

# **Gesunde Schule – Konzepte, Kriterien und die Bedeutung von Resilienz**

Prof. Dr. Maike Rönnau-Böse  
Evangelische Hochschule Freiburg,  
Zentrum für Kinder- und Jugendforschung  
06.11.2019



# 1) Resilienzdefinition

# 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)

# 1.1 Resilienz – ein Wort in aller Munde

- Verschiedenste Disziplinen verwenden das Konzept der Resilienz – in unterschiedlichen Kontexten:
  - Ökologie, Medizin, Sozialwissenschaften, Ingenieurwissenschaften, Wirtschaftswissenschaften, klinische Psychologie, Politik, Geographie...
- Resilienz als Konzept und Zielgröße in internationalen Konventionen und Rahmenvereinbarungen) (Klimawandel, Katastrophenschutz, Nachhaltigkeit) (Rungius, Schneider & Weller, 2018)
- Politische Dimension in der Sicherheitspolitik
  - „Stärkung der gesamtstaatlichen und gesamtgesellschaftlichen Resilienz in Deutschland und der EU“ (BMVg 2016, S.7, Vorwort der Kanzlerin)

## 1.2 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

## 1.2 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

---

## 1.2 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
-

## 1.3 Kritik am Resilienzbegriff

---

- 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“
-



# 1.3 Kritik am 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, 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)



## **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

## **Kindbezogene 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)

---



**Was waren/sind in Ihrem Leben  
wichtige Schutzfaktoren?**

# Resilienzfaktoren

---

- Fähigkeiten, *„die das Kind 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

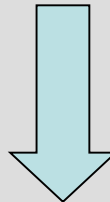
**Selbst-  
steuerung** =  
Regulation  
von Gefühlen  
und  
Erregung

**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

# Schutzfaktor Schüler-Lehrkraft-Beziehung

---

- Eine positive Beziehung zu einer Lehrkraft schützt vor den Auswirkungen von Entwicklungsrisiken u. verbessert schulische Leistungen (Baker, 2006)
  - Kinder mit Leseschwierigkeiten profitieren von einer positiven Schüler-Lehrer-Beziehung (Al-Yagon & Margalit, 2006)
  - Positive Beziehungen zu Lehrer\*innen und Mitschüler\*innen verringert Risikoverhalten, Drogenkonsum und aggressives Verhalten (Opp et al. 2003)
  - Förderung der sozial-emotionalen Fähigkeiten führt zu verbesserten Schulleistungen (z.B. Schonert-Reichl 2005, 2008)
-

# Schutzfaktor Schüler-Lehrer-Beziehung

---

- Fühlen sich Schüler\*innen subjektiv von ihren Lehrer\*innen wahrgenommen, sinkt das aggressive Verhalten (vgl. Opp & Wenzel, 2003)
  - Gute Qualität der Beziehung zu einer weiblichen Bezugsperson führte zu einem geringeren Ausmaß an körperlich aggressivem Verhalten und geringere Ängstlichkeit bei außer Haus lebenden Jugendlichen (Legault, Anawati und Flynn, 2006)
  - Sonderauswertung der OECD PISA Daten: Förderung der personalen Resilienz wirkt sich positiv auf die Schulleistung sozial benachteiligter Jugendliche aus
-

# Schutzfaktor Schulkultur und Schulklima

---

- Eine positive Schulkultur beeinflusst die Kontinuität von Schulbesuchen (Scanlon & Mellard, 2002)
  - Wenn hohe, aber machbare Anforderungen bei gleichzeitiger Unterstützung gestellt werden, sinkt die Kriminalitätsrate von Schüler\*innen über drei Schulstufen hinweg (Christle et al., 2005)
  - Ein gutes Klassenklima korreliert signifikant mit höherem Selbstwirksamkeitserleben (Satow & Schwarzer, 2003)
  - Ein hohes Verantwortungsgefühl gegenüber der Schule senkt aggressives Verhalten
  - Positive Schulerfahrungen fördern den Selbstwert und die Selbstregulationsfähigkeiten (Heller et al., 1999)
-



## **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
-

## a) Stärkenorientierte Haltung

- Verhalten als „Überlebensstrategie innerhalb eines Kontextes“ (Ungar, 2011, S. 136) zu
- 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

