gesunde Entwicklung* und eine *altersgerechte Stärkung der kindlichen Kompetenzen* diskutiert wird, dann fällt immer häufiger der Begriff *Resilienz*. Die Erkenntnisse aus der sogenannten Resilienzforschung gewinnen mehr und mehr an Bedeutung für das pädagogische Handeln, weshalb die Frage geklärt werden soll, worum es sich handelt, wenn von Resilienz gesprochen wird. In diesem Beitrag sollen die theoretischen Grundlagen, die an das Resilienzkonzept geknüpft sind, dargestellt werden. Es stellen sich somit folgende Fragen: Was versteht man unter diesem Begriff und wie können die Erkenntnisse aus Forschung und Praxis uns im alltäglichen Umgang mit dem Kind helfen?

Wie entstand der Begriff *Resilienz*?

Als Einstieg lässt sich festhalten: Forscher aus verschiedensten Fachdisziplinen widmeten sich in den 1970er Jahren der Frage, warum es Kinder gibt, die z. B. in bildungsfernen, sozial-emotional bzw. ökonomisch schwachen Familien aufwachsen und sich trotzdem zu selbstbewussten, leistungsfähigen und optimistischen Erwachsenen entwickeln. Man erklärte die sogenannten *Wunderkinder* oder *Superkids* für unverwundbar bzw. unbesiegbar (Wustmann 2004, S. 27) und ihre Widerstandsfähigkeit als angeboren und nicht beeinflussbar. Mithilfe einiger Studien, unter anderen diejenige der Amerikanerin Emmy Werner (2008) und ihrer Forschergruppe, konnte bestätigt werden, dass widrige Lebensumstände nicht zwangsweise mit einer Schädigung in der kindlichen Entwicklung einhergehen, sondern dass es Mechanismen gibt, welche dazu beitragen, den negativen Einflüssen entgegenzuwirken.

In der *Kauai-Längsschnittstudie* untersuchten und begleiteten Werner und ihre Mitarbeiter über einen Zeitraum von mehr als vierzig Jahren alle auf dieser hawaiianischen Insel geborenen Kinder des Jahrgangs 1955. Das Team begann mit den Untersuchungen bei den 698 Kindern bereits in der pränatalen Entwicklungsperiode, um den Einfluss von Entwicklungsrisiken ab dem frühestmöglichen Zeitpunkt zu verdeutlichen. Die Daten wurden kurz nach der Geburt und im Alter von 1, 2, 10, 18, 32 und 40 Jahren erfasst (Werner 2008, S. 21). Von den 698 Kindern wuchsen etwa zwei Drittel ohne besondere Auffälligkeiten auf. Im Gegensatz dazu konnte beim dritten Drittel ein hohes Entwicklungsrisiko festgestellt werden. Ursache hierfür waren z. B. Scheidung der Eltern, chronische Armut, familiäre Gewalt und geburtsbedingte Komplikationen. Zwei Drittel dieser Kinder wurden straf- und verhaltensauffällig oder litten unter psychischen Problemen im Jugendalter. Interessant für die Forschung war die genaue Betrachtung des verbleibenden Drittels; denn trotz zahlreicher ähnlicher Probleme entwickelten diese Kinder sich zu kompetenten, selbstsicheren, sozialen und leistungsorientierten Erwachsenen.

Mithilfe der Kauai-Studie konnte empirisch belegt werden, dass Kinder unterschiedlich auf Belastungen und Herausforderungen reagieren. Kritische Lebensereignisse können bei Kindern zu Entwicklungsstörungen führen; andererseits gelingt es manchen Kindern, die unter ebenso riskanten Umständen aufwachsen, sich positiv zu entwickeln. Die Forschung beschäftigt sich deshalb mit dem Phänomen der kindlichen Widerstandsfähigkeit. Aus dem Lateinischen abgeleitet (*resilire*: abprallen, zurückspringen), hat sich in diesem Zusammenhang der Begriff der Resilienz etabliert. Er beschreibt – grob formuliert – die psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber belastenden Lebensereignissen bzw. Risikofaktoren (Gabriel 2005, S. 207). Als Synonyme für Resilienz werden Begriffe wie *psychische Robustheit*, *Stressresistenz* oder auch *psychische Elastizität* verwendet (Wustmann 2004, S. 18).

