

# ru intern

Informationen für evangelische  
Religionslehrerinnen und -lehrer  
in Westfalen und Lippe

50. Jahrgang **2** | 2021

# Resilienz und Religion

„Das musste ja so kommen“ – Sind Lebensläufe von Kindern und Jugendlichen aus schwierigen Verhältnissen vorherbestimmt? Keineswegs! Viele Kinder haben ihre ganz eigenen Strategien, mit Krisen umzugehen. Der Religionsunterricht hat seine eigenen Rahmenbedingungen, um Kinder dabei zu fördern. Und zahlreiche religiöse Anknüpfungspunkte, um das Thema Resilienz greifbar und erfahrbar zu machen.

## In dieser Ausgabe

### ■ Resilienz und Vulnerabilität | S. 3

Was ist Resilienz? Wie ist der Forschungsstand und kann man Resilienz erlernen? Brigitte Zeeh-Silva, Grebin, gibt einen Überblick.

### ■ Nur ein Mode-Wort? | S. 9

Meinfried Jetzschke, Schwerte-Ergste, zeigt konkrete Handlungsfelder auf und gibt gut verständliche Sprachbilder vor, wie man die Resilienz bei jungen Menschen fördern kann.

### ■ Krafttankstellen für Lehrer\*innen | S. 15

Überfordernde Situationen kennen nicht nur Schüler\*innen. Bernhard Sieland, Lüneburg, gibt Anregungen und stellt hilfreiche Fragen zum eigenen Umgang mit stressigen Zeiten im Schulalltag.

### ■ Wenn mich andere auspfeifen, höre ich Applaus | S. 19

Marco Sorg, Schwerte-Villigst, erläutert die besonderen Möglichkeiten des Religionsun-

terrichts der SEK I, eine resiliente Haltung von Schüler\*innen zu fördern.

### ■ Es riecht nach Hoffnung | S. 23

Die Widerstandsfähigkeit in Krisen-Situationen ist auch Thema im RU der SEK II. Nicht ohne einen Blick in die eigene Biografie des Unterrichtenden, meint Wolfram Bensberg, Schwerte-Villigst.

### ■ Übergänge | S. 28

Ulrich Walter, Schwerte-Villigst, lenkt den Blick auf die besonderen Zeiten des Schul-Übergangs und unterstützende Ideen des RU für die Schüler\*innen in diesen Tagen.

### ■ Zollstock-Segen | S. 30

Rituale und Zuspruch sind wichtige Bausteine für eine gute Entwicklung der Schüler\*innen. Segen fördert Leben, gerade auch in Krisenzeiten. Ulrich Walter hat einen ganz besonderen entwickelt.

### ■ Gottes Ebenbild | S. 32

Religion kann sich erwiesenermaßen positiv auf Bewältigungsstrategien von Kindern und Jugendlichen auswirken. Christiane Karp-Langejürgen, Pfarrerin und RU-Lehrerin in Halle (Westf.), zeigt Anknüpfungspunkte auf.

### ■ Zwischen Liebeskummer und Mobbing | S. 38

Wie gehe ich mit der Trennung meiner Eltern um? Wie verkrafte ich den Tod der Oma? Christiane Karp-Langejürgen hat mit Schüler\*innen der 12. Klasse Coping-Strategien in einem „Schatzkästchen fürs Leben“ gesammelt.

### ■ Schilfkörbchen-Erfahrungen | S. 41

Welche Bilder, Geschichten, Symbole ... geben Kindern Hilfe für ihre eigene seelische Widerstandskraft. Christiane Karp-Langejürgen nutzt dazu die Lebensgeschichte des Moses und seine ungewöhnliche Karriere.

# Die Seele stärken, Resilienz fördern, einfach evangelisch!

## Resilienz und Resilienzförderung in der Schule\*

### 1 Das Phänomen der Resilienz

#### 1.1 Was heisst „Resilienz“?

(Lat. resilere – ‚zurückspringen‘, ‚abprallen‘)

■ **Resilienz** bezeichnet die psychische Widerstandsfähigkeit von Kindern gegenüber sog. Risikofaktoren wie biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken (z.B. chronische Armut, Gewalterfahrungen, Verlust eines Elternteils, traumatische Situationen wie Naturkatastrophen oder Kriegserlebnisse).

■ Das Gegenstück zu Resilienz ist **Vulnerabilität** (engl. Vulnerability): Verletzbarkeit, d.h. erhöhte Bereitschaft, durch äußere Verletzungsfaktoren physische oder psychische Erkrankungen zu entwickeln.

