



Einführung Resilienz

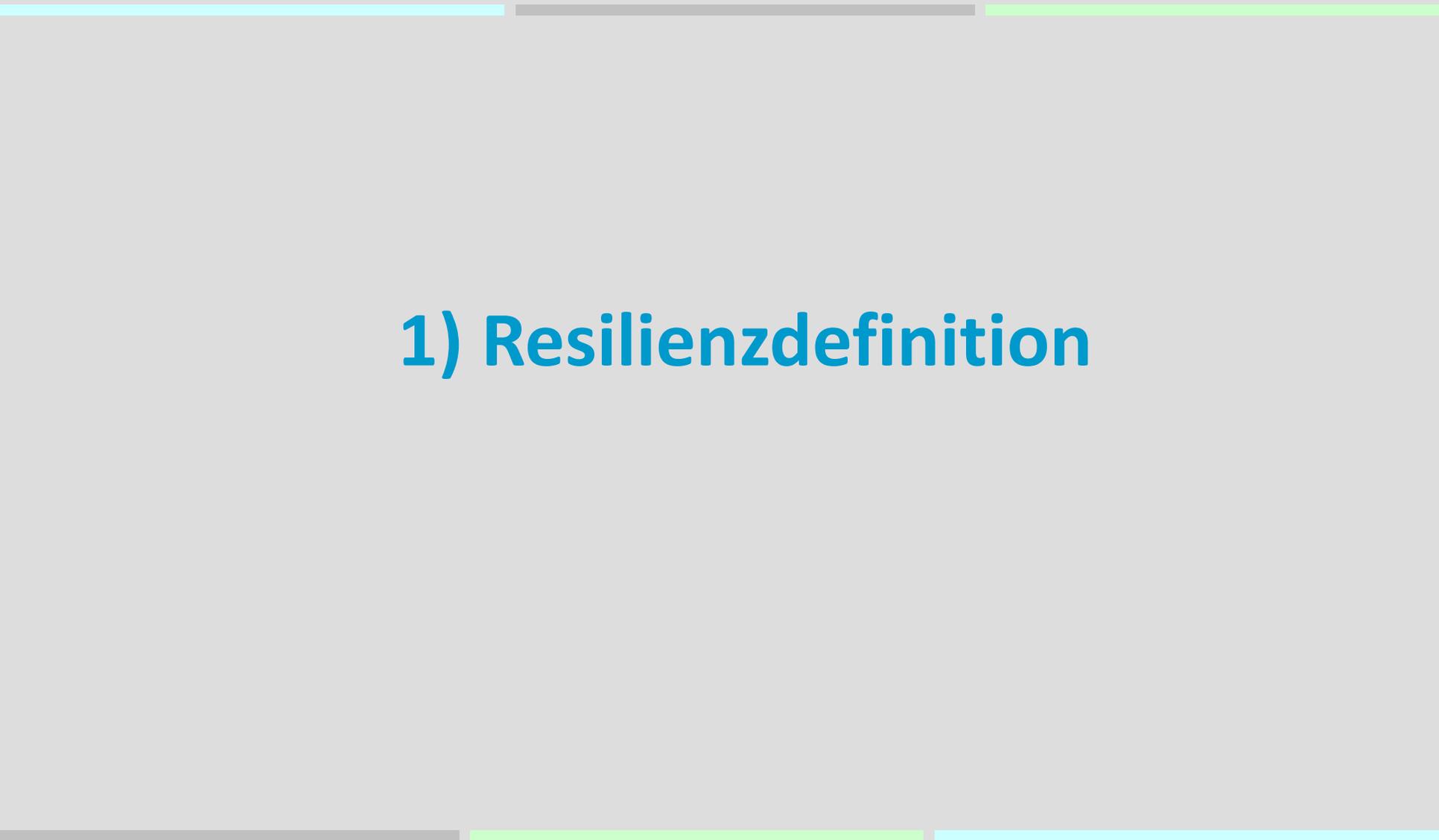
Prof. Dr. Maike Rönnau-Böse
Evangelische Hochschule Freiburg
Zentrum für Kinder- und Jugendforschung
20.10.2021

Gliederung

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

1.1 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)
- die meisten Fachartikel in der Medizin, Sozialwissenschaften und Biologie, deutlich steigend ab den 1990er Jahren (vgl. Weiß, Hartmann & Högl, 2018)



1) Resilienzdefinition

1) Definition Resilienz



- Seelische Stabilität/psychische Widerstandsfähigkeit, die den erfolgreichen Umgang mit Belastungen und schwierigen Lebenssituationen beinhaltet (vgl. z.B. Wustmann, 2004)
- „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

1) Definition Resilienz

Resilienz ist...

... ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess

➔ ist nicht angeboren, Kind-Umwelt-Interaktion

... eine variable Größe

➔ keine stabile Unverwundbarkeit

... situationsspezifisch und kontextabhängig

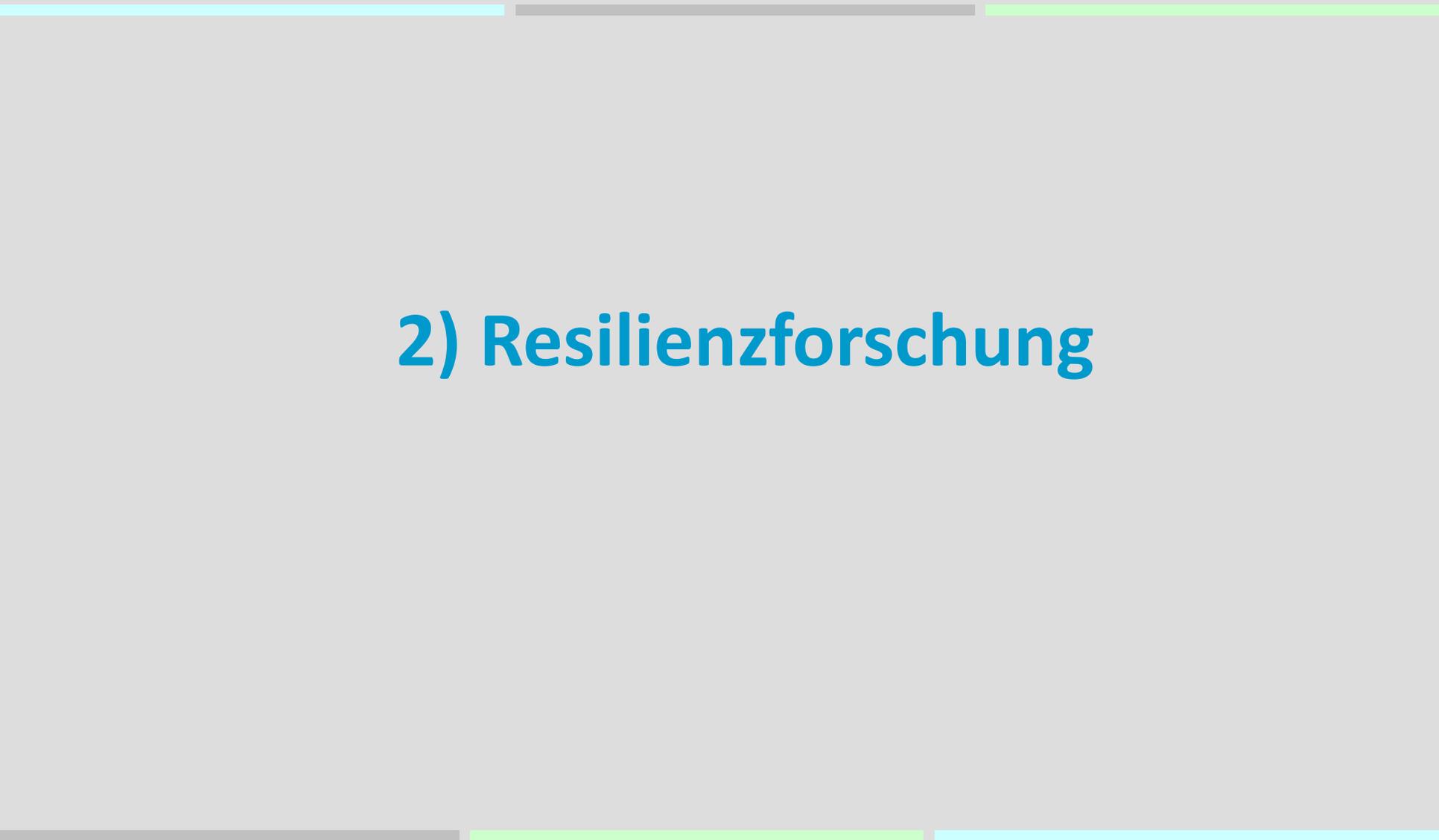
➔ nicht auf alle Lebensbereiche übertragbar

➔ Resilienz ist multidimensional u. alle biopsychosozialen Faktoren müssen berücksichtigt werden

1) Definition Resilienz

Resilienz ist keine Charaktereigenschaft!!

