



LANDESDIREKTORENKONFERENZ –

WORKSHOP: HERAUSFORDERUNGEN FÜR SCHULLEITUNGEN BEI PSYCHISCHEN UND FAMILIÄREN PROBLEMEN UND KRISEN VON SCHÜLERINNEN UND SCHÜLERN

Oliver Appel und Dr. Katja Waligora,
Abteilung Schulpsychologie des Pädagogischen Landesinstituts RLP



© Romantic/stock.adobe.com



ABLAUF

- I. Gesundheitsbegriff und Prävalenzdaten
 - Gesundheitsbegriff
 - Prävalenzdaten
 - Austauschphase

- II. Das Konzept der Resilienz – Erklärungsmodell und Handlungsansatz?
 - Definition und Schutzfaktoren
 - Resilienz und Schule - Forschungsergebnisse
 - Resilienzförderung in der Schule
 - Austauschphase

- III. Eigene Ressourcen erkennen



GESUNDHEITSBEGRIFF UND PRÄVALENZDATEN



Quelle Pixabay



GESUNDHEITSBEGRIFF

Gesundheit ist ein **Zustand** völligen psychischen, physischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.

(WHO, 1948)

Gesundheit ist die **Fähigkeit** und die **Motivation**, ein wirtschaftlich und sozial aktives Leben zu führen. (WHO, 1987)

Gesundheit ist dasjenige **Maß an Krankheit**, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen.

(F. Nietzsche, 1844-1900)

Gesundheit ist das **Stadium des Gleichgewichtes** von Risikofaktoren und Schutzfaktoren, das eintritt, wenn einem Menschen eine Bewältigung sowohl der inneren (körperlichen und psychischen) als auch äußeren (sozialen und materiellen) Anforderungen gelingt. Gesundheit ist ein Stadium, das Wohlbefinden und Lebensfreude vermittelt.“

(K. Hurrelmann, 2000)



HBSC-STUDIE

- international vergleichendes Forschungsvorhaben unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO)
- Datenerhebung seit 1982 alle vier Jahre in 51 Ländern
- Erhebung von Daten zur Gesundheit und zum Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen im Alter von 11, 13 und 15 Jahren
- Studie zur subjektiven Gesundheit und psychosomatischen Beschwerden von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (2009/10–2022)
- die HBSC-Erhebung im Jahr 2022 umfasste N= 4347 teilnehmende Schülerinnen und Schüler



HBSC-STUDIE - ERGEBNISSE

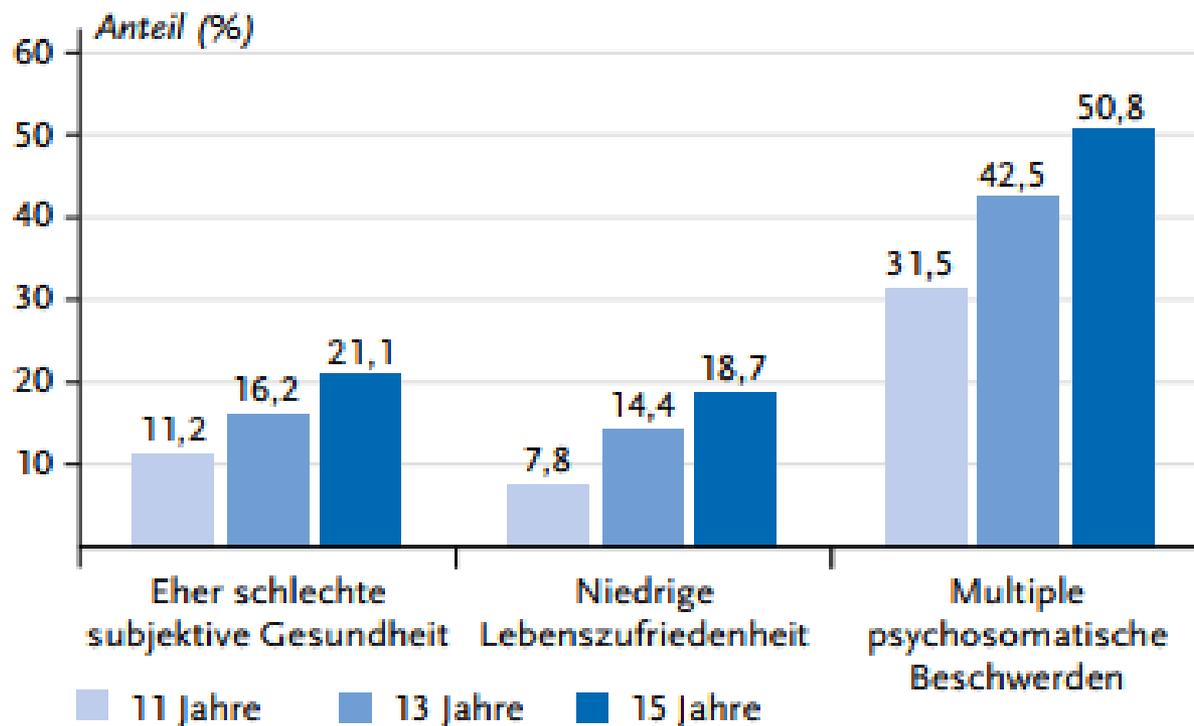
- Zusammenhang zwischen sozialer Herkunft und subjektiv eingeschätzter Lebenszufriedenheit
- Einfluss von Gesundheitswissen auf das Ausmaß psychosomatischer Beschwerden
- die meisten Kinder und Jugendlichen bewegen sich (insbesondere seit der Corona-Pandemie) zu wenig → nachweislicher Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Gesundheit