### Die Kauai Studie, eine Pionierstudie (1973 – 2001)

Die US-amerikanische Entwicklungspsychologin Emmy Werner und ihr Team begleiteten

über 40 Jahre lang knapp 700 Kinder, die 1955 auf der Hawaii-Insel Kauai geboren wurden. Knapp  $\frac{1}{3}$  dieser Kinder wuchsen unter äußerst schwierigen Verhältnissen mit hohen Risikofaktoren auf: Armut, Krankheit der Eltern, Vernachlässigung, Gewalt in der Familie, Miss-

handlung, niedriger Bildungsstand der Eltern, etc.  $\frac{2}{3}$  dieser „Risiko Kinder“ fielen als Jugendliche durch Lern- oder Verhaltensstörungen auf, wurden straffällig bzw. psychiatrisch auffällig. Gleichzeitig entwickelte sich  $\frac{1}{3}$  dieser Kinder erstaunlich positiv. Sie waren erfolg-



Die US-amerikanische Entwicklungspsychologin Emmy Werner.

Foto: Bwag, wikimedia.org

reich in der Schule, waren in das soziale Leben integriert und wiesen zu keinem Zeitpunkt der Untersuchung irgendeine Verhaltensauffälligkeiten auf. Die grundlegende Erkenntnis aus dieser (und anderer) Studie(n) ist, dass ungünstige (Start-) Voraussetzungen nicht zwingend zu Elend und Misserfolg führen müssen.

Resiliente Kinder (Erwachsene) verfügen über bestimmte Eigenschaften und Strategien, die ihnen ermöglichen, an widrigen Umständen nicht zu zerbrechen. Der ursprünglich auf Kinder und Jugendliche gelegte Fokus der Resilienzforschung hat sich in der Zwischenzeit sehr stark in Richtung Erwachsenenalter (z.B. Belastungs-, Traumaverarbeitung), in die Arbeitswelt (resiliente Teams) sowie auf soziale Systeme ausgeweitet.

**„Die Annahme, dass sich Kinder aus einer Hochrisikofamilie zwangsläufig zum Versager entwickeln, wird durch die Resilienzforschung widerlegt.“**  
*Emmy Werner*

### 1.2 Was ist heute über Resilienz bekannt?

Resilienz ist kein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal eines Kindes.

Resilienz entwickelt sich aus der Interaktion des Kindes mit seiner Umwelt.

Wer Resilienz entwickelt, verfügt über sogenannte Schutzfaktoren, die in der Person

des Kindes und/oder seiner Lebensumwelt verankert sind.

Kein Mensch ist immer gleich widerstandsfähig. Die Entwicklung von Resilienz hängt z.B. von der jeweiligen Risikokonstellation (Risikofaktoren / Risikomechanismen), von der Entwicklungsphase und von den vorhandenen, bzw. entwickelten Schutzfaktoren ab.

### 1.3 Was ist das Besondere an der Resilienzforschung?

Innerhalb der Längsschnittstudien wird nicht nur auf Ursachen und Bedingungen für die Entstehung psychischer Störungen geschaut, sondern es wird versucht, neben Risikofaktoren auch Schutzfaktoren zu identifizieren, die für den Erhalt seelischer und körperlicher Gesundheit maßgeblich sind. Dieser Perspektivwechsel / Paradigmenwechsel innerhalb der Forschungsbereiche Psychologie, Pädagogik und Gesundheitswissenschaften führte in den 90er Jahren zu einem erweiterten Begriff des Verständnisses von ‚Gesundheit‘ in der (WHO) sehr umfassend definiert als „Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens“.

Daraus entwickelten sich zahlreiche Konzepte innerhalb der Präventionsforschung zur Förderung und zur Erhaltung von Gesundheit, wobei die Entwicklung von Fähigkeiten zu

einer gelingenden Lebensbewältigung, sog. „Life skills“ erforscht werden.

Die Resilienzforschung untersucht erstmals, wie Risikosituationen bewältigt werden können.

Die Resilienzforschung hat keine defizitorientierte Perspektive, sondern eine ressourcenorientierte: Es geht um Fähigkeiten, Potenziale und Ressourcen des Kindes.

Die Resilienzforschung zielt darauf ab, Kinder so früh wie möglich für Stress- und Belastungssituationen zu „stärken“.