---

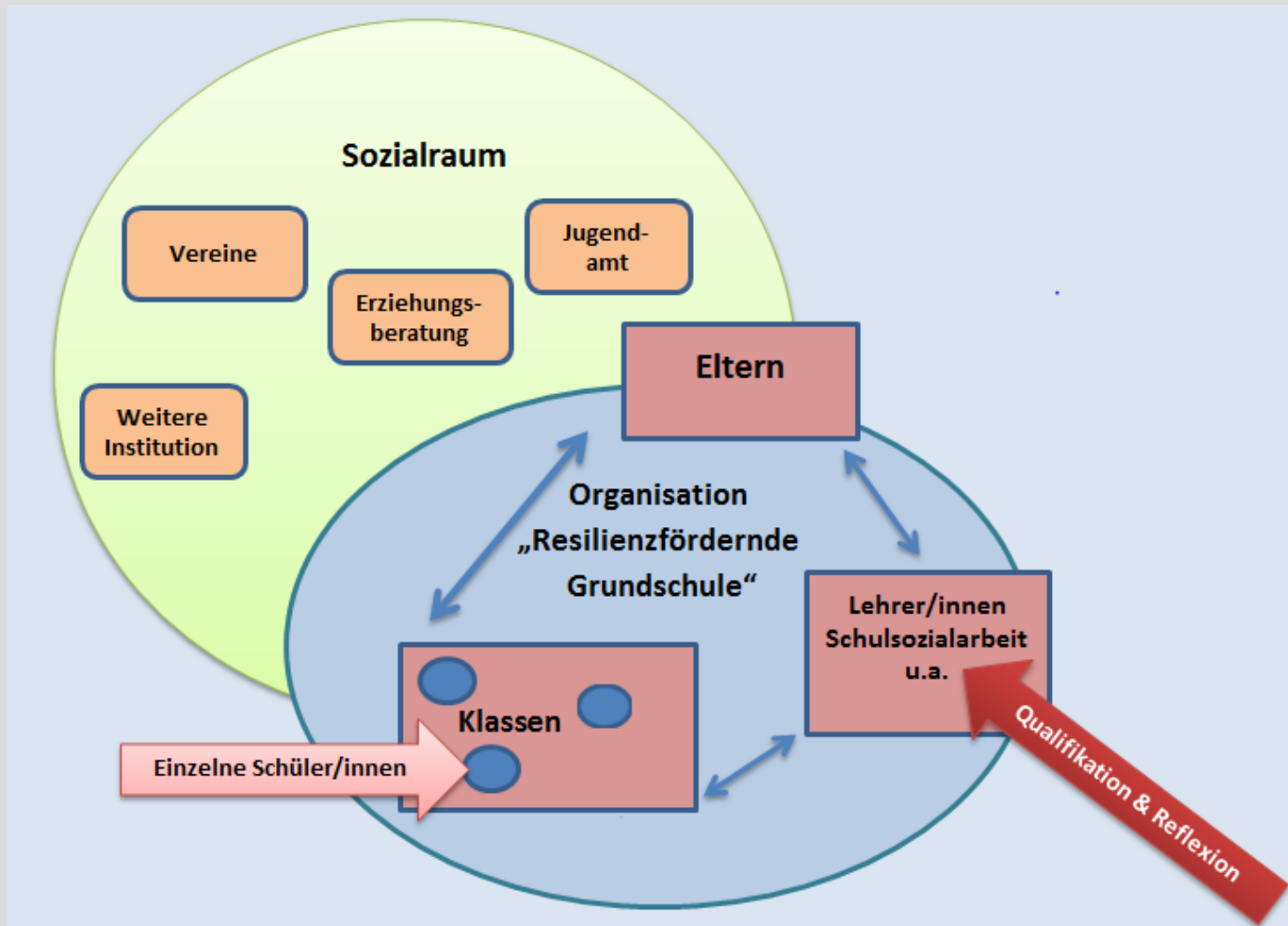
- Nicht *wer*, sondern *wie*
  - Feinfühligkeit in Bezug auf (Grund-)Bedürfnisse
  - Herausfordernde, aber bewältigbare Anforderungen stellen u. dabei individuelle Unterstützung anbieten (Zone der nächsten Entwicklung; Wygotski, 2002);  
Explorationsunterstützung/-assistenz (Ahnert, 2007)
  - Ermutigung aussprechen u. Erfolgsmeldungen geben (Brooks, 2006; Roos & Grünke, 2011)
  - Ansprechbar bei Problemen sein
  - an Beziehungs-/Bindungsbedürfnissen und –möglichkeiten anknüpfen
-