HBSC-STUDIE - ERKLÄRUNGSMODELLE

- Erhebungszeitpunkt (21/22) gegen Ende der Pandemie: Schulschließungen, Kontaktbeschränkungen, wenig Ablenkung in der Freizeit → Beeinträchtigung der Gesundheit insb. Heranwachsender
- **Jedes zweite Mädchen und jeder dritte Junge** berichtet über vielfältige psychosomatische Beschwerden
- **Jedes dritte Kind** gibt an, dass es sich durch das belastet fühlt, was in der Schule von ihm verlangt wird
- **Krisenpermanenz:** Krieg in Europa, Krieg in Gaza, Klimawandel, wirtschaftliche Situation → Verunsicherung, Sorgen um die Zukunft
- **Anhaltende psychische Belastungen** äußern sich bei vielen Betroffenen langfristig auch in körperlichen Symptomen wie Bauchschmerzen, schlechtem Schlaf oder Kopfschmerzen

HBSC-STUDIE ERGEBNISSE 2022





COPSY-STUDIE

- bevölkerungsbezogene Studie zum Thema COrona und PSYche (T1: 05/2020 – T4: 02/2022)
- Präpandemischer Vergleich (T0) mit Daten der BELLA-Studie (T0, präpandemischer Vergleich)
- Je Messzeitpunkt wurden etwa 1600 Familien mit Schulkindern im Alter von 7 bis 19 Jahren befragt (bis zu 11 Jahren Befragung eines Elternteils, ab 11 Jahren zusätzlich Angaben im Selbstbericht)



COPSY-STUDIE

- im dritten Jahr nach der Pandemie ist die psychische Gesundheit von Ki/Jgdl. weiterhin belastet: drei von zehn Befragten geben eine geringe Lebensqualität an (zwei von zehn vor der Corona-Krise)
- psychische Belastungen wie Ängste und psychische Auffälligkeiten sind geringer als in den ersten und zweiten Lockdownphasen, jedoch höher als vor der Pandemie
- neben den Auswirkungen der Pandemie fühlen sich Ki/Jgdl. durch neue Krisen wie die Energiekrise, den Krieg in der Ukraine, den Krieg in Gaza sowie den Klimawandel belastet.