### 1.4 Was sind Hauptergebnisse der Resilienzforschung?

#### 1.4.1 Interne / Personale Schutzfaktoren des Kindes

##### 1 Selbst- und Fremdwahrnehmung

Resiliente Kinder kennen die verschiedenen Gefühle und können sie adäquat ausdrücken (mimisch und sprachlich); sie können Stimmungen bei sich und anderen erkennen und einordnen: sie können sich, ihre Gefühle und Gedanken reflektieren und in Bezug zu anderen setzen.

**Förderung der Selbstwahrnehmung:** durch Erhöhung des Fokuses für die Sensibilität für den eigenen Körper und die eigenen Gefühle. Differenzierte Sprache. Beispiel: „Es geht



Welche Strategien wenden Kinder an, um sich wieder „ins Lot“ zu bringen?

Foto: Dirk Purz

mir schlecht“ – Entschlüsselung in: „Ich bin wütend / traurig / genervt / habe Angst.“

### 2 Selbstwirksamkeit

Resiliente Kinder kennen ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten und sind stolz darauf; sie können ihre Erfolge auf ihr Handeln beziehen und wissen, welche Strategien und Wege sie

zu diesem Ziel gebracht haben: Sie können diese Strategien auf andere Situationen übertragen und wissen, welche Auswirkungen ihr Handeln hat und vor allem, dass ihr Handeln auch etwas bewirkt.

**Förderung der Selbstwahrnehmung:** Damit Kinder sich als selbstwirksam erleben können, müssen sie Erfahrungen der Verant-

wortungsübernahme im Alltag machen können. Erwachsene sollten den Kindern ihre Stärken und Kompetenzen spiegeln und sie darin bestärken, auf ihre Fähigkeiten zu vertrauen, ihnen etwas zutrauen und nicht vorschnell eingreifen, sondern sie ermutigen, auch bei Schwierigkeiten weiterzumachen.

### 3 Selbststeuerung / Selbstregulation

Resiliente Kinder können sich und ihre Gefühlszustände selbstständig regulieren bzw. kontrollieren: Sie wissen, was ihnen hilft, um sich selbst zu beruhigen und wo sie sich ggf. Hilfe holen können; sie kennen Handlungsalternativen und Strategien zur Selbstregulierung. Resiliente Kinder haben gelernt, innere Anforderungen zu bewältigen und ihnen zu begegnen (von der Situation der Bedrohung zur Bewältigung).

**Förderung der Selbststeuerung:** Zur Unterstützung der Ausbildung von Selbstregulationsfähigkeiten ist ein positives emotionales Klima in der Familie wichtig sowie der offene Umgang mit Gefühlen, z.B. durch häufige Gespräche über Gefühle. Entscheidend ist vor allem Hilfestellung bei der Emotionsregulation, z.B. indem die Gefühle angesprochen und daran Möglichkeiten des Umgangs oder Alternativen zur Verfügung gestellt werden.



Zuwendung, Halt, Gesprächspartner, Vorbild – Bezugspersonen sind vieles in einem. Foto: Dirk Purz

#### 4 Soziale Kompetenz

Resiliente Kinder können auf andere Menschen zugehen und Kontakt aufnehmen; sie können sich aber auch selbst behaupten und Konflikte adäquat lösen.

**Förderung der sozialen Kompetenz:** Kinder brauchen Erwachsene als Kommunikationsmodell (Mimik, Gestik, Emotion). Klare Regeln und Abläufe bei der Lösung von Konflikten

und deren Reflexion helfen, sich in andere hineinzuversetzen und Lösungsstrategien zu entwickeln.

#### 5 Adaptive Bewältigungskompetenz

Resiliente Kinder können für sie stressige Situationen einschätzen, d.h. sie erkennen, ob sie für sie bewältigbar sind, und kennen ihre Grenzen; sie kennen Bewältigungsstra-

tegien und können diese anwenden; sie wissen, wie sie sich Unterstützung holen können und wann sie diese brauchen; sie können die Situationen reflektieren und bewerten.

**Förderung der adaptiven Bewältigungskompetenz:** Die Förderung dieses Resilienzfaktors wird unterstützt, wenn mit Kindern reflektiert wird, was für sie stressauslösende Situationen sind und welche Strategien für sie hilfreich sind. Das können Entspannungsübungen sein, aber auch bewegungsförderliche Angebote, das Aufzeigen von Unterstützungspersonen und Orte, an denen sie sich zurückziehen können.