Dementsprechend müssen im Kind selbst oder in seiner Umwelt schützende Faktoren existieren, die negative Einflüsse abschwächen oder sogar ganz beseitigen. Unter diesen schützenden Faktoren können sozial vermittelte und genetische Ressourcen verstanden werden, mit deren Hilfe auftretende Krisen in der Kindheit gemeistert werden (Welter-Enderlin/Hildenbrand 2006, S. 13). Froma Walsh, die amerikanische Expertin für Familienresilienz, geht bei ihrer Definition noch weiter, indem sie unter Resilienz nicht allein die Fähigkeit versteht, belastenden Herausforderungen im Leben standzuhalten, sondern darüber hinaus aus negativen Erlebnissen gestärkt hervorzugehen. Kritische Lebenslagen können demnach

negative Auswirkungen auf das Kind haben, aber negative Erfahrungen sind auch grundlegend für jede Entwicklung – nach dem Motto »aus Fehlern lernt man.« Eine geläufige Definition stammt von Corina Wustmann, die Resilienz als »eine psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken« (Wustmann 2004, S. 18) versteht.

Was versteht man unter Risikofaktoren und welchen Einfluss können diese auf die kindliche Entwicklung haben?

Aufgrund zunehmender Scheidungsraten, eines steigenden Anteils an alleinerziehenden Elternteilen und der wachsenden Kinderarmut muss sich unsere moderne Gesellschaft neuen Herausforderungen stellen. Kinder werden immer mehr mit Problemen belastet, die eine gesunde seelische Entwicklung negativ beeinflussen können.

Risikofaktoren sind Merkmale, die eine positive Verhaltensweise reduzieren und stattdessen die Wahrscheinlichkeit negativer Konsequenzen erhöhen können. Die Wahrscheinlichkeit, dass ein Risikofaktor die Entwicklung negativ beeinflusst, wird dann größer, wenn sich das Kind in kritischen Phasen (Rönnau-Böse/Fröhlich-Gildhoff 2010, S. 17) befindet. Darunter versteht man die mit den Entwicklungsübergängen (z. B. Pubertät) verbundenen Belastungen.

Da es unterschiedliche Herausforderungen und Belastungen gibt, erfolgt eine Abstufung der kindlichen Krisenerfahrungen. *Entwicklungsrisiken* sind die normalen Krisen, die jedes Kind durchlaufen muss, und stellen die Übergänge vom Kleinkindalter zum Vorschulalter bzw. vom Kindergartenalter zum Schulalter dar. Auch *akute Belastungskrisen* (z. B. Streit der Eltern) gehören zum Lebensalltag eines jeden Kindes. Von größerem Ausmaß sind dagegen *kritische Lebensereignisse*, die ein Kind nachhaltig und schwer belasten, wie etwa der Verlust oder die Trennung der Eltern. Schwerwiegend sind jedoch Gefährdungen durch *traumatische Krisen* (Gewalt, Missbrauch oder Kriegserfahrungen) für die kindliche Gesundheit (Jaede 2007, S. 13–18). Darüber hinaus ist die Wirkung eines Risikofaktors davon abhängig, inwieweit er als solcher wahrgenommen wird. So ist es möglich, dass die Scheidung der Eltern von manchen Kindern, im Gegensatz zu anderen, als weniger dramatisch empfunden wird. Jeder Mensch hat folglich eine individuelle Stresswahrnehmung, wodurch vorhandene Krisen auch unterschiedlich bewertet werden. Die erfolgreiche

Bewältigung einer schweren Situation hat zum einen den Vorteil, dass sie seelische Schädigungen verhindert, gleichzeitig können die daraus gewonnenen Erfahrungen auf später auftretende Belastungen ebenfalls erfolgreich angewandt werden.

