

Zentrum für Kinder- und Jugendforschung  
(ZfKJ)  
Maike Rönnau-Böse



# **Gesunde Kinder – Starke Kinder: Prävention und Resilienzförderung in Kitas**



# Definition von Resilienz

- Ableitung vom Englischen „resilience“ = Widerstandsfähigkeit, Spannkraft, Elastizität
- erfolgreicher Umgang mit belastenden Lebensumständen und negativen Stressfolgen
- è psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken



# Definition von Resilienz

Resilienz ist...

... ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess  
è ist nicht angeboren, Kind-Umwelt-Interaktion

... Eine variable Größe  
è keine stabile Unverwundbarkeit

... Situationsspezifisch und kontextabhängig  
è nicht auf alle Lebensbereiche übertragbar

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



# Paradigmenwechsel

- n Von der Patho- zur Salutogenese
- n Von der Defizit- zur Ressourcenorientierung
- n Von den Risiko- zu den Schutzfaktoren

# Schutzfaktorenkonzept

**Schutzfaktoren/Resilienzforschung** untersucht:

- die positive, gesunde Entwicklung trotz andauerndem, hohen Risiko-Status
  - die beständige Kompetenz unter akuten Stressbedingungen
  - die positive bzw. schnelle Erholung von traumatischen Erlebnissen
- è Blick auf die **Kompetenzen und Fähigkeiten**, nicht auf die *Risiken* und ihre Auswirkungen (vgl. Salutogenese)
- è das Kind als „aktiver Bewältiger“ u. Mitgestalter seines Lebens



# Schutzfaktorenkonzept

## Kindbezogene Faktoren:

- positives Temperament
- Mindestens durchschnittliche Intelligenz
- Weibliches Geschlecht (in der Kindheit)

## Familiäre Faktoren:

- ***stabile, emotionale Beziehung***
- Modelle positiven Bewältigungsverhaltens
- Hoher sozioökonomischer Status
- Hohes Bildungsniveau der Eltern
- Autorativer/ demokratischer Erziehungsstil
- Familiäre Stabilität und Kohäsion

## Umgebungsbezogene Faktoren:

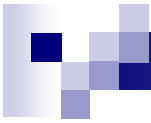
- Positive Freundschaften
- Regelmässige Sozialkontakte
- Positive Schulerfahrungen
- Ressourcen auf kommunaler Ebene



Entwicklungs-  
Aufgaben  
  
(Besondere)  
Belastungen

(Balance aus)  
**Schutz- und  
Risikofaktoren**  
à Personal  
à Sozial  
à (weitere) Umwelt

**Bewältigung**



**Entwicklungs-  
aufgaben,  
aktuelle  
Anforderungen,  
Krisen**

Selbst- und  
Fremdwahrnehmung

angemessene  
Selbsteinschätzung und  
Informationsverarbeitung

Selbstwirksamkeit  
(-serwartung)

Überzeugung,  
Anforderung bewältigen  
zu können

Selbststeuerung

Regulation von Gefühlen  
und Erregung:  
Aktivierung oder Beruhigung

Problemlösen

allg. Strategien zur Analyse  
und zum Bearbeiten  
von Problemen

Soziale  
Kompetenzen

Unterstützung holen,  
Selbstbehauptung,  
Konfliktlösung

Stress-Bewältigung

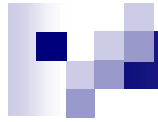
Fähigkeit zur Realisierung  
vorhandener Kompetenzen  
in der Situation

**B  
E  
W  
Ä  
L  
T  
I  
G  
U  
N  
G**



# Rückschlüsse aus der Resilienzforschung

- Da Resilienz weder umfassend noch beständig ist, ist kontinuierliche Resilienzförderung notwendig
  - Kinder in ihren eigenen Stärken stärken, um die Schwächen zu schwächen!
- è Berücksichtigung der individuellen Situation