#### 6 Problemlösefähigkeiten

Resiliente Kinder haben gelernt, sich realistische Ziele zu setzen; sie trauen sich, Probleme direkt anzugehen und kennen dafür Problemlösestrategien: Sie sind in der Lage, verschiedene Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.

**Förderung der Problemlösefähigkeit:** Um diese Fähigkeit zu entwickeln, brauchen Kinder Erwachsene, die ihnen zutrauen, Probleme grundsätzlich alleine lösen zu können, und die erst dann Unterstützung geben, wenn das Kind darum bittet. Insbesondere der Einbezug in alltägliche Planungs- und Entscheidungsprozesse wirkt hier fördernd.

Weitere Schutzfaktoren: Kohärenz-Sinn / Optimistische Lebenseinstellung / Kreativität, Hobbies / Körperliche Gesunderhaltung.

#### 1.4.2 Externe Schutzfaktoren in der Lebensumwelt des Kindes

Mindestens eine stabile, verlässliche Bezugsperson, die Sicherheit, Vertrauen und Autonomie fördert und die als positives Rollenmodell fungiert.

„Die erste große Botschaft ist: Resilienz beruht, grundlegend, auf Beziehungen.“  
(Suniya Luthar, 2006. *Schlussfolgerung aus ihrer umfassenden Analyse der letzten fünfzig Jahre Resilienzforschung*)

Gute Bewältigungsfähigkeiten der Eltern in Belastungssituationen (Familiäres „Netzwerk“: Freunde, Verwandte, Nachbarn).

Ein wertschätzendes und unterstützendes Klima in den Bildungsinstitutionen (Kita / Schule als „zweites Zuhause“, „Zufluchtsort“)

Dosierte soziale Verantwortlichkeiten und individuell angemessene Leistungsanforderungen.

#### 1.5 Implikationen für die Resilienzforschung

Resilienz entwickelt sich im komplexen Austausch zwischen Individuum und Umwelt

und ist ein dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess. Innerhalb der Forschung bedarf es multikausaler Entwicklungsmodelle und einer einheitlichen Terminologie zur Erfassung der differenzierbaren Resilienzfaktoren.

Da Resilienz weder umfassend noch beständig ist, bedarf es einer permanenten Resilienzförderung im Kontext von Kindern. Dies heißt, kontinuierlich die individuelle Situation von Kindern in den Blick zu nehmen, um mögliche Belastungen frühzeitig erkennen und Schutzfaktoren rechtzeitig aktivieren zu können.

Seit 1980er Jahre wurden auch in Deutschland gezielte psychosoziale Präventionsprogramme für das Säuglings-, Vorschul-, Schul- sowie Jugendalter entwickelt, erprobt und evaluiert. Diese Programme schließen immer die Arbeit mit den Bezugspersonen ein mit dem Ziel, eine positive Eltern-Kind-Beziehung zu stärken.

Beispiel.: ‚Coping-Strategien‘: konkrete Veränderung der Umwelt, des eigenen Verhaltens und der Veränderung eigener Wahrnehmungs- und Interpretationsmuster (Bewertungsprozesse).

Kinder in ihren eigenen Stärken zu stärken, um die Schwächen zu schwächen, kann als Leitsatz für pädagogisches Handeln verstan-

den werden. Kinder werden als aktive Bewältiger und Gestalter ihres Lebens wahrgenommen (kompetent).

## 2 RESILIENZFÖRDERUNG IN DER SCHULE

### Bausteine für den Religionsunterricht und ein gutes Schulklima

#### 2.1 Resilienzfördernde Bausteine in der Schule

Klare, transparente und konsistente Regeln und Strukturen.

Wertschätzendes Klima (Wärme, Respekt und Akzeptanz gegenüber dem Kind).

Positive Verstärkung der Leistungen und Anstrengungsbereitschaft des Kindes.

Positive Peerkontakte / positive Freundschaftsbeziehungen.

Förderung von Basiskompetenzen (Resilienzfaktoren).

Zusammenarbeit mit dem Elternhaus und anderen sozialen Institutionen.