- Entwicklungsprozess, abhängig von Erfahrungen und Erlebnissen
 - Geknüpft an zwei Bedingungen:
 - 1) Es besteht eine Risikosituation
 - 2) Diese wird erfolgreich bewältigt
 - Internale und externale Messkriterien
 - Kulturelle Dimension
-



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
- „Erwerb altersangemessener Fähigkeiten und Kompetenzen und erfolgreiche Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben“
(Wustmann 2004)
-

Resilienzforschung

19 Längsschnittstudien in den USA, Europa, Australien und Neuseeland

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

Davon deutsche Studien:

- Die Mannheimer Risikokinderstudie (Laucht et al. 2000)
 - Die Bielefelder Invulnerabilitätsstudie (Lösel & Bender 2008)
-

Das Schutzfaktorenkonzept

Personale Faktoren

Positives Temperament

Mindestens durchschnittliche Intelligenz

Weibliches Geschlecht (in der Kindheit)

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

Positive Schulerfahrungen

Ressourcen auf kommunaler Ebene

...

Schutzfaktor Beziehung

Wichtigster Schutzfaktor: **Beziehung**

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

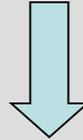
- eine unterstützende u. zugewandte Beziehung ist stabilster Prädiktor für eine resiliente Entwicklung (Luthar, 2006)
- Bedeutung kompensierender Beziehungen (Pianta et al., 2008, Bengel et al., 2009)

⇒ „Schlüsselpersonen als Türöffner für neue Perspektiven“
(Wustmann, 2011)

Resilienzfaktoren

- Fähigkeiten, *„die das Kind [der Erwachsene] in der Interaktion mit der Umwelt sowie durch die erfolgreiche Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben im Verlauf erwirbt;“* (Wustmann, 2004)
 - 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, 2012)
-

Entwicklungsaufgaben,
aktuelle Anforderungen,
Krisen



**Selbst- u.Fremd-
Wahrnehmung =**
angemessene
Selbsteinschätzung
und Informations-
verarbeitung

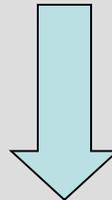
**Selbst-
steuerung =**
Regulation
von Gefühlen
und
Erregung

