BEP-IMPULS:
Resilienz in der Schule

Autorinnen: Beate Widl, Regine Paulsteiner

1 EINFÜHRUNG

Schule ist ein Lebens-, Lern- und Handlungsraum. Schülerinnen und Schüler erwerben in ihrer Schulzeit nicht nur Fachkompetenzen, sondern machen auch vielfältige weitere Erfahrungen und lernen den Umgang mit Anderen im sozialen Kontext. Darüber hinaus prägen die Erlebnisse des schulischen Alltags die Persönlichkeit jedes einzelnen Kindes. Sie lernen sich selbst besser kennen und können sich und ihre Fähigkeiten nach und nach besser einschätzen.
Kinder, die an sich glauben und Herausforderungen meistern, werden in der Psychologie als resilient bezeichnet. Resiliente Kinder sind glücklicher und gesünder, vor allem aber können sie ihr Potential besser entfalten.

Dies ist, gerade im Schulalltag, nicht nur für die Kinder, sondern auch für die Lehrkräfte ein Gewinn. Die Kinder kommen mit großen und kleinen Widrigkeiten des Lebens, seien sie in der Familie, im Freundeskreis oder in der Schule zu finden, und auch mit den vielfältigen Herausforderungen z.B. durch die Corona Pandemie, besser zurecht und können sich besser auf die Aufgaben im „Hier und Jetzt" konzentrieren. Da die Schule, Lehrkräfte ebenso wie Klassenkameraden, einen so wichtigen Beitrag zur Stärkung der Resilienz leisten kann, lohnt es sich, genauer hinzusehen, welche Möglichkeiten zur Förderung bestehen.

Ich kann schon viel!
Ich bin stark!
Ich weiß, wo ich mir Hilfe suchen kann!

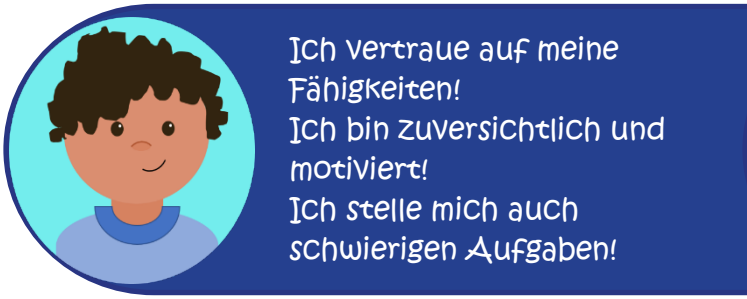
2 RESILIENZ IM BEP

Im Bildungs- und Erziehungsplan findet man hier den zentralen Ansatzpunkt – nämlich die Stärkung der Basiskompetenzen des Kindes. Hierzu zählt auch, dass Fach- und Lehrkräfte die Entwicklung der Widerstandsfähigkeit (Resilienz) unterstützen. Denn Resilienz hilft den Kindern dabei, mit Veränderungen und Belastungen angemessen umzugehen und ihre eigenen Kräfte und Ressourcen zu mobilisieren, die ihnen eine erfolgreiche Bewältigung schwieriger Lebensumstände und kritischer Ereignisse ermöglichen. Kinder erwerben so die Fähigkeit, schwierige Situationen im Leben nicht nur als Belastung, sondern auch als Herausforderung zu begreifen.

> Für die Entwicklung von Resilienz ist die Qualität der Beziehungen, die Kinder in ihrer Familie und in den Bildungseinrichtungen erfahren, von großer Bedeutung. So wird Resilienz insbesondere durch stabile emotionale Beziehungen zu Bezugspersonen, ein offenes wertschätzendes Erziehungsklima, vorbildhafte Rollenmodelle und positive Beziehungen zu anderen Kindern oder bereichernde Erfahrungen in den Bildungseinrichtungen begünstigt. Auch personale Ressourcen des Kindes, wie Selbststeuerungsfähigkeit, eine angemessene Selbsteinschätzung, Kompetenzen im Umgang mit Konflikten oder Problemlösestrategien stärken Kinder. Resilienzförderung setzt an diesen Schutzfaktoren an und richtet den Blick auf die vorhandenen Kompetenzen und Ressourcen des Kindes. Resilienzförderung wirkt präventiv, damit Kinder mit künftigen Belastungen und Krisen angemessen umgehen können.
>
> *(vgl. BEP, S.26; S.41, S.44)*