#### 2.2 Resilienz und Religion

„Eine religiöse Überzeugung ist ebenfalls ein Schutzfaktor im Leben von Risikokindern. Sie gibt den widerstandsfähigen Jungen und Mädchen Stabilität, ein Gefühl, dass ihr Leben Sinn und Bedeutung hat, und den Glauben,

dass sich trotz Not und Schmerzen die Dinge am Ende zum Guten wenden ... ganz gleich, ob sie Buddhisten, Mormonen, Katholiken oder Protestanten waren. Auch als sie erwachsen waren, war ein solcher Glaube immer noch ein wichtiger Schutzfaktor in ihrem Leben.“

*Emmy Werner*

Die Sichtweise auf das eigene Selbst, die Welt und die Vorstellung von einem sinnvollen Leben hängen zusammen. Die Resilienzforscherin Corina Wustmann weist Religion und Spiritualität auf Grund des Kohärenzgefühls (die Überzeugung, dass alle Dinge und Geschehnisse „zusammenhängen“) als wichtigen schützenden Faktor aus.

Dieser Begriff wurde vom Pionier und Medizinsoziologen Aaron Antonovsky geprägt, der, im Gegensatz zur Pathologie (Lehre der Krankheiten), einen Perspektivwechsel durch den Ansatz der Salutogenese beschritten hat (Lehre von der Entstehung der Gesundheit).

Der **Kohärenz-Sinn** ist die innerste Überzeugung, dass auch schwierige Situationen einen Sinn haben und der Mensch gerade darin eigene Handlungs- und Gestaltungsmöglichkeiten hat. Diese Lebenshaltung wird von drei Säulen getragen:

- 1. Mein Leben ist verstehbar:** Mein Glaube / meine religiösen Überzeugungen helfen mir, Lebenserfahrungen zu begreifen, zu deuten, zu verstehen.
- 2. Mein Leben ist bewältigbar:** Ich verfüge über eigene Fähigkeiten zur Bewältigung und nehme die Herausforderungen als Chancen eigener Entwicklung und Reifung. Ich verfüge über innere und äußere Ressourcen und vertraue darauf, von Gott unterstützt zu werden.
- 3. Mein Leben ist sinnhaft:** Ich bewältige bedrohliche Situationen im Vertrauen, dass es sich lohnt. Was ich tue, ist wichtig, und ich vertraue darauf, dass Gott ein sinnvolles Leben für mich möchte.

Kohärenz-Sinn spricht eine tiefe religiöse Dimension an: Vertrauen. Das Vertrauen, dass der Strom des Lebens mich trägt, dass eine höhere Macht ist, die mich hält und stärkt.

### Religion / Spiritualität stärkt

ein positives Selbstbild und ein sinnhaftes Weltbild;  
Autonomie und Verantwortungsbewusstsein für alles, was ist;  
die Seele bei der Bewältigung existenzieller Lebenssituationen;  
das Bewusstsein einer Lebens-Gemeinschaft;  
die Sprachfähigkeit der Seele, wo die Alltagssprache endet;  
durch ihre Rituale die Daseins-Präsenz.

### 2.3 Religionsunterricht – Zwischenraum der Seele

Sola gratia – Du bist angenommen – bedingungslos – KIND SEIN können:

- K** **Klassenzimmer-Dynamik:** „Ich bin Kind mit Leib und Seele!“ (HUMOR)
- I** **Individuelles und intuitives Sehen und Begleiten:** „Ich sehe Dich / dahinter!“
- N** **Nähe und Wärme, Annahme und Liebe:** „Ich bin für Dich da!“
- D** **DU-Begegnung / Interaktionen:** „Dir kann ich vertrauen – Gott kann ich vertrauen!“
- S** **Segensmomente:** „Du bist ein Segen!“ (Jedes Kind hat POTENZIALE!)
- E** **Entspannung und Ermutigung** durch Kooperation im Klassenzimmer
- I** **„INNEN und AUSSEN“:** Expression und Meditation (Spannungsausgleich)
- N** **„Nein“ sagen können:** Das Recht des Kindes auf Selbstbestimmung



„Seien Sie sich immer bewusst: Sie sind wichtig und hilfreich für die Kinder!“

Emmy Werner

#### Literatur:

- \*Wustmann: Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern (2012).
- Fröhlich-Gildhoff, Rönnau-Böse: Resilienz, utb '2015.
- Betz, Dietermann, Hilt, Schwarze: Resilienz – Wie Religion Kinder stark macht, Evangelisches Medienhaus GmbH, Stuttgart 2014.
- Thich Nhat Hanh. Achtsamkeit mit Kindern, Nymphenburger Verlag, München 2012.