## c) Einbettung in ein Gesamtkonzept

---

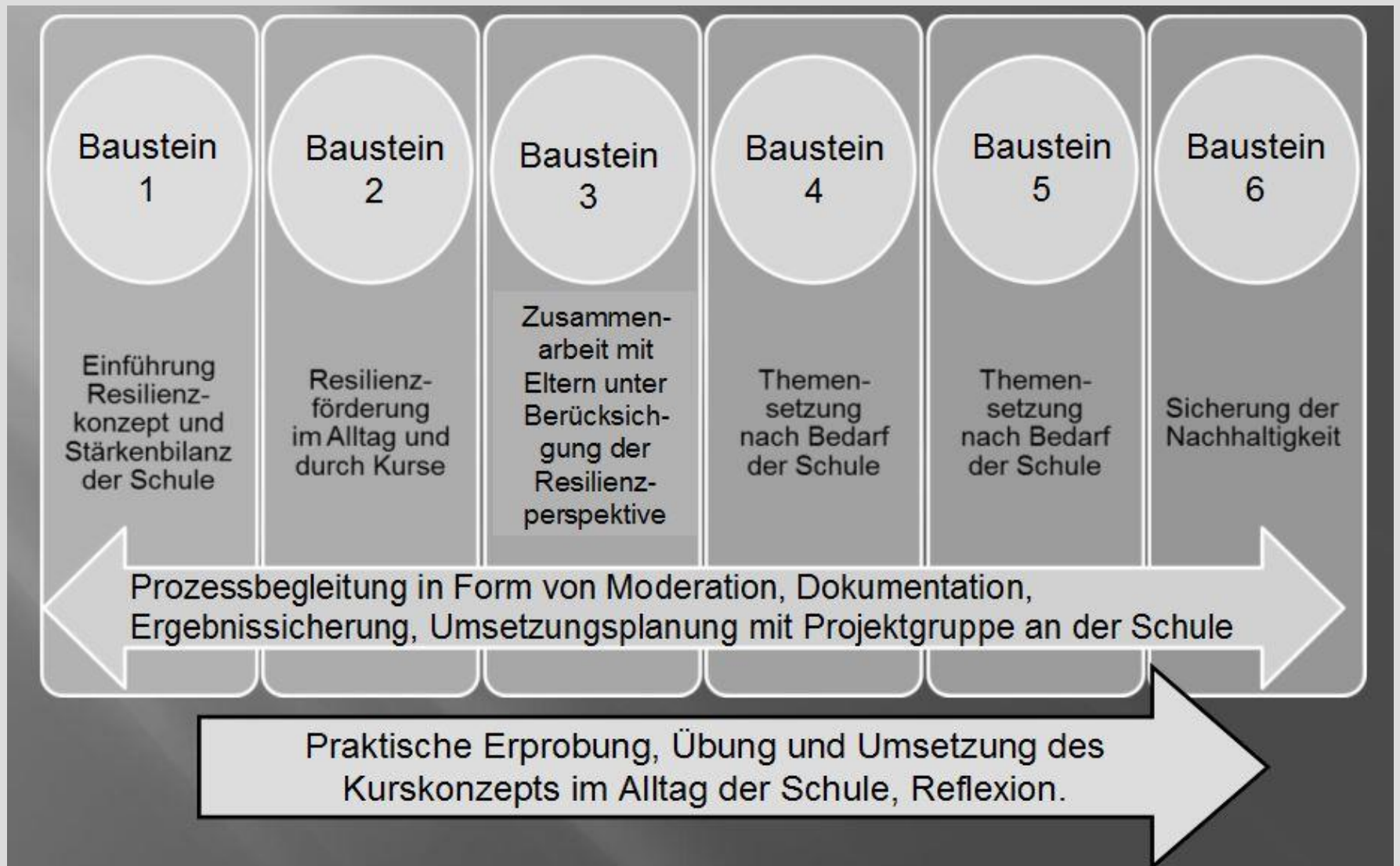
- die Präventionsforschung zeigt: Maßnahmen sind am wirksamsten, wenn sie mehrere Ebenen mit einbeziehen u. auf einem Gesamtkonzept beruhen (z.B. Beelmann, 2006; Bengel et al., 2009):
  - Schule/Team, Kinder, Bezugspersonen, Netzwerk
- Grundlage ist eine indikatorengezielte Organisationsentwicklung