# Kitas als Knotenpunkte für Prävention und Gesundheitsförderung

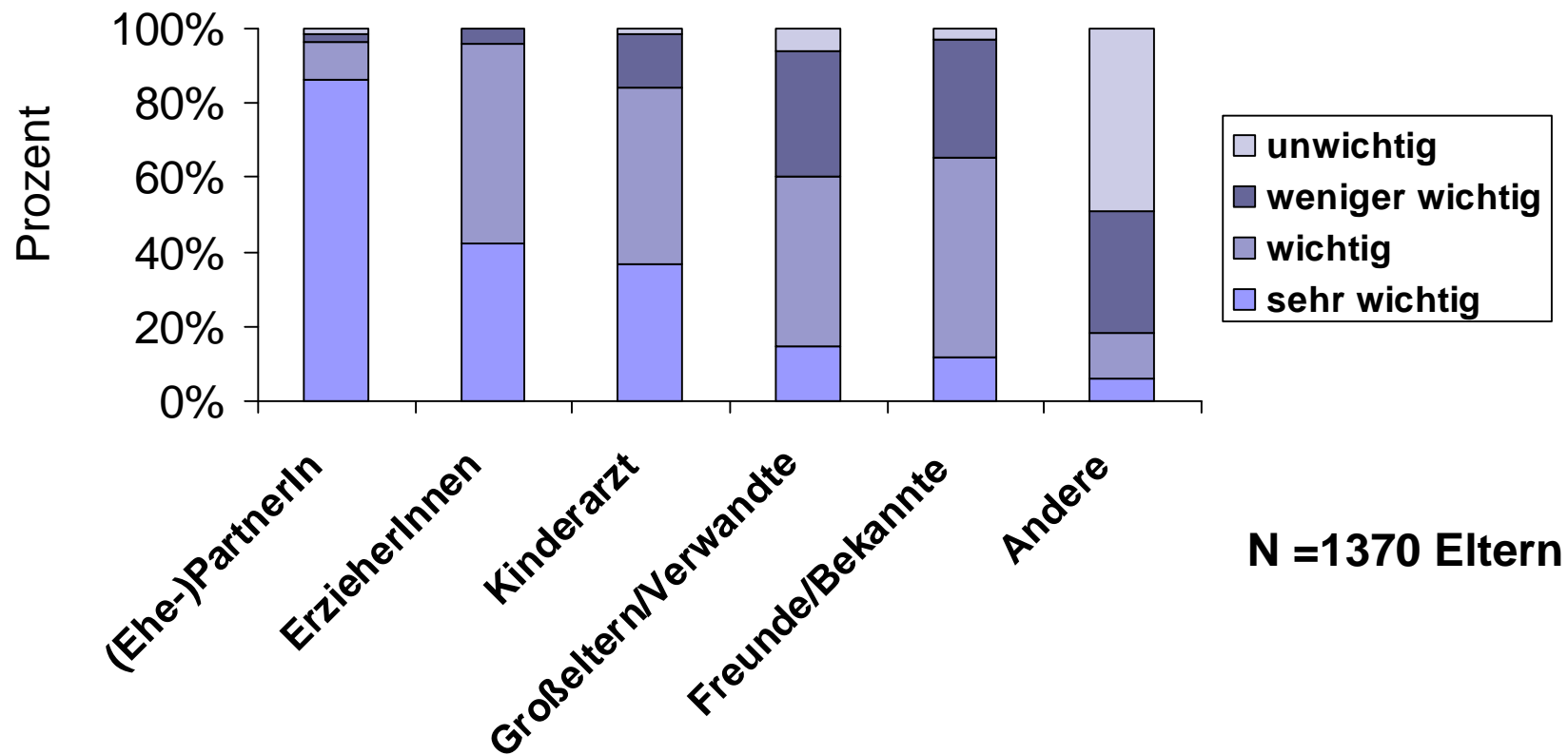


## Was Kitas bieten:

- è Kitas sind in der Lebenswelt von Familien eingebettet – sie erreichen damit einen hohen Anteil der Kinder in der Bevölkerung
- è Kitas können früh auf Gesundheitsverhalten und –einstellungen einwirken
- è Kitas bekommen leichter Zugang zu Familien und sonst schwer erreichbare Zielgruppen
- è Kitas sind ein Knotenpunkt im Netzwerk entwicklungs- und gesundheitsförderlicher Institutionen und Initiativen und haben eine „Klärungs- und Vermittlungsinstanz“ inne