Mithilfe der Erkenntnisse und Ergebnisse aus der Risikoforschung teilt man Entwicklungsgefährdungen in zwei Gruppen ein: *Vulnerabilitätsfaktoren* und *Risikofaktoren*. Unter Vulnerabilitätsfaktoren werden kindheitsbezogene Merkmale verstanden, die biologische und psychologische Defizite beschreiben. Zu den Vulnerabilitätsfaktoren können z. B. Geburtskomplikationen, niedriges Geburtsgewicht, neuropsychologische Defizite, schwierige Temperamentsmerkmale und chronische Erkrankungen gezählt werden.

Risikofaktoren werden häufig als Stressoren bezeichnet, da die Risikobedingungen in der Umwelt des Kindes zu finden sind. Risikofaktoren oder Stressoren können z. B. chronische familiäre Disharmonie, unsicheres Wohnumfeld, chronische Armut, niedriger sozioökonomischer Status, niedriges Bildungsniveau der Eltern, Migrationshintergrund, elterliche Trennung oder psychische Erkrankungen der Eltern sein (Wustmann 2004, S. 38f.).

In der Literatur wird zwischen *diskreten* und *kontinuierlichen* Faktoren unterschieden. Während einige Risikobelastungen nur zu bestimmten Zeitpunkten und unregelmäßig auftreten, wirken sich andere Belastungen kontinuierlich auf die kindliche Entwicklung aus. Weiterhin muss grundsätzlich berücksichtigt werden, ob Belastungen direkt auf das Kind übertragen werden, wie z. B. ein defizitärer Erziehungsstil, oder ob Stress, etwa verursacht durch andauernden Streit der Eltern, das Kind indirekt erreicht.

Wie gelingt es einigen Kindern, ihren schweren Lebensbedingungen zu trotzen und sich darüber hinaus zu starken Persönlichkeiten zu entwickeln?

Die amerikanischen Forscher stellten also fest, dass die resilienten Kinder im Gegensatz zu den nicht resilienten Kindern aus derselben Risikogruppe weniger unter chronischen Krankheiten litten und die Todes- und Scheidungsrate im Erwachsenenalter geringer ausfiel. Aus diesem Grund wollten die Forscher herausfinden, was die resilienten Kinder von den anderen unterscheidet und welche Faktoren die Risikobelastungen abpuffern können. Besondere Aufmerksamkeit schenkte Werner (2008) dabei einer Kette schützender Faktoren, die sich gegen-

seitig beeinflussen und zu einem positiven Zusammenspiel führen. Darunter sind einerseits Schutzfaktoren zu verstehen, die das Kind selbst mitbringt, wie z. B. überdurchschnittliche Intelligenz, Talente oder ein positives Temperament, andererseits schreibt die Autorin den protektiven Merkmalen innerhalb der Familie und des sozialen Umfelds des Kindes eine besondere Bedeutung zu (Werner 2008, S. 24; Rönnau-Böse/Fröhlich-Gildhoff 2010, S. 15). Nach Rutter sind schützende Faktoren »psychologische Merkmale oder Eigenschaften der sozialen Umwelt«, welche die Wahrscheinlichkeit psychischer Störungen senken (Wustmann 2004, S. 44).

Die Bedeutung von Schutzfaktoren

Es müssen also schützende Faktoren im Kind selbst oder auch in seiner Umwelt auftauchen, damit schlechte Erfahrungen verarbeitet und ausgeglichen werden können. Erst mithilfe von positiven Eigenschaften bzw. einer beschützenden und aufmerksamen Umwelt kann ein Kind Mechanismen entwickeln, die ihm dabei helfen, sich gegen die negativen Einflüsse zu wehren. Prinzipiell können Schutzfaktoren Belastungen bzw. deren Auswirkungen entweder ganz verhindern oder zumindest ausgleichen und ferner eine gesunde Entwicklung unterstützen.