# Organisationsentwicklung



# 4) Resilienzförderung durch Programme und im Alltag





**Themenbezogen:** Kinder mit herausforderndem Verhalten;  
individualisierte Bildungsplanung; Lehrer\*innen-Gesundheit; Konfliktmanagement

# 1) Organisation Schule – resilienzförderliches Schulklima

**Schulprogramm** zur Resilienzförderung

→ strukturelle Verankerung! → verbindliche Beschlüsse (in Lehrer-, Schul-, Eltern-, Schülerkonferenzen)

**Verlässlichkeit und Sicherheit** erzeugen (Transparenz von Entscheidungen, klare Regeln, ...)

**Partizipation**

Systematische und verbindliche **Kooperation** der Organisation Schule mit unterstützenden Institutionen (z.B. Erziehungsberatungsstellen, Organisationen der Jugend(sozial)arbeit sowie Vereinen im Sozialraum).

**Fortbildungen** für das gesamte Kollegium

## 2) Klasse – Gestaltung eines resilienzförderlichen Klassenklimas

---

- Grundlage dafür sind regelmäßige Freiräume im Unterricht („Klassenstunden“), die spezifisch zur Entwicklung der Klassenkultur genutzt werden, Feedbackrunden
  - Durchführung eines Kurses zur Resilienzstärkung (mit regelmäßigen Wiederholungen/Vertiefungen; Spiralcurriculum)
  - Zugehen auf die **Eltern: Kontakt VOR dem Problem**
  - Informations- und Kursangebote für die Eltern der Klasse(n)
  - Lehrkraft als Bezugs- und **Beziehungsperson**
  - Gesundheit und Resilienz der Lehrkraft
-

### 3) Einzelne Schüler

---

- Unterstützung einzelner Schüler/innen bei spezifischem Bedarf an Gesundheitsförderung
  - Unterstützung der Selbstwert-Entwicklung, der sozialen Kompetenzen, der Selbstregulationsfähigkeiten – ggfls. durch begleitete Weitervermittlung an Spezialdienste
  - Niedrigschwellige Einzelberatung und Unterstützung von Eltern
-



# Beispielhafte Methoden

- Stärkenorientierte Feedbackgespräche
- „Lobliste“
- Erfolge verschaffen: bewältigbare Aufgaben → Feedback; Reflexion: *wie* wurde Aufgabe bewältigt
- Gemeinsam geteilte Aufmerksamkeit („shared attention“ → Bezogenheit, Konzentration, Perspektivenübernahme/Empathie);  
→ Zeit und Gelegenheit zum gemeinsamen Hinschauen, zum Teilen von Erfahrungen
- Positive Publicity gezielt herstellen (auch die kleinen Erfolge zählen!)
- Jede/r wird gesehen! → Möglichkeiten schaffen!
- Vorbilder herausstellen (Ehemalige!)

