

Maike Rönna-Böse  
Klaus Fröhlich-Gildhoff

# Resilienz im Kita-Alltag

Was Kinder stark und widerstandsfähig macht



**HERDER**

Maike Rönna-Böse / Klaus Fröhlich-Gildhoff  
**Resilienz im Kita-Alltag**

Maike Rönna-Böse/Klaus Fröhlich-Gildhoff

# Resilienz im Kita-Alltag

Was Kinder stark und widerstandsfähig macht

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN



Überarbeitete Neuausgabe 2020  
(3. Gesamtauflage)

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2014  
Alle Rechte vorbehalten  
[www.herder.de](http://www.herder.de)

Umschlagkonzeption und -gestaltung:  
Röser MEDIA GmbH & Co. KG, Karlsruhe  
Umschlagfoto: © Varvara Gorbash/123RF

Fotos: S. 11: © RABE/AdobeStock; S. 22: © seventyfour/AdobeStock;  
S. 31: © contrastwerkstatt/AdobeStock; S. 83: © Dron/AdobeStock;  
S. 95: © kristall/AdobeStock

Gesamtgestaltung und Satz:  
Hauptsatz Susanne Lomer, Freiburg

Herstellung: Graspö CZ, Zlín  
Printed in the Czech Republic

ISBN Print 978-3-451-38661-9  
ISBN E-Book (PDF) 978-3-451-81919-3  
ISBN E-Book (EPUB) 978-3-451-81920-9

# Inhalt

Vorwort .....	7
Einleitung .....	8

## 1. Einführung des Resilienzbegriffs

1.1 Bedeutung des Resilienzbegriffs .....	11
1.2 Resilienzforschung .....	13
1.3 Risiko- und Schutzfaktoren .....	14
1.4 Resilienzfaktoren .....	18

## 2. Kitas als Sozialisationsinstanzen und gesundheitsförderliche Orte für Kinder und Eltern

2.1 (Neue) Anforderungen an pädagogische Fachkräfte .....	22
Verhaltensauffällige und gesundheitlich belastete Kinder .....	22
Überforderte Eltern .....	23
Sozial benachteiligte Kinder .....	23
Kinder mit Behinderungen .....	24
Kinder aus unterschiedlichen Kulturen .....	24
Kita als Sozialisationsinstanz .....	24
Kita als gesundheitsförderlicher Ort .....	25
2.2 Prävention und Präventionsprogramme .....	26

## 3. Bausteine zur Förderung von Resilienz

3.1 Baustein 1: Leitbildentwicklung einer resilienzförderlichen Kita .....	31
Leitbildentwicklung als Prozess der Organisationsentwicklung .....	32
Leitbildentwicklung und seine Ziele .....	34
Leitbildgestützte Teamentwicklung .....	36
Evaluation des Leitbildes .....	37
3.2 Baustein 2: Förderung der seelischen Gesundheit und Resilienz von Kindern im Alltag und mithilfe von speziellen Programmen .....	38
Die positive Beziehung zum Kind als Basis der Resilienzförderung .....	39
Präventions- und Resilienzförderprogramme im Vorschulalter .....	39
3.3 Baustein 3: Zusammenarbeit mit Bezugspersonen unter Berücksichtigung der Resilienzperspektive .....	53

---

Die positive Eltern-Kind-Beziehung als Basis einer entwicklungsfördernden Erziehung .....	53
Schritte zur Zusammenarbeit mit Eltern .....	55
Erreichbarkeit von Eltern .....	58
Methoden der Elternbildung .....	61
3.4 Baustein 4: Netzwerkbildung .....	66
Typen von Netzwerken .....	67
Allgemeine Anforderungen für die Netzwerkbildung .....	68
Zielgruppenspezifische Netzwerkbildung .....	69
Beispiele für eine Netzwerkbildung .....	72
3.5 Baustein 5: Evaluation eigener Maßnahmen und Angebote .....	73
Evaluation eines Kinderkurses zur Resilienzförderung .....	75
Evaluation der Zusammenarbeit mit Eltern .....	79

## 4. Förderung von Resilienz und seelischer Gesundheit im Fachkräfte-Team

Körperliche und seelische Gesundheit .....	83
Daten zu Belastungen und zur Zufriedenheit von pädagogischen Fachkräften in Kitas .....	84
Verarbeitung von Belastungen .....	87
Gesundheitsförderung .....	90