Das Schutzfaktorenkonzept

In Studien haben Wissenschaftler Schutzfaktoren feststellen können, die sich in drei Ebenen einteilen lassen: *Schützende Faktoren im Kind* (positive Eigenschaften im Kind), *schützende Faktoren in der Familie* und *schützende Faktoren in der Umwelt* (Werner 2008, S. 20–25). Die beiden Letztgenannten lassen sich als *soziale Ressourcen* zusammenfassen. Unter *personalen Ressourcen* werden Schutzmechanismen wie z. B. einfache und positive Temperamenteigenschaften verstanden. Ein Kind besitzt diese dann, wenn es sich offen, aktiv, liebevoll und ausgeglichen verhält. Mithilfe dieser Eigenschaften können Entwicklungsaufgaben, Hindernisse und Krisen erfolgreich bewältigt werden. Je mehr Schutzfaktoren vorhanden sind, desto besser kann die Gesundheit eines Kindes gestärkt (Wustmann 2004, S. 46) werden. Ein Kind mit positiven Temperamentsmerkmalen hat eine größere Chance auf positive Reaktionen aus seiner Umwelt als ein Kind mit einem weniger günstigen Temperament. Die Selbstwirksamkeitsüberzeugung und

das Selbstbild werden gestärkt, was wiederum den Aufbau von zwischenmenschlichen Beziehungen fördern kann. Hieraus können Freundschaften und andere soziale Kontakte entstehen oder stabilisiert und intensiviert werden.

Schützende Faktoren im Kind

Die Untersuchungen der Kauai-Studie haben ergeben, dass die wirksamsten Faktoren beim Aufbau von Widerstandsfähigkeit im Kind selbst liegen. Bereits im Säuglingsalter wurden die Babys von ihren Erziehungs- und Betreuungspersonen als gutmütig, aktiv und liebevoll beschrieben (Werner 2008, S. 22). Im Kleinkindalter zeigten sie ein intensives Erkundungsverhalten, was die Kinder darin unterstützte, ein sicheres Bindungsverhalten zu entwickeln. Die befragten Personen berichteten, dass die resilienten Kinder sich leicht beruhigen ließen und kaum Schlafprobleme oder Schwierigkeiten mit der Nahrungsaufnahme hatten. Im Schulalter erschienen die resilienten Kinder selbstständiger, unabhängiger und selbstbewusster als die nicht resilienten Kinder. Trotz meist durchschnittlicher Begabung setzten sie ihre Talente effektiv ein. Ein weiterer und zugleich sehr entscheidender Faktor im Leben der Kinder war der Glaube an die eigenen Fähigkeiten, der ihnen half, stets den Sinn und Zweck ihrer Handlungen zu erkennen (Werner 2008, S. 23). Alle Fähigkeiten und Kompetenzen halfen den Probanden, in ihrem späteren Berufs- und Privatleben mit Problemsituationen erfolgreich umzugehen oder diese gar ganz zu bewältigen. Ebenso ist zu erwähnen, dass bei den Studien insbesondere Mädchen, im Gegensatz zu Jungen, im Kindesalter über ein höheres Maß an personalen Eigenschaften wie z. B. ein »umgängliches Temperament« (Wustmann 2004, S. 48) verfügten. Dieses verhalf ihnen dazu, Problemlösungen eigenständig zu erarbeiten.

