

Vortrag nifbe-Vortragsreihe:
KiTa in Corona-Zeiten
26.01.2021 mit Anne Kuhnert



Resilienz und Denkmuster in Krisenzeiten



InDiPaed

Institut für
Digitale Pädagogik
(n.staatl.)



Vortrag von Anne Kuhnert

pädagogische Leitung

InDiPaed - Institut für Digitale Pädagogik (n.staatl.), Berlin



InDiPaed

Institut für
Digitale Pädagogik
(n.staatl.)

Worum wird es gehen?



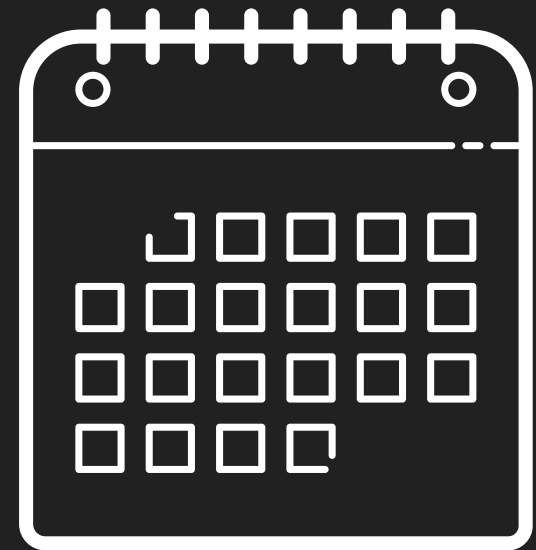
- Was ist Resilienz?
- Schlüsselfaktoren in der pädagogischen Praxis
- Wie kann Begleitung ausgerichtet sein, um besonders diejenigen Kinder zu unterstützen, die nicht entsprechend resilient sind, um unbeschadet und gestärkt aus der Krisenzeit hervorzugehen?

Das Konzept der Resilienz, also der inneren Widerstandskraft, rückt zunehmend in den Fokus der Frühpädagogik, denn nun gilt es verstärkt, **Schlüsselfaktoren** zu identifizieren, die dazu beitragen, dass jungen Menschen und Kinder in ihrer Widerstandskraft gestärkt werden.

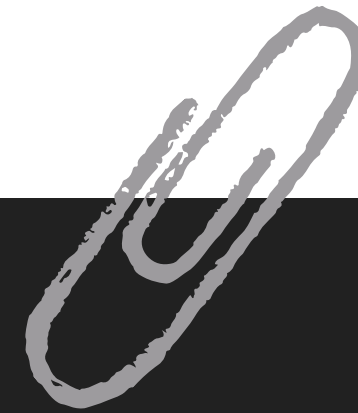
Kinder erleben Krisen und gesellschaftliche Umbrüche ebenso wie Erwachsene, jedoch häufig aus einer **anderen Perspektive**, da sie selten als handelnde Akteur:innen in die Entwicklungsprozesse eingebunden sind.

Ausgangspunkt

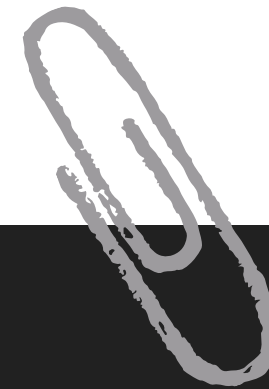




Der Fahrplan



1. Resilienz | eine Kurz-Einführung
2. Schutzfaktoren in der Praxis
3. Ambivalenzachse | Erschütterung & Sicherheit



Resilienz

-

Eine Kurz-Einführung



Definitionen?

Es gibt unterschiedlich klare und konkrete Erklärungs- und Definitionsansätze zum Konzept der Resilienz.



Definition 1

Resilienz ist die psychische Widerstandskraft bzw. die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen.

Definitionen von Oxford Languages



Definition 2

Klaus Lieb (Professor für Psychiatrie und Psychotherapie | Deutsches Resilienz-Zentrum, Mainz)

Resilienz ist die Eigenschaft, auch nach elementaren Krisen rasch in einen seelischen Normalzustand zurückzukehren, wobei man von einer Fähigkeit ausgeht, die prinzipiell jeder erlernen und trainieren kann.



Definition 3

Ganz allgemein betrachtet ist Resilienz die Fähigkeit, auf wechselnde Lebenssituationen und Anforderungen in sich ändernden Situationen flexibel und angemessen zu reagieren und stressreiche, frustrierende, schwierige und belastende Situationen ohne psychische Folgeschäden zu meistern, d.h. solchen außergewöhnlichen Belastungen ohne negative Folgen standzuhalten.

Werner Stangl (2021). Stichwort: 'Resilienz'. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik



Kritik am Resilienzkonzept?

Der Begriff ist fast bedeutungslos und zu einem entwerteten Modebegriff geworden. Es ist eine Fülle von Interventionsangeboten entstanden, die glauben machen, es sei ganz leicht, Kindern den richtigen Weg zu weisen.