## 5. Zusammenfassende Schlussfolgerung .....

Kopiervorlagen .....	99
Literaturverzeichnis .....	101
Über die Autorin und den Autor .....	109

---

## Vorwort

Dieses Buch hat das Ziel, Fachkräfte im Bereich der frühkindlichen Bildung, Betreuung und Erziehung zu ermutigen, gezielt die seelische Widerstandskraft (Resilienz) bei Kindern in der Institution Kindertageseinrichtung zu fördern. Dazu werden viele wissenschaftlich abgesicherte Hinweise gegeben, und es wird aufgezeigt, wie auch eine resilienzförderliche Zusammenarbeit mit Eltern und anderen Netzwerkpartnern gestaltet werden kann.

Dabei sind die Erfahrungen aus verschiedenen Praxisforschungsprojekten des Zentrums für Kinder- und Jugendforschung (ZfKJ) im Forschungsverbund FIVE e. V. an der Evangelischen Hochschule Freiburg eingeflossen, die in den letzten 14 Jahren durchgeführt wurden. Die positiven Erfahrungen und Evaluationsergebnisse haben dazu geführt, dass das Prinzip der Resilienzförderung mittlerweile in vielen Kindertageseinrichtungen Eingang gefunden hat, wissenschaftlich begründete sowie praktisch erprobte Materialien entwickelt wurden (Fröhlich-Gildhoff, Dörner & Rönna 2019) und mittlerweile Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zur Unterstützung der Organisationsentwicklung resilienzförderlicher Kitas geschult werden.

Durch die große Resonanz aus der Praxis, aber auch von Fachberatungen, Trägern, (Gesundheits-) Ämtern und wissenschaftlichen Kolleginnen und Kollegen, wurde das Resilienzkonzept weiterentwickelt für den U3-Bereich (Kaiser, 2019), Grundschule und für weiterführende Schulen. Darüber hinaus gibt es Anpassungen an spezifische Rahmenbedingungen, wie zum Beispiel Bildungsinstitutionen in Quartieren mit besonderen sozialen Problemlagen ([zfkj.de/index.php/forschungsaktivitaeten/resilienz](http://zfkj.de/index.php/forschungsaktivitaeten/resilienz)).

Die vierte Auflage dieses Buches wurde deshalb an einigen Stellen ergänzt und vor allem durch neue Studien und Literatur aktualisiert.

Wir möchten uns bei allen bedanken, die uns in den vergangenen Jahren in der freudvollen Arbeit am Resilienzthema begleitet und unterstützt haben. Dies sind neben den Kolleginnen und Kollegen im ZfKJ insbesondere auch die vielen pädagogischen Fachkräfte, deren Engagement und Kompetenz die Ideen haben lebendig werden lassen.

Maike Rönna-Böse  
Klaus Fröhlich-Gildhoff

---

## Einleitung

Resilienz ist für viele pädagogische Fachkräfte kein Fremdwort mehr und hat einen immer größeren Stellenwert im pädagogischen Alltag. Das zeigt sich in der wachsenden Zahl der Publikationen, Vorträge und Fortbildungen zur Thematik, und auch die Bildungspläne der verschiedenen Bundesländer beziehen sich immer mehr auf die Förderung von Resilienz. So wird in 10 von 16 Bildungsplänen Resilienz explizit benannt, in zwei weiteren Bildungsplänen werden personale Fähigkeiten oder Ich-Kompetenzen als Bildungsziele beschrieben. In Bayern und Hessen wird Resilienz sogar als eine der Basiskompetenzen der Kinder aufgenommen und die Förderung näher beschrieben. Sieben andere Bundesländer (Rheinland-Pfalz, Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein, Saarland, Thüringen, Hamburg und Berlin) nehmen Resilienz als Querschnittsthema auf. Sie wird hier als personale (Kern-)Kompetenz und Fähigkeit, Ich-Kompetenz oder Selbstkompetenz bezeichnet. In Baden-Württemberg, Niedersachsen, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Bremen wird Resilienz bzw. werden personale Fähigkeiten erwähnt, aber nicht als Querschnittsthematik oder in Form eines eigenen Bereichs thematisiert.