**Selbst-
Wirksamkeit =**
Überzeugung,
Anforderungen
Bewältigen zu
Können

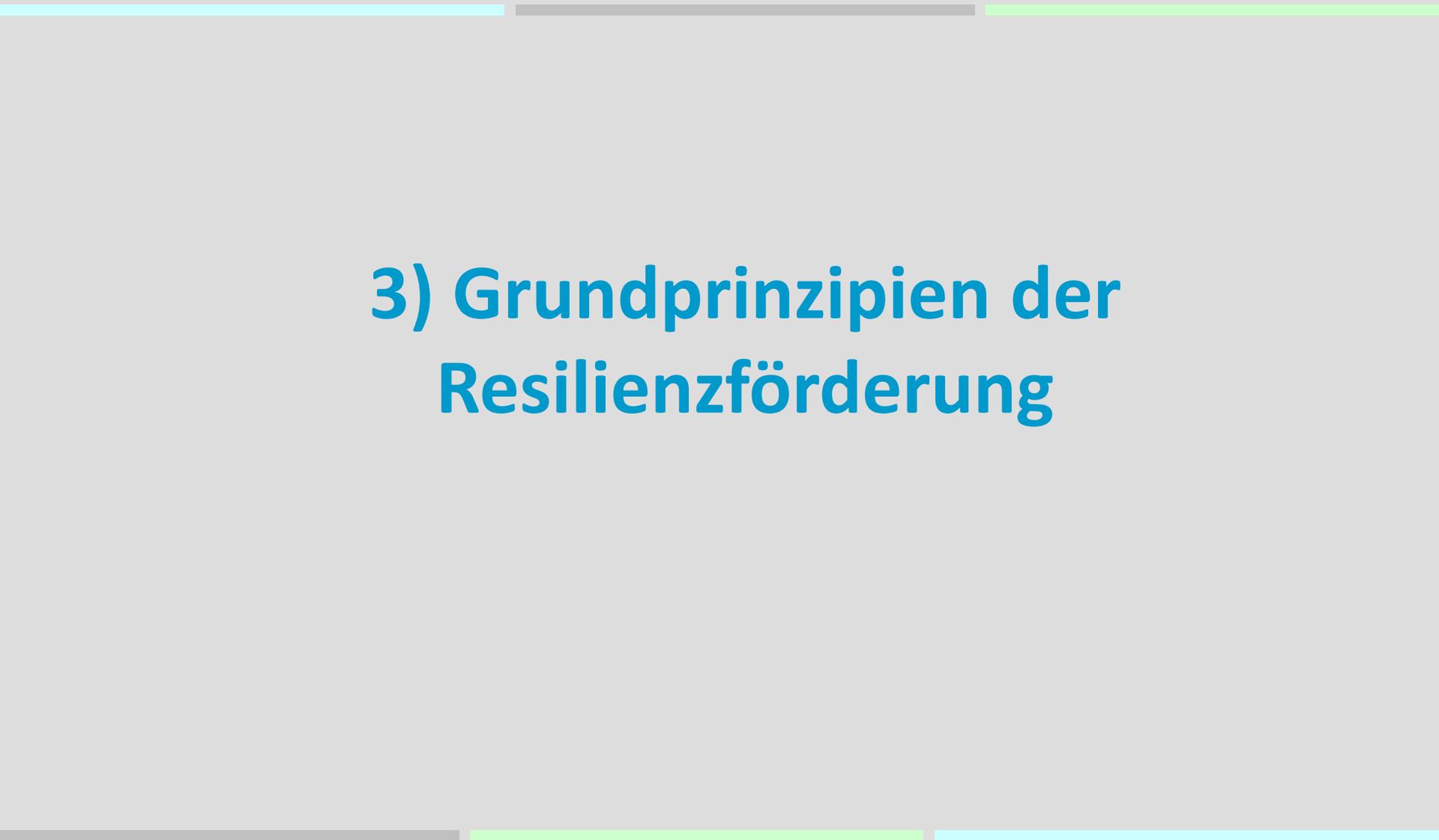
**Soziale
Kompetenz =**
Unterstützung
holen, Selbst-
behauptung,
Konflikte lösen

**Aktive
Bewältigungs-
kompetenzen =**
Fähigkeiten zur
Realisierung
vorhandener
Kompetenzen
in der Situation

**Probleme
lösen =**
Allgemeine
Strategien zur
Analyse und
vum Bearbeiten
von Problemen



Bewältigung



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!)
 - Eine optimistische Grundhaltung vermitteln, die Probleme generell als Herausforderung u. Lernchance begreift (Göppel, 2011)
 - Empathie, Wertschätzung u. Kongruenz (Rogers)
 - Nicht nur vordergründig, sondern durchgängig
 - Verhalten als „Überlebensstrategie innerhalb eines Kontextes“ (Ungar, 2011, S. 136)
-

a) Stärkenorientierte Haltung

- Alternativen müssen kulturell u. kontextuell relevant sein, persönliche Stärken erfahrbar machen: der Tausch gegen die alten Reflexe muss sich lohnen!
 - "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)
 - Den „Eigensinn“ ergründen
 - Möglichkeiten zum Ausdruck von Besonderheiten schaffen
-

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. Erfolgsmeldungen geben (Brooks, 2006; Roos & Grünke, 2011)
 - Ansprechbar bei Problemen sein
 - an Beziehungs-/Bindungsbedürfnissen und -möglichkeiten anknüpfen
-

c) 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):
 - Einrichtung/Team, Kinder/Jugendliche/Erwachsene, Bezugspersonen, Netzwerk
- Grundlage ist eine indikatoren gesteuerte Organisationsentwicklung