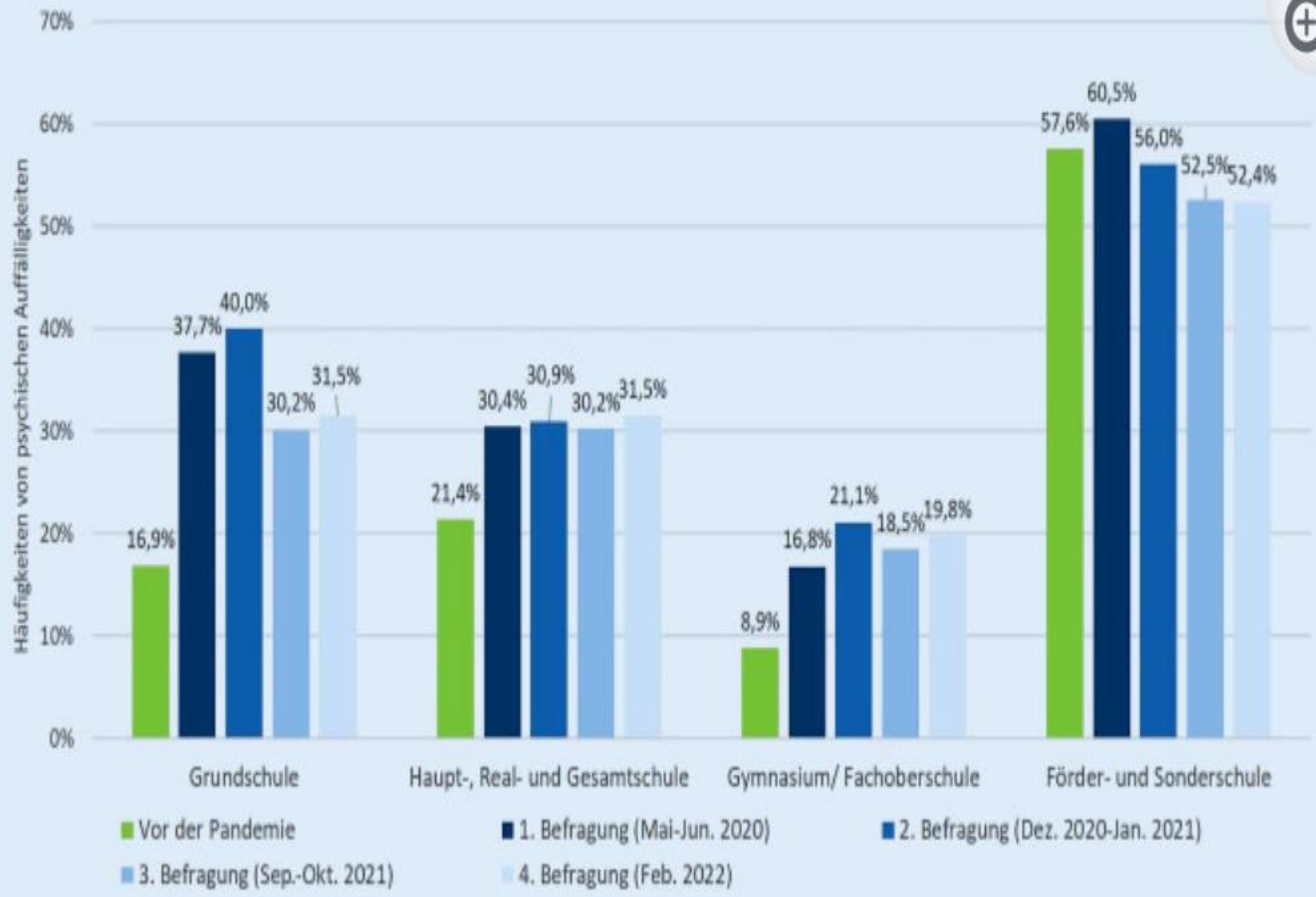
COPSY-STUDIE

- Kinder und Jugendliche aus **sozial schwächeren Verhältnissen** sind (zu allen MZP's) überdurchschnittlich stärker betroffen

→ Zur Risikogruppe zählen Kinder und Jugendliche, deren Eltern stark belastet sind, eine geringere Bildung haben, beengt wohnen und/oder einen Migrationshintergrund aufweisen.

