

Resilienz in Schulen

Resilienz kann als **Anpassungs- und Wachstumsprozess** (schulisch, beruflich, sozial-emotional) **trotz widriger Umstände** wie Armut, Vertreibung, Gewalt, Missbrauch und Trauma definiert werden. Es handelt sich dabei nicht um eine individuelle Eigenschaft oder Kompetenz, sondern vielmehr um das Ergebnis der **Interaktion einer Einzelperson mit dem Umfeld**, wie etwa der Familie, der Gemeinschaft, der Schule und dem breiteren soziokulturellen System.

Schutzfaktoren

Im Bestreben, Risiken, mit denen Kinder in ihrer Entwicklung konfrontiert sind, vorzubeugen, sie zu beseitigen oder zu reduzieren, müssen wir Kindern helfen, auch angesichts von Risiken zu wachsen und sich zu entfalten, indem **wir einzelne Schutzfaktoren fördern und fürsorgliche, unterstützende und inklusive Umfeldler für sie schaffen**. Studien zeigen, dass folgende Schutzfaktoren Resilienz fördern.

Individuelle Faktoren



Positive
Selbstwahrnehmung



Kontrolle über
Emotionen



Problemlösungskomp
etenzen



Sinnhaftigkeit

Schulische Faktoren



Fürsorgliche
Lehrerinnen



Positive Beziehungen in der
Klasse



Unterstützung beim
Lernen



Hohe Erwartungen für alle
Lernenden

Familienfaktoren



Stabile
Bindung



Stabiles familiäres
Umfeld



Autoritativer
Erziehungsstil
(liebvoll und mit
Regeln)



Prosoziale und
fürsorgliche
Erwachsene in
der
Gemeinschaft



Prosoziale
Peergroup



Sichere
Nachbarschaft

Breiterer sozialer Kontext

Resilienz wird jedoch nicht durch die Summe dieser Schutzfaktoren erzielt, sondern vielmehr in einem **interaktiven Prozess**, in dem die widrigen Umstände, die Eigenschaften und Persönlichkeit des Kindes sowie das Umfeld, in dem das Kind aufwächst, ineinandergreifen. Resilienz ist daher ein **einzigartiger und dynamischer Prozess** und es gibt kein „Patentrezept“, das auf alle Kinder und in jedem Kontext und zu jeder Zeit anwendbar ist.

Was Schulen tun können



Unterstützende Schul- und Klassengemeinschaft: Resilienzfördernde Klassen zeichnen sich aus durch eine fürsorgliche Lehrkraft-Lernenden-Beziehung, unterstützende und inklusive Mitschülerinnen und Mitschülern, gleichen Zugang zu Ressourcen, aktive und sinnvolle Beschäftigung, Mitsprache und Wahlmöglichkeiten der Lernenden, personalisiertes Lernen, kultursensible Pädagogik, positive Überzeugungen und hohe Erwartungen, Fördern des Zugehörigkeitsgefühls, von Kompetenz und Kontrolle. Eine **Lehrkraft, die fürsorglich mit Schülerinnen und Schülern umgeht**, kann Resilienz besonders effektiv fördern.

Programme



Universeller, auf Kompetenzen basierender Lehrplan: Universelle Resilienzprogramme für alle Lernenden umfassen die Förderung von Kompetenzen wie Beziehungsfähigkeit, Problemlösung, Wachstumsorientierung und Selbstbestimmung. Diese Programme zeigen eher Wirkung, wenn sie im Lehrplan integriert sind.



Gezielte Maßnahmen: Lernende, bei denen ein Risiko oder die Erfahrung sozialer und emotionaler Schwierigkeiten besteht, profitieren von gezielten, auf ihre spezifischen Bedürfnisse abgestimmten Maßnahmen. Schulen sollten Programme wählen, die evidenzbasiert sind und gleichzeitig den Bedürfnissen der Lernenden entsprechen.

Beispiele relevanter EU-geförderter Resilienzprogramme

- 1** **RESCUR Surfing the Waves Resilienzprogramm** - ein kompetenzbasierter Resilienz-Lehrplan für Kinder im Vor- und Grundschulalter

[Mehr erfahren >](#)

- 2** **UPRIGHT** – steht für ein Resilienzprogramm, um die psychische Gesundheit von Jugendlichen zu fördern

[Mehr erfahren >](#)

- 3** **PROMEHS** - ein universelles Programm für psychische Gesundheit vom Vorschulalter bis in die Sekundarstufe, mit Schwerpunkt auf sozio-emotionalen Kompetenzen und Resilienz

[Mehr erfahren >](#)

- 4** **Refugees Well School** – ein Maßnahmenprogramm zur Stärkung der Kompetenzen von Lehrkräften bei der Unterstützung von geflüchteten Lernenden

[Mehr erfahren >](#)

Maßnahmen in verschiedenen Systemen

Resilienz gedeiht in verschiedenen sozialen Systemen wie Schulklassen, Schulen, Peergroup, Familie, Fachleuten, Gemeinschaft und Kultur, wobei ein Ökosystem die Prozesse in den anderen Systemen unterstützt.

Eltern und Familie gehören zu den **wichtigsten Systemen zur Resilienzförderung bei Schulkindern.**

Die Resilienz der Lehrkräfte ist ein weiterer **Schlüsselbereich im Resilienzaufbau** in der Schule.

Auf **Zusammenarbeit** ausgerichtete und **interdisziplinäre Praktiken in der Schule und Partnerschaften mit psychischen Gesundheits- und sozialen Diensten.**

REFERENZEN

- Cefai, C. (2021) A Transactional, Whole School Approach to Resilience. In Ungar, M. (editor) Multisystemic Resilience: Adaptation and Transformation in Contexts of Change. Oxford University Press
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. Child Development, 82(1), 474–501.
- Fritz, J., de Graaff, A. M., Caisley, H., van Harmelen, A.-L., and Wilkinson, P. O. (2018). A Systematic Review of Amenable Resilience Factors That Moderate and/or Mediate the Relationship Between Childhood Adversity and Mental Health in Young People. Frontiers in Psychiatry, 9.
- Hart, A., Heaver, B. (2013). Evaluating resilience-based programs for schools using a systematic consultative review. Journal of Child and Youth Development, 1(1), 27–53.
- Meng, X., Fleury, M. J., Xiang, Y. T., Li, M. and D'Arcy, C. (2018). Resilience and protective factors among people with a history of child maltreatment: a systematic review. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 53(5), 453–475.
- Ungar, M., Russell, P., & Connelly, G. (2014). School-based interventions to enhance the resilience of students. Journal of Educational and Developmental Psychology, 4(1), 66–83.

building the
**# EUROPEAN
EDUCATION AREA**



**Amt für Veröffentlichungen
der Europäischen Union**

© Europäische Union, 2024
Alle Bilder: © Europäische Union, 2024 (CC BY-NC-ND 4.0) — Bildquellen: Canva.com
Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union, 2024