Barrierefreiheit geprüft

Die folgenden Impulse sollen Ihnen als Lehrkraft eine Anregung geben, wie Sie imSchulalltag die Resilienz der Kinder konkret stärken können.



3 IMPULSE ZUR UMSETZUNG VON RESILIENZ IN DER SCHULE

- Je jünger Kinder sind, umso schwerer fällt es Ihnen Kritik (Korrektur) an einer ihrer Leistungen von Kritik an ihrer Person zu unterscheiden. Kindern hilft es, durchgehend differenziertes Feedback zu bekommen, das Folgendes beinhaltet: „Das kannst du schon gut!“ „Das solltest du noch üben!“

- Auch regelmäßige Lernentwicklungsgespräche, die die Ressourcen und Kompetenzen der Kinder in den Vordergrund stellen und die Kinder an Ihrem Lernfortschritt beteiligen, leisten einen wichtigen Beitrag. Anregungen finden sich unter folgendem Link:
  Link zum Thema Lernentwicklung auf der Website der Grundschule Eichwäldchen

- Einer der wichtigsten Faktoren zu Stärkung der Resilienz sind verlässliche Bezugspersonen (z.B. Lehrkräfte). Als Bezugsperson können sie den Kindern Gespräche anbieten, in denen sie sich nach deren Wohlbefinden erkundigen. Wichtig sind auch Möglichkeiten, in denen Kinder, auch wenn sie nicht in der Schule sind, z.B. bei Krankheit oder pandemiebedingten Klassen-/Schulschließungen, Kontakt zur Lehrkraft aufnehmen können. Auch ritualisierte Gesprächskreise z.B. ein Morgenkreis, Wochenkreis o.Ä., zeigen den Kindern, dass Schule ein Ort ist, an dem sie über ihre Probleme und Gefühle sprechen können. Zudem fördern Unterrichtsformate, die zur Kommunikation anregen, u.a. auch soziale Kompetenzen sowie Literacy Kompetenzen. Verlässlich bedeutet darüber hinaus, dass Regeln und Konsequenzen klar sind und das Verhalten der Lehrkräfte vorhersagbar ist. Regeln und Belohnungssysteme können dabei partizipativ und ko-konstruktiv mit den Kindern gemeinsam entwickelt werden.

- Neben der Beziehung zur Lehrkraft stärken gute Kontakte im Klassenverband auch die Resilienz der Kinder. Zahlreiche Unterrichtsformate wie z.B. Gruppenarbeit, Projektarbeit, Gruppentische eigenen sich zur Förderung.

4 WEITERE PRAXISMATERIALIEN ZUM THEMA

Um Resilienz im Schulalltag zu fördern, können die folgenden Praxismaterialien hilfreich sein:

1. **BEP-Lupe zum Thema Resilienz** (*IFP, 2021*): BEP-Lupen eignen sich zur Selbstreflexion der eigenen pädagogischen Arbeit. Sie nehmen dabei im BEP beschriebene pädagogische Schlüsselprozesse und Schwerpunkte genauer unter die Lupe. Mit der BEP-Lupe „Resilienz“ wird reflektiert, inwieweit Sie die Stärkung der Resilienz bereits umsetzen.

2. **„Mein kleines Kritzelbuch zur Resilienz“** (*Angelika Schroeder-Zepf, 2021*): das Kritzelbuch erklärt und veranschaulicht Resilienz kindgerecht. Es dient zudem als kleines Übungsbuch für die Kinder.

Autorinnen: Beate Widl, Regine Paulsteiner