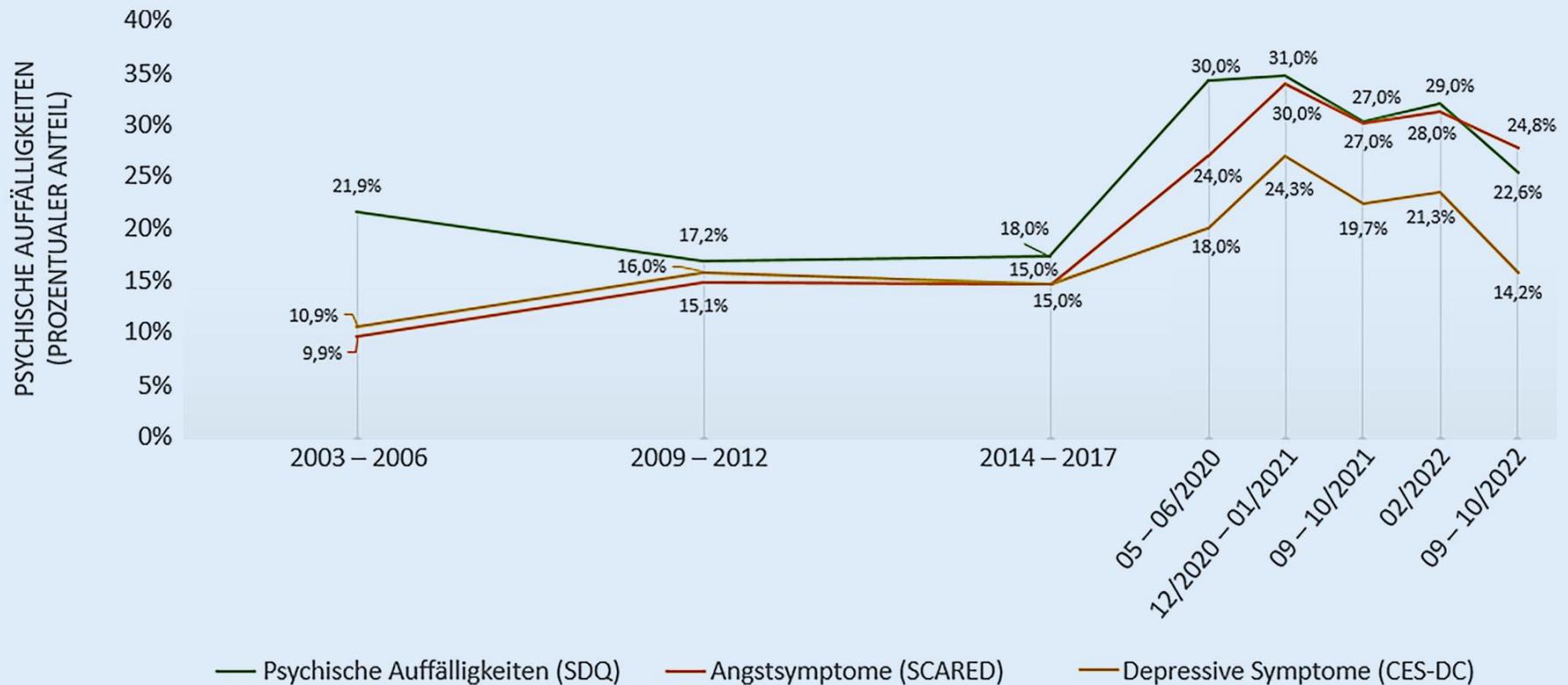
Vertiefende Informationen finden sie hier:

[https://www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-
psychosomatik/forschung/arbeitsgruppen/child-public-health/forschung/copsy-studie.html](https://www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik/forschung/arbeitsgruppen/child-public-health/forschung/copsy-studie.html)





PSYCHISCHE AUFFÄLLIGKEITEN





AUSTAUSCHPHASE



Bilden sich die dargestellten Daten in Ihrem Schulalltag ab?

Inwiefern und wie gehen Sie als Schulleitung mit dieser (veränderten) Situation um?

Welche Herangehensweisen erleben Sie als erfolgreich?



RESILIENZ –

ERKLÄRUNGSMODELL UND HANDLUNGSANSATZ?