Schützende Faktoren in der Familie

In der Resilienzforschung wird auch der Einfluss der Familie genauer betrachtet. Sie wird als (Lebens-)Kontext bezeichnet, der entweder einen schützenden oder einen mit Risikofaktoren besetzten Rahmen bildet (Welter-Enderlin/Hildenbrand 2006, S. 21). Trotz widriger Lebensumstände gelang es den meisten resilienten Kindern, eine enge, positiv emotional stabile Beziehung zu mindestens einer Bezugsperson aufzubauen. Diese Person gewährleistete eine kompetente, liebevolle und konstante Betreuung des Kindes und ging feinfühlig auf dessen Bedürfnisse ein. In einigen Familien konnten Eltern aufgrund von Krankheiten oder anderen Einschränkungen

nicht als feste Bezugsperson für die Kinder da sein, weshalb Großeltern, Tanten, aber auch Lehrkräfte und Erzieherinnen als Ersatzpersonen einsprangen. Feste Bindungen verhalfen den Kindern dazu, Vertrauen, soziale Kompetenzen und ein positives Selbstbild zu entwickeln (Werner 2008, S. 24). Zudem traten die Bezugspersonen als positive Modelle und Vermittler von Werten auf, an denen sich die Kinder orientieren konnten.

Die Ergebnisse der Kauai-Studie zeigten darüber hinaus, dass ein positives Erziehungsklima und ein wertschätzender Erziehungsstil die gesunde Entwicklung von Kindern fördern. Ein autoritativ-demokratischer Erziehungsstil trug überwiegend dazu bei, dass die Kinder ein Gefühl von Wärme, Anerkennung, bedingungsloser Akzeptanz und Schutz erfahren durften.

Schützende Faktoren im sozialen Umfeld

Viele der resilienten Kinder orientierten sich an schützenden Faktoren in ihrem sozialen Umfeld, wenn sie innerhalb ihrer Familie keine Bezugs- oder Vertrauenspersonen vorfanden. Einerseits dienten Vertrauenspersonen wie z. B. Lehrer oder Nachbarn außerhalb der Familie als Zuhörer und Berater bei Problemen; andererseits übernahmen diese Personen Aufgaben als Vermittler von Werten und dienten als Modell für soziale Handlungsweisen und konstruktives Bewältigungsverhalten.

Im Jugendalter zeigten sich Freundschaften und Peer-Kontakte als große Unterstützung bei der Kompensation von Belastungen und Problemen. Kinder, deren Eltern unter psychischen Krankheiten litten, profitierten vom Austausch mit Gleichaltrigen und gewannen dadurch positive Lebensperspektiven. Einerseits dienten Freunde zur Ablenkung und Erholung von familiärem und schulischem Stress; andererseits lernten die Kinder in den Peer-Interaktionen soziale Kompetenzen wie Perspektivenübernahme, gleichberechtigte Kommunikation, das Teilen und Empathie.

Wann kann ein Kind als *resilient* bezeichnet werden?

Kinder mit ›günstigen‹ Eigenschaften bzw. einem positiven Umfeld können nicht automatisch als resilient bezeichnet werden. Ein Kind gilt erst dann als resilient, wenn bestimmte Probleme bzw. Schwierigkeiten in seinem Leben auftauchen und es aufgrund dessen Bewältigungsleistungen erbringen muss. Ein widerstandsfähiges

- Wie werden wir unterschiedlichen Kindern gerecht, zum Beispiel Mädchen, Jungen, Kindern mit Migrationshintergrund, hochbegabten Kindern?
- Wie können wir Kinder in wichtigen Übergangsphasen stärken, zum Beispiel beim Übergang vom Kindergarten in die Grundschule?
- Was ist zu tun, wenn Kinder schon sehr früh in schwierige Lebenslagen geraten?
- Wie kann man Kinder unterstützen, die ein Familienmitglied verloren haben, oder solche, die in Trennungs-/Scheidungsfamilien aufwachsen?
- Kann man Kinder vor Drogen oder sexuellem Missbrauch schützen?

Diese und viele weitere Fragen – viele wissenschaftlich und elementarpädagogisch fundierte Antworten für Kita und Familie!

Zur Herausgeberin:

Prof. Dr. Irit Wyrobnik lehrt am Fachbereich Sozialwesen der Hochschule Koblenz, Arbeitsschwerpunkt: Frühkindliche Bildung und ihre Didaktik.