# Kurzer Ausblick auf die Evaluations- ergebnisse

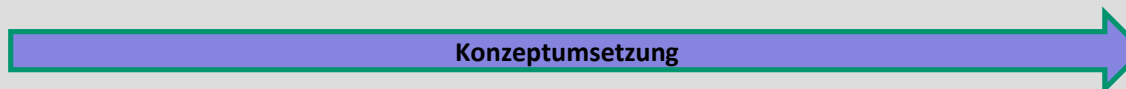
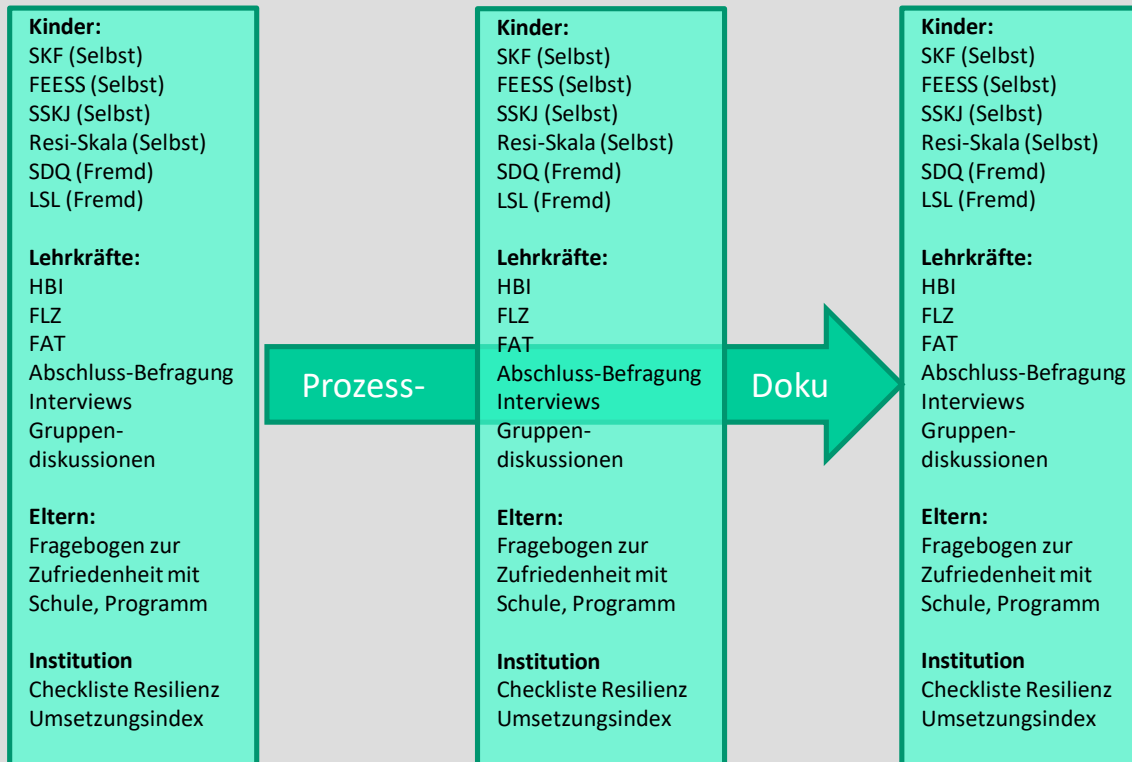
## Grundschule macht stark!

Forschungsprojekt zur  
Resilienzförderung in Grundschulen



Zentrum für Kinder- und Jugendforschung  
im Forschungsverbund FIVE e.V. an der  
Evangelischen Hochschule Freiburg

# Evaluationsdesign



Schule	Lage	Schüler-Innen, ca.	Lehrer-Innen, ca.	Besonderheit
A	Stadt	300	28	Viele Kulturen; viele soz. Problemlagen; GT
B	Stadt	360	36	Viele Kulturen; viele soz. Problemlagen; Koop. Förderschule; GT
C	Stadt	150	10	
D	Land	110	6	Koop. Förderschule
E	Stadt	150	11	80% Migr.hintergrund; Flüchtl.wohnheim; GT
F	Land	160	13	
G	Stadt	300	35	2 Standorte, GT
H	Stadt	360	38	Entwicklung GS; GT
I	Stadtrand	280	25	40 Nationen; viele soz. Problemlagen, GT
J	Land	150	10	

**Stichprobe: 745 Schüler\*innen, 51 Lehrkräfte, 233 Eltern**

# Ergebnisse über *alle* Kinder und Schulen

Gesamtwerte der Testverfahren auf der Ebene der Kinder (Selbsteinschätzung)							
t-Test t(0):t(2)							
	t(0)	t(2)	t	df	p	d	
	M (SD)	M (SD)					
CFT (Intelligenz)	52.4 (10.7)	55.8 (11.6)	4.12	759	<.001	.30	+
SKF (Selbstkonzept)	95.1 (9.8)	96.6 (9.3)	2.15	754	.032	.16	+
FEES (Schulklima)	49.4 (7.5)	50.8 (7.8)	2.38	746	.017	.18	+
RS (Resilienzskala)	49.8 (5.4)	48.4 (5.3)	3.91	930	<.001	.26	
SSKJ (Konfl.-Bewältigung)	6.7 (1.8)	6.2 (1.7)	4.86	909	<.001	.28	+

Destruktive und vermeidende Bewältigungsstrategien haben sich verringert, Konfliktbewältigungsstrategien erhöht.