Mehrebenenmodell im Setting-Ansatz

Ebene Kinder

Kinderkurse
Einzelförderung
zielgruppenspezifische Angebote

Ebene päd. Fachkräfte

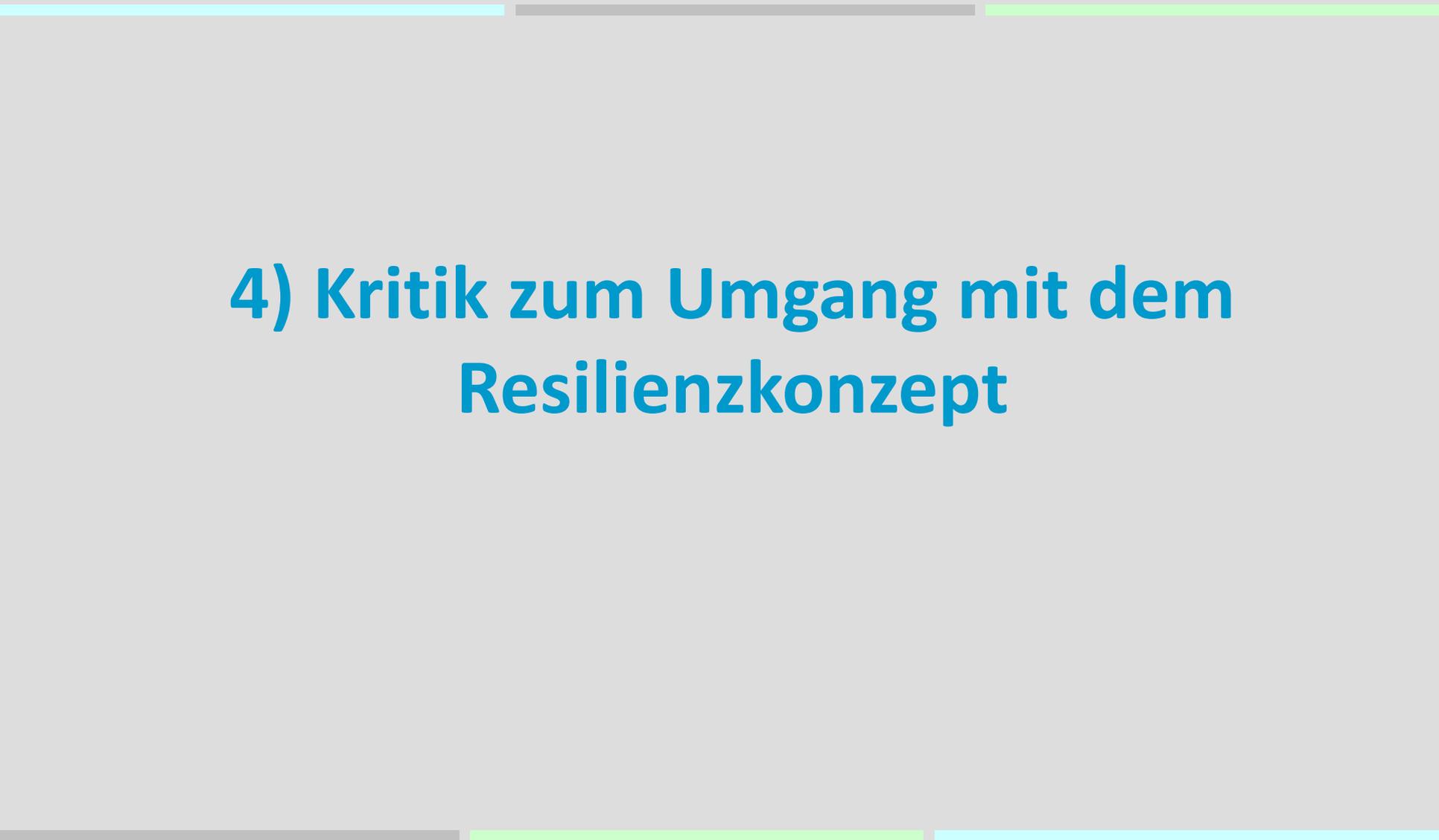
Leitbild (Institution)
„pädagogischer Alltag“
Fallsupervisionen
Fortbildungen

Netzwerke

Erziehungsberatung
Soziale Dienste
Einrichtungen, Vereine etc.
im Sozialraum

Ebene Eltern

Beratung/“Sprechstunden“
Elternkurse



4) Kritik zum Umgang mit dem Resilienzkonzept

4. Kritik

- 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, 2006)
 - Unsicherheiten der Gesellschaft werden ausgenutzt (Rungius, Schneider & Wellter, 2018)
 - Resilienz als Allheilmittel
 - Unkritische Anwendung auf verschiedenste Disziplinen und Arbeitsbereiche (vgl. Weiß, Hartmann & Högl, 2018)
-