Margrit Stamm | Isabelle Halberkann (2015): Resilienz – Kritik eines populären Konzepts.
in: ebd.: Vulnerable Kinder. Interdisziplinäre Annäherungen. Springer VS

"Du musst nur stark genug werden, und dann kann dir nichts mehr etwas anhaben?"



Grundsätzlich gilt:

Krisen bzw. krisenhafte Situationen erleben wir im Laufe unseres Lebens immer wieder, in unterschiedlicher Form.

Die Resilienzforschung untersucht, wie wir mit diesen Krisen umgehen und auf welche persönlichen und (sozial) gelernten Ressourcen wir dabei zurück greifen.

Das heißt:

Das Resilienzkonzept ist ein präventiver und ressourcenorientierter Ansatz: Es wird weniger auf (sozio-kulturelle) Risikofaktoren geschaut, als viel mehr auf vorhandene oder mögliche Ressourcen und Schlüsselfaktoren.



Was sind Schlüsselfaktoren?

- Der Ansatz der 7 Resilienzsäulen von Jutta Heller basiert auf der Forschung von Karen Reivich und Andrew Shatté (2002).
- Die Amerikanische Psychologenvereinigung (APA) hat eine eigene Einteilung von Resilienzfaktoren vorgenommen und 10 Faktoren benannt.

2 Ansätze im Vergleich



Säulen & Schlüsselfaktoren im Vergleich

7 Säulen der Resilienz

OPTIMISMUS

AKZEPTANZ

LÖSUNGSORIENTIERUNG

DIE OPFERROLLE
VERLASSEN

VERANTWORTUNG
ÜBERNEHMEN

NETZWERKORIENTIERUNG

ZUKUNFTSPANUNG

10 Resilienzfaktoren der APA

OPTIMISTISCH BLEIBEN

VERÄNDERUNG ALS TEIL DES
LEBENS AKZEPTIEREN

KRISEN NICHT ALS UNÜBERWINDBARE
PROBLEME EINSTUFEN

PROBLEME RICHTIG EINORDNEN

POSITIVE SELBSTWAHRNEHMUNG
FÖRDERN

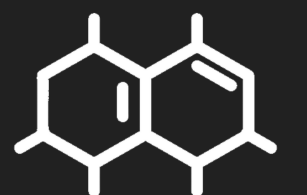
SELBSTREFLEXION NUTZEN

PROAKTIV SEIN UND KLARE
ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN

AUF SICH ACHT GEBEN

NETZWERK BILDEN UND GEGENSEITIGE
UNTERSTÜTZUNG FÖRDERN

ZIELSTREBIG EIGENE ZIELE
VERFOLGEN



Beiden gleich ist die Mischung aus

- Fähigkeiten und
- Verhaltensweisen

eines Menschen, als besonders wirksame
Resilienzfaktoren.



Hypothese



Krisen bzw. krisenhafte Situationen bieten häufig Anlass zur (Weiter-)Entwicklung.



Florian Roth (Fraunhofer-Institut für System- und Innovationsforschung) untersucht, inwiefern sozio-technische Innovationen die Gesellschaft verändern können.



Widerstandskraft und Anpassungsfähigkeit sind Strategien, die es in Krisenzeiten braucht: Es gibt zwei mögliche Entwicklungswege, welche nach Krisenzeiten gesellschaftlich eingeschlagen werden können.

"Bounce Back"

"Bounce Forward"



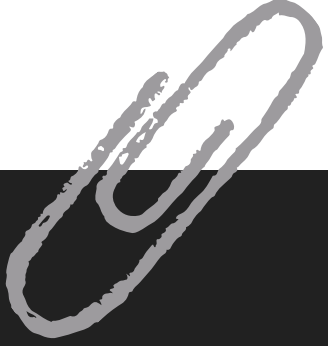
Warum die Auseinandersetzung?

Eine hohe (Lern-)Motivation ist geknüpft
an Wohlergehen und Zugehörigkeit.
(Deutsche UNESCO-Kommission 2009)

Wohlergehen ist der Zustand,
in dem es jemandem gut geht.
(Der Duden, 2021)

Resilienz als
Thema in der
Pädagogik

2



Schutzfaktoren in der Praxis mit Kindern

Schutzfaktoren entfalten ihre Wirkung in einem Prozess, in welchem sie „*die kindlichen Reaktionen gegenüber einer Stress-Situation oder länger dauernden belastenden Lebensumständen abpufferten oder verbesserten, so dass die Anpassung des Kindes erfolgreicher war, als sie es bei Abwesenheit dieser protektiven Faktoren gewesen wäre*“.

Emmy Werner, Entwicklungspsychologin



Grundlage

Kauai-Studie (Longitudinalstudie) der amerikanischen Entwicklungspsychologin Emmy Werner:

- Begleitung von ca. 700 Kinder und deren Familien (32 Jahre lang) auf der hawaiianischen Insel Kauai

Ihre Ergebnisse sind bis heute Grundlage der Resilienzforschung und Grundlage des Resilienzdiskurs' auch in Deutschland.