# Ansprechpersonen für Erziehungsfragen

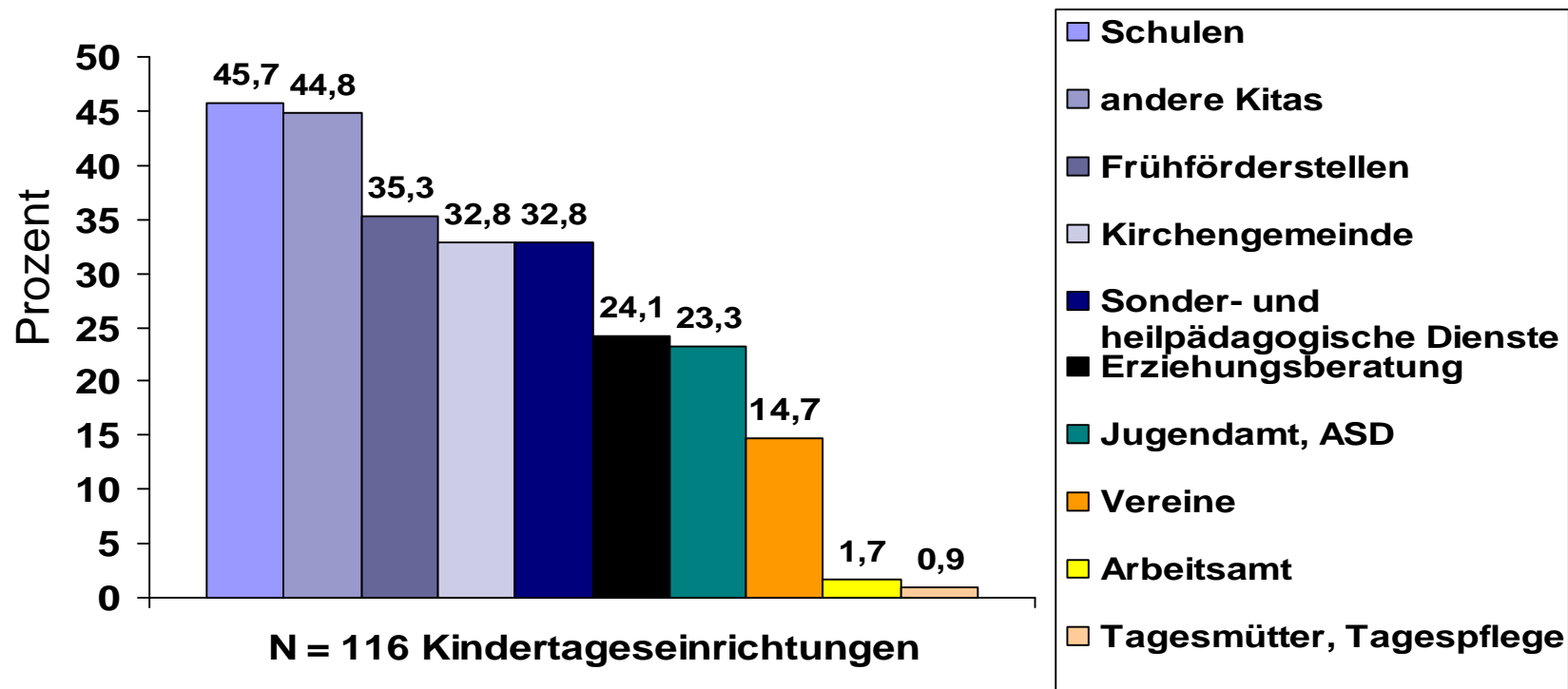
(aus: Fröhlich-Gildhoff et al. 2006)