Kindertageseinrichtungen, die sich zu einem resilienzförderlichen Bildungs- und Lebensort für Kinder weiterentwickeln möchten, müssen dabei verschiedene Aspekte berücksichtigen. Häufig wird unter Resilienzförderung lediglich die direkte Arbeit mit Kindern verstanden. Dies wäre aber zu kurz gegriffen und wenig nachhaltig. Verschiedene Studien zur Unterstützung der seelischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen verdeutlichen, dass ein multimodaler Ansatz – also die Berücksichtigung aller Ebenen um das Kind – wesentlich dazu beiträgt, langfristige Effekte zu gewährleisten (vgl. dazu z. B. Lösel et al. 2006). Aus diesem Grund sollte eine Einrichtung neben der direkten Förderung der Kinder die Eltern in ihre Arbeit mit einbeziehen und das soziale Netzwerk um die Kita ausbauen. Je mehr Anknüpfungspunkte es für die Kinder gibt und je stärker der Bezug zu ihrer Lebenswelt ist, desto besser gelingt eine nachhaltige Förderung ihrer seelischen Gesundheit. Deshalb stehen im Mittelpunkt dieses Buches fünf Bausteine (siehe Kapitel 3), die zentral sind für eine umfassende und nachhaltige Resilienzförderung. Diese Bausteine sollen im Sinne eines integrierten Konzepts Orientierung für die Praxis in Kindertageseinrichtungen bieten.

Im ersten Kapitel werden die Grundlagen von Resilienz beschrieben, über die pädagogische Fachkräfte als Basiswissen verfügen sollten. Die wichtigsten Forschungen zur Resilienz werden dargestellt sowie Schutz- und Risikofaktoren für die kindliche Entwicklung erläutert. Außerdem werden die Resilienzfaktoren näher beleuchtet, die für die Resilienzförderung der Kinder wesentlich sind.

Kapitel zwei greift die Bedeutung der Kindertageseinrichtung für die gesunde Entwicklung der Kinder auf. Es skizziert die Aufgaben und Herausforderungen der pädagogischen Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen und die Möglichkeiten von Präventionsprogrammen.

Im Mittelpunkt des dritten Kapitels stehen dann die fünf Bausteine, die zur Förderung der Resilienz wesentlich sind. Die Leserinnen und Leser erfahren, welche Aspekte zu berücksichtigen sind, um eine nachhaltige Resilienzförderung in ihrer Einrichtung zu ge-

währleisten. Sie erhalten für jeden der fünf Bausteine Handlungsorientierungen und Beispiele, die eine alltagspraktische Resilienzförderung in ihrer Einrichtung erleichtern:

Der erste Baustein beschäftigt sich mit der Leitbildentwicklung. Sie ist Voraussetzung, um eine Kita zielgerichtet zu einem resilienzförderlichen Lern- und Lebensort für Kinder gestalten zu können. Im zweiten Baustein werden konkrete Handlungsmöglichkeiten vermittelt, wie die pädagogischen Fachkräfte die Resilienz der Kinder im Alltag unterstützen können. Baustein drei widmet sich der Zusammenarbeit mit den Bezugspersonen der Kinder, in der Regel also den Eltern. Ihre Erziehungskompetenz ist ein wichtiger Faktor für eine gelingende Resilienzentwicklung der Kinder. Der vierte Baustein beschreibt das Vorgehen zur Bildung von Netzwerken. Die Leserinnen und Leser erfahren, mit welchen Instrumenten sie eine Netzwerkanalyse durchführen können und was bei der Netzwerkbildung bzw. -etablierung beachtet werden sollte. Im fünften Baustein werden Anregungen und Instrumente zur (Selbst-)Evaluation vorgestellt, mit denen Kindertageseinrichtungen ihre Angebote zur Resilienzförderung überprüfen können.

Bei der Resilienzförderung der Kinder im Kita-Alltag spielt auch die Resilienz der pädagogischen Fachkräfte selbst eine wesentliche Rolle. Eine Erzieherin, die sich überfordert fühlt, gestresst und übermüdet ist, hat wenig Möglichkeiten, sich intensiv der Begleitung und Unterstützung der Kinder und der Zusammenarbeit mit den Eltern zu widmen. Die Resilienz der Fachkräfte stellt deshalb die Basis für eine gelingende Unterstützung der Kinder dar. Ausgangspunkt für Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen ist somit die eigene Gesundheit der pädagogischen Fachkräfte, die im vierten Kapitel behandelt wird.

Kapitel fünf fasst abschließend die zentralen Schritte zusammen, die notwendig sind, um sich zu einer resilienzförderlichen Kita zu entwickeln.



# 1.

## Einführung des Resilienzbegriffs