Das Selbstkonzept hat sich verbessert, sowie das Klassenklima

# Weitere Ergebnisse

## *Ebene Eltern:*

positive Resonanz der Eltern;

an sechs von 10 Schulen fanden Elternkurse statt, bei zwei weiteren stand der Start bevor

## *Ebene Lehrer\*innen:*

unterschiedliche Akzeptanz, zumeist: „Haltungsänderung“;

Programmumsetzung meist im Tandem (Schulsozarb.,  
Förderschull., Kolleg\*in);

höhere Zufriedenheit

## *Ebene Institution*

Verankerung im Schulcurriculum

feste „Resilienzstunde“

in 9 Schulen: Nachhaltigkeit

# Zusammenhang

## Implementierung - Effekte

### *Umsetzungsindex*

Der Umsetzungsindex ist ein Instrument anhand dessen der Umsetzungsprozess an den Schulen bewertet wurde. Die Bewertung erfolgte pro Schule jeweils aus den drei Perspektiven

- 1) Steuerungsverantwortliche/r der Schule,
- 2) ProzessbegleiterIn des Forschungsteams und
- 3) Projektleitung.

Insgesamt erfasst der Umsetzungsindex 12 Indikatoren, deren Umsetzungsgrad auf einer vierstufigen Skala eingeschätzt wird (0 = „nicht“, 1 = „wenig“, 2 = mittel“, 3 = „stark“ → max 36 Punkte).

Aus den Ergebnissen der drei Perspektiven wurde der Mittelwert gebildet.

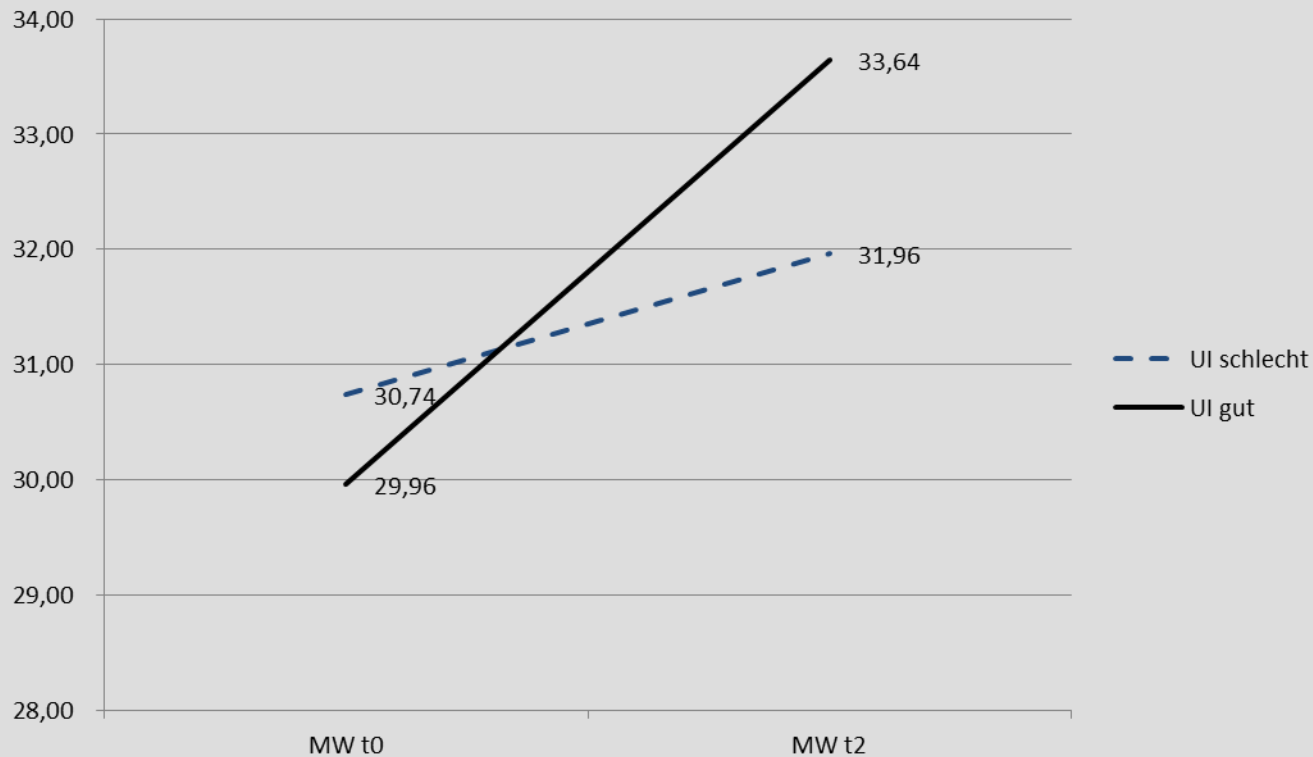
Rangplatz	Schule	Wert Umsetzungs- index
1	F	32,3
2	I	31
3	G	29,7
4	E	28,7
5	H	27,3
6	J	25,3
7	A	25
8	D	20,3
9	C	20,3
10	B	12