4. Kritik

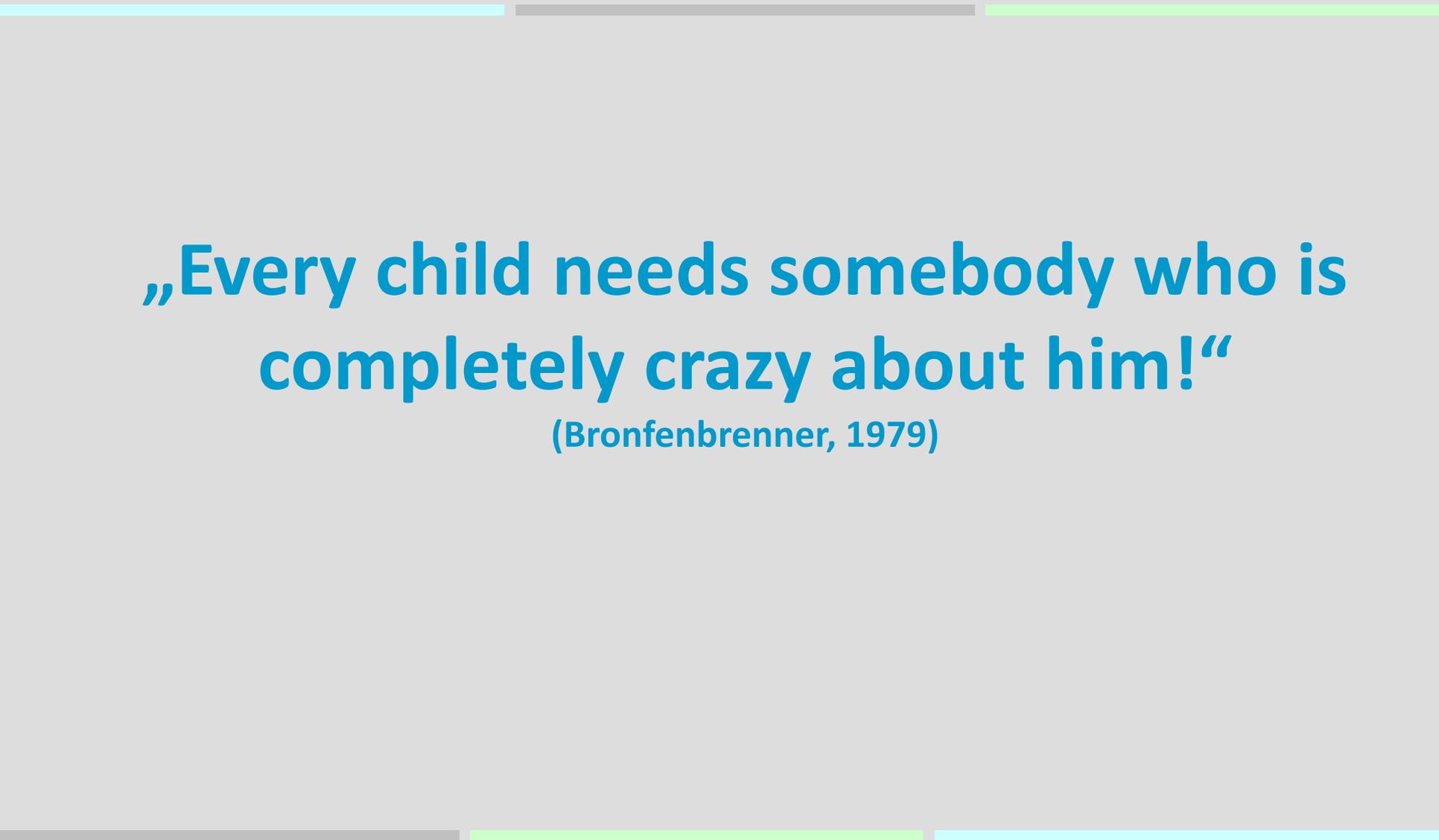
- Zu starke Fokussierung auf Ressourcen und Stärken (vgl. Rönnauböse & Fröhlich-Gildhoff, 2015)
 - Verengung des Konzepts, Dysfunktionalitäten haben keine Berechtigung mehr
 - Bewältigungsprozess muss stärker beachtet werden
 - Eine resilienzförderliche Haltung bedeutet „Aushalten“
-



5) Fazit

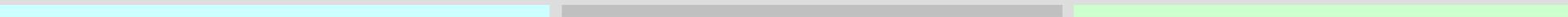
Kinder brauchen...

- Menschen, die feinfühlig Beziehungen anbieten
 - Menschen, die mit einer Resilienzbrille auf sie schauen , d.h. ihre Stärken und Fähigkeiten wahrnehmen
 - Interaktionsangebote, die zu ihrem Entwicklungsstand und zu ihren (aktuellen) Grundbedürfnissen passen
 - Möglichkeiten, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu machen
 - 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

www.resilienz-freiburg.de