N = 1370 Eltern

# Bereits existierende Kooperationen

(aus: Fröhlich-Gildhoff et al. 2006)





# Konkretes Vorgehen

## Arbeit mit den Kindern

- Training
- Einzelförderung
- zielgruppenspezifische Angebote

## Fortbildungen für die ErzieherInnen

- Leitbild (Institution)
- „pädagogischer Alltag“

## Netzwerke

- Erziehungsberatung
- Soziale Dienste
- Schulen
- Einrichtungen, Vereine etc. im Sozialraum

## Arbeit mit den Eltern

- Beratung
- Elternkurse



# (1) Angebote für ErzieherInnen

## Fortbildung

- Resilienzforschung, Leitbild, Zielfindung
- Trainingsprogramm zur Resilienzförderung (PRiK)
- Eltern“arbeit“, Elternkurse
- Netzwerkarbeit
- Auswertung; Sicherung der Nachhaltigkeit

Regelmäßige Fallbesprechungen



## (2) Arbeit mit den Kindern

- à Durchführung des Programms zur Prävention und Resilienzstärkung in Kindertageseinrichtungen (PRiK) mit allen Kindern in Kleingruppen
- à Ggf. spezifische Förderung



## (3) Arbeit mit den Eltern

Regelmäßiges Angebot von **Elternkursen** zur Stärkung der Erziehungskompetenz und zur Unterstützung der Förderung von Resilienz im Alltag der Familie