Resilienz als
Thema in der
Pädagogik

Grundlage

Nach Emmy Werner waren es diese drei Bestandteile, die die resilienten von den nicht-resilienten Kindern unterschied:

- Emotionale Bindung: Die Kinder hatten mindestens eine feste (erwachsene) Bezugsperson. Diese stärkt Vertrauen und Selbstwirksamkeit des Kindes. Außerdem lernen Kinder Selbstständigkeit, aber auch die Fähigkeit um Hilfe zu bitten.
- Intelligenz und Temperament/Persönlichkeit: Die resilienten Kinder der Studie wiesen eine durchschnittliche Intelligenz und ein positives Temperament auf. Erstens sorgte das für eine gewisse Robustheit in Krisensituationen, und zweitens auch für mehr Zuwendung von der Bezugsperson.
- Gesellschaftliche Unterstützung: Wertschätzung von außen fördert die innere Haltung. Den resilienten Kindern aus Kauai wurden Halt gebende Werte beigebracht und ihre Leistungen wurden anerkannt.

Resilienz als
Thema in der
Pädagogik

Pädagogische Schnittmengen

Partizipation: eigene Entscheidungen treffen, mitgestalten und beteiligt sein

Resilienz

Erziehungspartnerschaft mit Familien: Unterstützung, Ansprache und Beteiligung der Familien

Kinderschutz: eine sichere Umgebung für Kinder schaffen

Inklusion: Berücksichtigung der diversen Vulnerabilität der Kinder und Ausstattung mit Ressourcen

Wie kann pädagogische Arbeit zur Stärkung der Schutzfaktoren ganz praktisch aussehen?

- Projekte anbieten:
 - eigenen Gedanken und Gefühle wahrnehmen und benennen können, z.B. Projekt Faustlos/Heidelberger Präventionszentrum (HPZ) o.ä.
 - Selbstwirksamkeitsüberzeugung
 - Möglichkeiten für soziale Interaktionen, die bestmöglich frei sind von Diskriminierung und Ausgrenzung
 - Umgang mit Konflikten und Lösungsstrategien, wie z.B. Konfliktlotsen oder 'Die Friedensbrücke'
 - Möglichkeit, um Probleme selbständig zu lösen --> PARTIZIPATION



Resilienz als
Thema in der
Pädagogik



Was können Fachkräfte leisten:

- Kinder als Akteur:innen der eigenen Lebenswelt wahrnehmen und anerkennen
- Reflexion der Lebensumstände/Lebenswelten der Kinder und Familien
- Commitment & positive Grundhaltung zu diversitätsbewusstem Handeln
- Netzwerke in- und außerhalb der Einrichtung etablieren (*Thinking Outside The Box*)

3



Ambivalenzachse: Erschütterung & Sicherheit



Was sind Ambivalenzen in der pädagogischen Arbeit?

In der Erziehung und Begleitung von Kindern ist Vieles nicht eindeutig. Unser Handeln ist häufig ein Ausbalancieren von verschiedenen Grundsätzen und Überzeugungen. Zudem sind diese Überzeugungen und Erziehungsvorstellungen fortlaufenden Veränderungen unterworfen, schon allein, weil sich die fachlichen Diskurse verändern.



Was sind Ambivalenzen in der pädagogischen Arbeit?

Die Reflexion von beziehungsgestaltenden Ambivalenzen spielt häufig in der Auseinandersetzung mit Kinderschutz relevanten Themen eine Rolle.

Erschütterung vs. Sicherheit



Erschütterung vs. Sicherheit



- Was, wenn die Fachkräfte selbst erschüttert sind und Gefühle von Blockade, Ohnmacht und Hilflosigkeit erleben?
- Wie einen Spagat meistern zwischen eigenem Erleben und professioneller Rolle?



Erschütterung vs. Sicherheit

Im Grunde unterstützen auch hier die gleichen Schutzfaktoren, die ebenso für die Kinder gelten:

- Stärkung der Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit:
Ich kann etwas tun!
- bewusste Gestaltung von positiven Beziehungen und Nutzen von Hilfsangeboten
- Thematisierung der gefühlten Ambivalenz im Team mit Blick auf Ressourcen



Was können Fachkräfte leisten:

- mich selbst als Akteur:in meiner eigenen Lebenswelt wahrnehmen und anerkennen
- Reflexion meiner Lebensumstände/Lebenswelt und ggfls. Austausch mit anderen (Perspektivwechsel)

eigene Netzwerke etablieren (Thinking Outside The Box)



Zum Abschluss



Die Geduld nicht vergessen!



...und manchmal auch
fehlerfreundlich mit sich
und anderen sein!

Danke!



Das war

ein Vortrag von

Anne Kuhnert

pädagogische Leitung

InDiPaed - Institut für Digitale Pädagogik (n.staatl.), Berlin