Je besser die Implementierung, desto  
bessere Testergebnisse

	MW	SD	Range
Einschätzung durch			
Schulverantwortliche	26,8	0,9	16 - 36
ProzessbegleiterIn	24,4	3,91	9 - 30
Projektverantwortlichen	24,5	3,67	9 - 33



Vergleich der Testergebnisse  
der zwei „besten“ Schulen im Umsetzungsindex  
mit den zwei „schlechtesten“,  
hier am Beispiel des SKF



Höherer Rang im Umsetzungsindex → bessere Steigerungen im SKF

# Zentrale Erkenntnisse zur Implementierung

- (1) Ausführliche Diskussion und Beschluss der GLK
- (2) Leitung muss dahinter stehen, Kollegium „mitnehmen“ und Strukturen schaffen („Resilienzstunde“)
- (3) Nicht zuuuu viele Prozesse in der Schule parallel
- (4) Gut strukturierter Einstieg mit klarer „Linie“
- (5) Inhalte und Vorgehen müssen sich am je konkreten Stand der Schule orientieren („Passung“)
- (6) Steuerungsgruppe (mit besonders Aktiven und Leitung), die immer wieder in GLK berichtet
- (7) Unterstützende, enge Prozessbegleitung „von außen“ mit konkreten „Handlungshilfen“ und: Unterstützung regelmäßiger Reflexion

# Zentrale Erkenntnisse zur Implementierung

- (8) Fester „Ort“ der Umsetzung („Resilienzstunde“) und der Reflexion
- (9) Frühzeitig die Eltern informieren und „mitnehmen“
- (10) Wenn nicht alle mitmachen: Start mit „stabiler Subgruppe“
- (11) Klare, gut handhabbare Materialien
- (12) Schnelle, erste sichtbare „Erfolge“; der Mehrwert muss klar werden
- (13) Verankerung im Schulcurriculum → Verbindlichkeit
- (14) Kooperation und Reflektion mit anderen AkteurInnen innerhalb und außerhalb der Schule (Ziel: Kooperation)



## 5) Fazit

# Kennzeichen einer resilienzförderlichen Schule

(Wustmann, 2004, Opp et al., 2007, Fröhlich-Gildhoff et al., 2014)

- Ein Schulkonzept mit klaren und konsistenten Regeln
- Eine positives Schüler\*innen-Lehrer\*innen-Verhältnis, auch außerhalb des Klassenraums
- Eine grundlegende Bestärkungskultur u. systematische Stärkung des Gefühls der Zugehörigkeit und Partizipation
- Möglichkeiten des kooperativen Lernens und Partizipation
- Lehrer\*innen sorgen sich um ihre Schüler\*innen und signalisieren ihnen aktives Interesse und individuelle Unterstützung
- Angemessene Leistungserwartungen, Übertragung von verantwortungsvollen Aufgaben

→ **Bestärkungs- statt Bewertungskultur**

# 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](mailto:roennau-boese@eh-freiburg.de)

[www.zfkj.de](http://www.zfkj.de)

[www.resilienz-freiburg.de](http://www.resilienz-freiburg.de)

