



Resilienz – Kinder widerstandsfähig machen

Dr. Edith Wöfl

Sonderschulrektorin, Wichern-Zentrum, München

Definition

Psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber

- biologischen,
- psychologischen und
- psychosozialen Entwicklungsrisiken.

Wichtigste Studien

- Emmy Werner 1993: Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz Kauai-Studie
- Laucht et. al. 2000: Mannheimer Längsschnittstudie

Risikofaktoren

Risikofaktoren werden als krankheitsbegünstigende, risikoerhöhende und entwicklungshemmende Merkmale definiert, von denen eine Gefährdung der gesunden Entwicklung des Kindes ausgeht.

(Holtmann/Schmidt 2004 nach Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse 2009 S. 20)

Primäre Vulnerabilitätsfaktoren

- Prä-, peri- und postnatale Faktoren
- Neuropsychologische Defizite
- Genetische Faktoren
- Chronische Erkrankungen
- Schwieriges Temperament
- Frühes impulsives Verhalten
- Geringe Fähigkeit zur Selbstregulation von Anspannung und Entspannung
- Geringe kognitive Fähigkeiten

Soziale Risikofaktoren

- Niedriger sozioökonomischer Status
- Armut
- Migrationshintergrund bei niedrigem sozioökonomischem Status
- Aversives Wohnumfeld
- Kriminalität der Eltern
- Obdachlosigkeit
- Soziale Isolation der Familie



- Mobbing /Ablehnung durch Gleichaltrige
- Häufige Schulwechsel oder Umzüge

Risikofaktoren in der Familie

- Chronische Disharmonie
- Elterliche Trennung/Scheidung
- Alkohol-/Drogenmissbrauch der Eltern
- Psychische Störungen oder Erkrankungen eines bzw. beider Elternteile
- Chronische oder lang anhaltende schwere Erkrankung eines Elternteils
- Niedriges Bildungsniveau der Eltern
- Abwesenheit eines Elternteils/alleinerziehender Elternteil
- Erziehungsdefizite und ungünstige Erziehungspraktiken
- Schwangerschaft der Mutter unter 18 Jahren
- Unerwünschte Schwangerschaft
- Geschwister mit einer Behinderung oder chronischen Erkrankung
- Mehr als vier Geschwister

Sehr schwere Risikofaktoren

- Sexueller Missbrauch
- Verlust eines nahen Familienangehörigen
- Gewalt in der Familie gegenüber dem Kind
- Gewalt der Eltern untereinander
- Kriegs- oder Terrorerlebnisse, Flucht
- Naturkatastrophen

Wirkmechanismen

- Anhäufung der Belastungen
- Dauer der Belastungen
- Alter und Entwicklungsstand des Kindes
- Geschlechtsspezifische Aspekte
- Subjektive Bewertung der Risikobelastung

Schutzfaktoren

Schutzfaktoren werden als Merkmale beschrieben, die das Auftreten einer psychischen Störung oder einer unangepassten Entwicklung verhindern oder abmildern sowie die Wahrscheinlichkeit einer positiven Entwicklung erhöhen.

(Rutter 1990 nach Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse 2009, S. 27)



Schutzfaktoren im Kind 1

Babies

- Positives Temperament
- Hohes Antriebsniveau
- Geselligkeit
- Ausgeglichenheit

Kleinkinder

- Unabhängigkeit
- Fähigkeit, um Hilfe zu bitten
- Fähigkeit, die Aufmerksamkeit abzulenken von schmerzlichen Erfahrungen, statt sie darauf hin zu lenken

Schutzfaktoren im Kind 2

Schulalter

- Hohe Leistungsfähigkeit und Selbstwirksamkeit
- Kinder nutzen ihre Talente effektiv aus
- Kinder haben spezielles Hobby
- Intelligenz
- Vielfalt von Stress reduzierenden Bewältigungsstrategien
- Fähigkeit zu überlegen und zu planen
- Überzeugung, Schicksal oder Lebenswelt positiv beeinflussen zu können
- Fähigkeit, Zukunft realistisch zu planen
- Kinder benutzen keine Geschlechterstereotypen, sondern sind zugleich selbstbewusst und fürsorglich, leistungsfähig und freundlich

Schutzfaktoren in der Familie

- Chance, eine enge Bindung zu mindestens einer Person aufzubauen
- Entwicklung von grundlegendem Vertrauen am Anfang des Lebens
- Abstand zwischen dem Erstgeborenen zum zweiten Kind mindestens zwei Jahre
- Kompetenz der Mutter im Umgang mit dem Kleinkind - Feinfühligkeit
- Bildungsniveau der Mutter
- Finden von Ersatzeltern
- Übernehmen der Sorge für ein jüngeres Geschwister oder Familienmitglieder, die krank oder behindert sind
- Bei Jungen: klare Strukturen und Regeln



- Bei Mädchen: Betonung der Unabhängigkeit zusammen mit der Unterstützung durch eine weibliche Bezugsperson
- Religiöse Überzeugung

Schutzfaktoren in der Umwelt

- Kinder verlassen sich auf Verwandte, Freunde, Nachbarn, ältere Menschen
- Verbindung zu Kindern aus stabilen Familien
- Lieblingslehrer/in als positives Rollenmodell
- Lehrkräfte, die die Kinder interessieren und herausfordern
- Schule lindert den Stress des Elternhauses durch
 - Aktivitäten, die helfen, wichtige Erziehungs- und Berufsziele zu erreichen
 - Aktivitäten, die das kindliche Selbstgefühl stärken
 - Aktivitäten, die anderen Menschen in Not helfen.

Förderfaktoren von Resilienz

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Selbstregulation bzw. Selbststeuerung
- Selbstwirksamkeit
- Soziale Kompetenzen
- Umgang mit Stress
- Problemlösung

Resilienzförderliche Haltungen

- Klare, transparente und konsistente Regeln und Strukturen
- Wertschätzendes Klima
- Warmherzigkeit
- Hoher, angemessener Leistungsstandard
- Positive Verstärkung der Leistungen und der Anstrengungsbereitschaft des Kindes
- Positive Freundschaftsbeziehungen
- Basiskompetenzen z.B. Höflichkeit
- Zusammenarbeit mit dem Elternhaus und anderen sozialen Institutionen
- Kompetente und fürsorgliche Erwachsene im Umfeld des Kindes
- Vorhandensein prosozialer Werte und Normen in der Gesellschaft



7TH HOPE CONGRESS MUNICH 2010

NOVEMBER 3 - 7, 2010

Literatur

Opp, Fingerle, Freytag (Hrsg.): Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz, München 1999

Fröhlich-Gildhoff/Dörner/Rönnau: Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen -PRiK
München 2007

Zander: Armes Kind - starkes Kind? Die Chance der Resilienz Wiesbaden 2. Aufl. 2009

Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse: Resilienz München 2009