Quelle: Pixabay

Folien angelehnt an Fröhlich-
Gildhoff und Rönnau-Böse
(2022)



DEFINITION VON RESILIENZ

→ **psychische Widerstandsfähigkeit** gegenüber
biologischen, psychologischen und psychosozialen
Entwicklungsrisiken

Ergebnis: erfolgreicher Umgang mit belastenden
Lebensumständen und negativem Stress



RESILIENZENTWICKLUNG

- die Fähigkeit zur Resilienz entwickelt sich in einem dynamischen Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt über die gesamte Lebensspanne
- Einfluss auf die Resilienz haben Schutzfaktoren, die die Auftretenswahrscheinlichkeit von Störungen beim Vorliegen von Belastungen vermindern (vgl. Kauai-Studie)
- Es wird zwischen personalen und sozialen Schutzfaktoren unterschieden
- ein zentraler sozialer Schutzfaktor ist eine stabile, wertschätzende Beziehung zu einer Bezugsperson



WESENTLICHE SCHUTZFAKTOREN (1)

- Mindestens eine **stabile emotionale Beziehung** zu einer primären Bezugsperson
- **Emotional warmes**, offenes, aber auch klar **strukturierendes Erziehungsverhalten** der Bezugspersonen
- **Soziale Unterstützung** außerhalb der Familie
- **Soziale Modelle**, die angemessenes Bewältigungsverhalten in Krisensituationen zeigen und Kinder entsprechend anregen und ermutigen
- Frühe Möglichkeiten, „**Selbstwirksamkeitserfahrungen**“ sammeln zu können



WESENTLICHE SCHUTZFAKTOREN (2)

- Dosierte **soziale Verantwortlichkeit**
- **Kognitive Kompetenzen**, die angemessen angeregt werden müssen
- **Selbststeuerungsfähigkeiten**, die mit Unterstützung durch Bezugspersonen (v.a. bei der Affektregulation) herausgebildet werden
- **Fantasie**
- Gefühl von **Kohärenz**, also das Erfahren und Erleben eines Sinns und einer Bedeutung der eigenen Existenz

INTRAPERSONALE FAKTOREN IN INTERAKTION MIT RISIKEN, KRISEN UND HERAUSFORDERUNGEN





RESILIENZ UND SCHULE: FORSCHUNGSERGEBNISSE

- Eine positive Beziehung zu einer Lehrkraft schützt vor den Auswirkungen von Entwicklungsrisiken (Baker, 2006)
- Positive Beziehungen zu Lehrkräften und Mitschülerinnen und Mitschülern verringern Risikoverhalten, Drogenkonsum und aggressives Verhalten (Opp et al., 2020)
- Die Schulkultur hat Einfluss auf den kontinuierlichen Schulbesuch und die Schulleistungen (Scanlon & Mellard, 2002)
- Förderung der sozial-emotionalen Fähigkeiten führt zu verbesserten Schulleistungen (z. B. Schonert-Reichl, 2005; 2008)
- Masten & Coatsworth (1998): Vergleich von Schulen → „Effektive Schule“ haben ein klares Schulkonzept



ZUSAMMENFASSUNG DER EMPIRISCHEN ERGEBNISSE

Schützende Wirkung in der Schule durch:

- Individuelle soziale Unterstützung durch Lehrkräfte
- Gefühl der Zugehörigkeit und Partizipation
- Erreichbarkeit von Erfolgen
- Kompensatorische Funktion der Lehrkräfte („pädagogische Fürsorge“)

→ Neu-Definition des Bildungsauftrags

→ Bestärkungs- statt Bewertungskultur

→ Mut zur Individualisierung

(vgl. Opp et al, 2020)



RESILIENZFÖRDERLICHES SCHULKLIMA

- Strukturelle **Verankerung** resilienzförderlicher Maßnahmen
- **Verlässlichkeit und Sicherheit** für alle an Schule Beteiligte
(Transparenz von Entscheidungen, klare Regeln etc.)
- Möglichkeiten zur **Partizipation** schaffen
- **Fortbildungen** für das gesamte Kollegium
- Systematische und verbindliche **Kooperation** der Organisation
Schule mit unterstützenden Institutionen (z. B. EB's, Organisationen
d. Jugend(sozial)arbeit sowie Vereinen im Sozialraum)