à Regelmäßige Sprechstunden; Einzelberatung



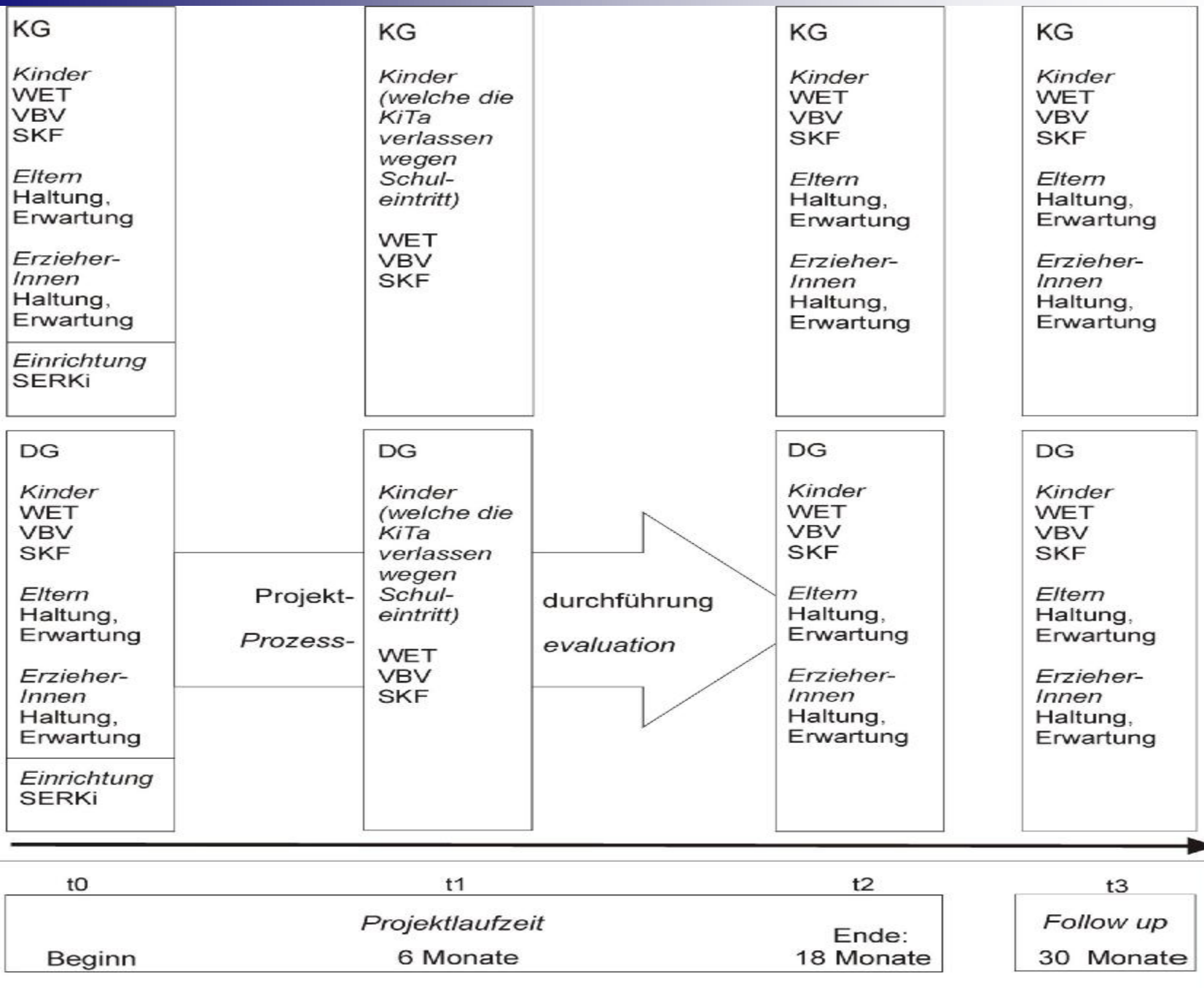
## (4) Vernetzung

Regelmäßige Sprechstunden der Erziehungsberatungsstellen in den Einrichtungen; „kurze Wege“

à enge Kontakte zum ASD des Jugendamtes (wenn nötig)

à Kontakte zu Institutionen und Organisationen im Sozialraum (Vereine, Kirche ...):

„Kita als Knotenpunkt im Netz resilienzförderlicher Einrichtungen im Quartier“





# Ergebnisse Kinder

- n Der Selbstwert der Kinder entwickelte sich signifikant positiv im Verlauf des Projektes
- n Die Kinder profitierten vor allem im Bereich der kognitiven Entwicklung (WET)
- n somit indirekte Wirkung: Kinder können durch verbesserte Selbststeuerung, erhöhte Selbstsicherheit und verbesserte Problemlösefähigkeit die im Kiga angebotenen Bildungsinhalte besser aufnehmen.



# Fazit Ergebnisse

- n Das ganzheitliche Konzept des Programms zeigt Erfolg: ErzieherInnen, Eltern, Kinder und soziales Netzwerk.
- n Die Eltern werden durch das Programm systematisch erreicht.
- n Die Studie bestätigt Ergebnisse anderer Forschungen auf diesem Gebiet und geht darüber hinaus.
- n Der niederschwellige Zugang des Projektes kann gewährleisten, dass sozial benachteiligte Familien bessere Unterstützung bekommen.



## Was Kitas dafür brauchen:

- è Praktikable und alltagstaugliche Konzepte
- è Aus- und Weiterbildung der Fachkräfte für Prävention, vor allem in der Zusammenarbeit mit schwer erreichbaren Zielgruppen
- è Unterstützung und Motivation der Fachkräfte (Fachberatung)
- è Verbesserung der strukturellen Rahmenbedingungen
- è Gesundheitsprävention für die Fachkräfte

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

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

**[roennau@efh-freiburg.de](mailto:roennau@efh-freiburg.de)**

**[www.gesundheit-nds.de](http://www.gesundheit-nds.de)**

**Dokumentation 7.10.**

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!  
[www.zfkj.de](http://www.zfkj.de)  
[roennau@efh-freiburg.de](mailto:roennau@efh-freiburg.de)**