RESILIENZFÖRDERLICHES KLASSENKLIMA

- geplante **bewertungsfreie Zeiten** (z.B. „soziales Lernen“), die spezifisch zur Entwicklung der Klassenkultur genutzt werden (Feedbackrunden, Klassenrat etc.)
- Durchführung von **Inputs zur Resilienzstärkung** (für Kollegium und SuS mit regelmäßigen Wiederholungen/Vertiefungen)
- „Sichtbarkeit“ der **Lehrkraft als Bezugs- und Beziehungsperson**
- **Persönliche Rückmeldegespräche, Individualisierung** (bewältigbare Ziele)
- **Bewusste Gestaltung** des Kontakts zu Erziehungsberechtigten



BEZIEHUNGSGESTALTUNG

- Schulleitung/Lehrkraft als Vorbild ⇒ Bereitschaft zum Dialog, sich selbst einbringen
- Interesse am Anderen
- Wertschätzung, Empathie & Kongruenz (Danke ... Bitte)
- nach dem „wie“ Fragen (Wie hast Du das geschafft? Fokus auf Prozess nicht nur auf das Ergebnis)
- den „Eigensinn“ ergründen (Verhalten ist „sinnvoll“)
- Beziehungskontinuität sichern!
- Ermutigung: Du kannst das – Ich bin da, wenn Du mich brauchst - Deine Unterstützung ist wichtig (Trennung von Person und Verhalten)



RESILIENZFÖRDERLICHE HALTUNG

- Ressourcenorientierung statt Fehlerfahndung
- Wertschätzung, Vertrauen und Zutrauen
- Selbstbestimmung ermöglichen
 - aktive Ermutigung zur eigenen Meinung, Abgrenzung zulassen
 - gemeinsames Aushandeln von Kompromissen
 - ...

AUSTAUSCHPHASE



- In welchen Momenten/Strukturen erlebe ich eine Unterstützung der Resilienz der Lehrkräfte und der Schülerinnen und Schüler?
- Wie lässt sich das Thema Resilienz ausbauen?



LITERATUR

Meyer-Funke, U. (2023). COPSY-Studie: Ergebnisse der fünften Befragungswelle. <https://bvpraevention.de/cms/index.asp?inst=newbv&snr=13313&t=COPSY-Studie:+Ergebnisse+der+f%C3%BCnften+Befragungswelle> (zuletzt aufgerufen am 8.4.2024)

Witte, S. (2024). Psychosomatische Beschwerden bei Kindern nehmen zu – wie Eltern helfen können. <https://www.geo.de/wissen/gesundheit/psychosomatische-beschwerden-bei-kindern--was-eltern-tun-koennen-34517010.html> (zuletzt abgerufen am 8.4.2024)

Rönnau-Böse, M., Fröhlich-Gildhoff, K., Bengel, J. und Lyssenko, L. (2022). Resilienz und Schutzfaktoren. <https://leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/resilienz-und-schutzfaktoren/>

Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2022). *Resilienz*. 6. Auflage, München: Reinhardt.

Reiß, F., Kamann, A., Napp, A.-K., Devine, J., Li, L., Strelow, L., Erhart, M., Hölling, H., Schlack, R. & Ravens-Sieberer, U. (2023). Epidemiologie seelischen Wohlbefindens von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse aus 3 Studien vor und während der COVID-19-Pandemie
<https://link.springer.com/article/10.1007/s00103-023-03720-5#Fig3>

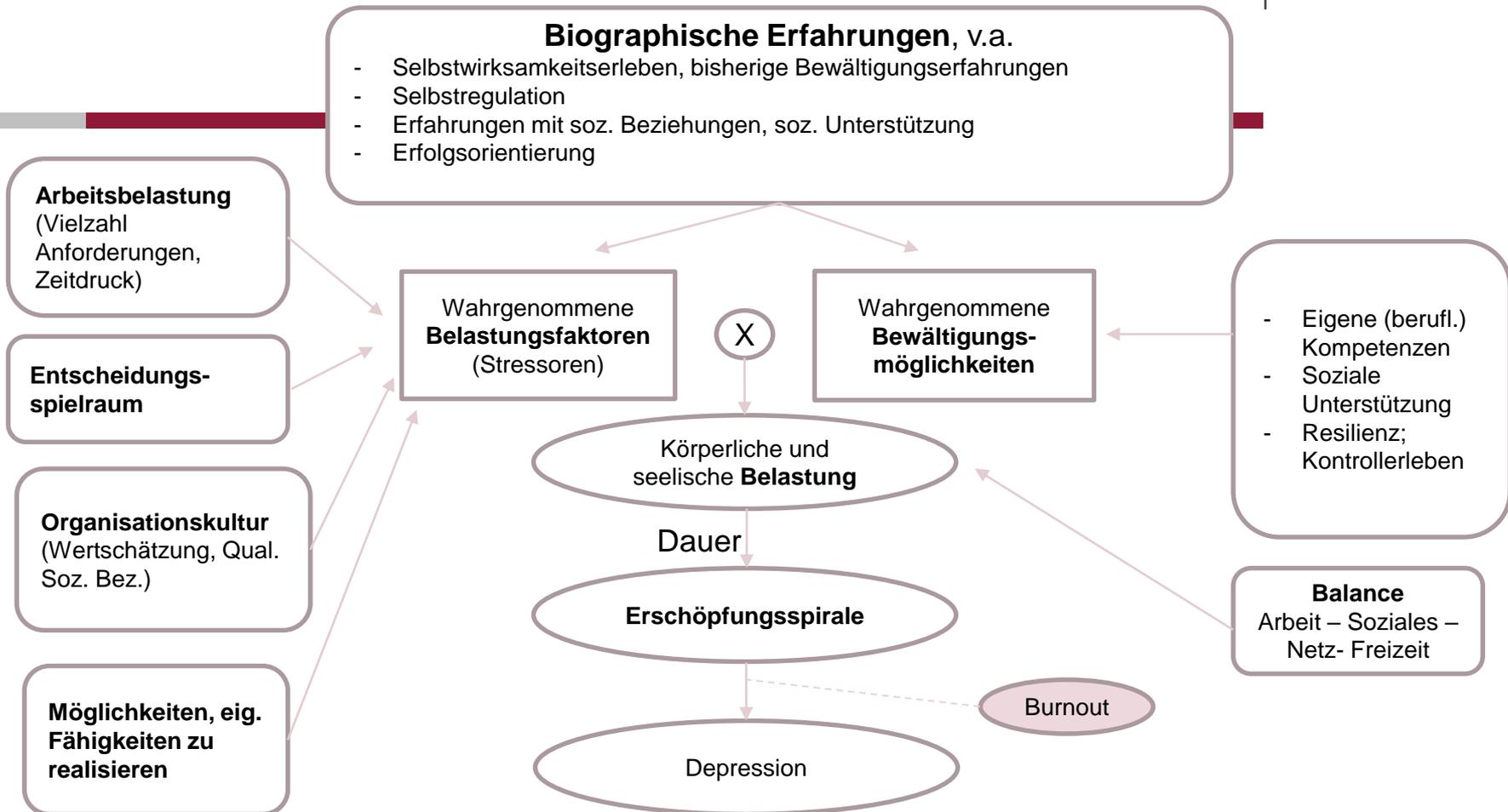


**Danke für Ihre
Aufmerksamkeit!**





EIGENE RESSOURCEN ERKENNEN



(angelehnt an: Fröhlich-Gildhoff, 2013)



MEINE RESSOURCEN ERKENNEN UND FÖRDERN

- Welche Schutzfaktoren bringe ich mit (personale, soziale Ebene)?
- Welche Schutzfaktoren lassen sich ausbauen (in der Schule und privat)?
- Welche Schutzfaktoren bringe ich in meine pädagogische Arbeit/Leitungshandeln ein?
- Wie erlebe ich meine Balance von Stressoren und Ressourcen?
- In welchen Situationen habe ich Handlungsspielraum, wo kann ich Entscheidungen treffen?
- Was fordert mich positiv heraus? Welche Stärken und Fähigkeiten bringe ich mit? Was macht mich wichtig fürs Team?
- Welche Aspekte meiner Arbeit empfinde ich als (besonders) bedeutsam? Wo möchte ich mit engagieren?



IMPULSE ZUR SELBSTREFLEXION

Wo sehe ich in meinem pädagogischen Alltag
Entwicklungsmöglichkeiten in Bezug auf die Förderung von
Resilienz?

- a. Bezogen auf mich?
- b. Bezogen auf meine Arbeit mit/im Kollegium?
- c. Bezogen auf unsere pädagogische Arbeit mit den Schülerinnen
und Schülern?