#### Brigitte Zeeh-Silva

ist Dozentin für Schulentwicklung in Kooperation mit dem IQSH Kronshagen (Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein) und den Pädagogisch-Theologischen Instituten Kiel, Hamburg und Moritzburg. Schwerpunkte: Achtsamkeitspädagogik, Resilienzstärkung, Künstlerischer Ausdruck und Kontemplation



#### Warum Resilienz zurzeit Hochkonjunktur hat

## In Krisen und Katastrophenzeiten nicht den Kopf verlieren

#### Resilienz

Sie liegen entspannt in der Badewanne und spielen mit der Badeente Ihrer Kinder. Llorot lässt grüßen. Sie knautschen die Ente fast bis zur Unkenntlichkeit, lassen los — und ‚zack‘ springt die Ente in ihre ursprüngliche Form zurück. Das ist Resilienz!

Der Begriff (lat. ‚resilire‘ = ‚zurückspringen, abprallen‘) hat seinen Ursprung in der Werkstoffkunde für Materialien, die trotz massiver Gewalteinwirkung immer wieder ihre ursprüngliche Form annehmen.

#### Modewort?

In den 1950er Jahren taucht ‚Resilienz‘ in anderen Kontexten auf, seit den 1970ern in der sozialwissenschaftlichen und entwicklungspsychologischen Forschung. ‚Resilienz hat Konjunktur‘, so der Soziologe Andreas Reckwitz.

Resilienz ist inzwischen nicht nur das „Schlüsselkonzept einer langfristigen Krisenprävention“ im Kontext von „Therapie und Beratung“, sondern auch ein „neues Leitbild

der Politik“ in Zeiten globaler Risiken und Katastrophen, ein Projektionsfeld individueller sowie sozialer Rettungs- und Überlebenswünsche. Wie kann ich angesichts globaler (Klimakatastrophe, Pandemie) und existenzieller (Alles, was ich mir aufgebaut habe, bricht mir weg!) Bedrohungen so weiterleben, dass mein

Traum vom Leben nicht zerbricht? „Resilienz bedeutet, dass Individuen und Gesellschaften an Robustheit gewinnen“, so Reckwitz.

### **Resilienz — Salutogenese**

Weit umfassender jedoch ist das Konzept der Salutogenese (lat. ‚salus‘ = ‚Gesundheit, Glück, Rettung, Sicherheit‘ und ‚genero‘ = ‚erzeugen, hervorbringen‘), das von dem israelisch-amerikanischen Soziologen Aaron Antonovsky entwickelt wurde. Was erzeugt Gesundheit, Glück, das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit? Hier wird nicht gefragt: Was macht mich krank?, sondern: Was hält mich gesund? Antonovsky befragte Holocaustüberlebende

daraufhin, wie es fast einem Drittel von ihnen gelang, dieses Grauen – seelisch relativ unbeschadet – zu überleben.

Die Entwicklungspsychologinnen Ruth Smith und Emmy Werner konnten in ihrer Arbeit mit Jugendlichen auf Hawaii beobachten, dass etwa ein Drittel der Kinder und Jugendlichen trotz widriger Sozialisationsbedingungen nicht verhaltensauffällig wurde. Resilienz muss als Teil dieses salutogenetischen Ansatzes verstanden werden. Weg von der Orientierung an Defiziten und dafür den Blick auf die vorhandenen Ressourcen lenken. Weg von dem Blick auf Risiken und hin zur Suche nach Faktoren, die Menschen schützen und bewahren.

### **Definitionen**

Der Referendar ist kurz vor dem Nervenzusammenbruch und erhält den wohlmeinenden Rat: ‚Wenn du in der Schule überleben willst, musst du dir ein dickes Fell zulegen!‘ Das ist grundsätzlich nicht falsch; denn das ‚dicke Fell‘ beschreibt recht zutreffend, worum es bei Resilienz in psychischer Hinsicht geht: sich eine ‚Schutzschicht‘ zuzulegen, die es verhindert, dass die seelische Integrität nachhaltig beschädigt wird.

Andere beliebte Metaphern sind das Stehaufmännchen oder der Bambus, der auch durch den heftigsten Sturm nicht genickt wird.

*Die amerikanische Psychologengemeinschaft definiert Resilienz als einen „Prozess der guten Anpassung angesichts von Widrigkeiten, Trauma, Tragödien, Bedrohungen oder anderen wesentlichen Quellen von Stress“.*

Wann ist ein Anpassungsprozess als gelungen zu betrachten? Robustheit um jeden Preis kann kaum das erwünschte Ziel sein. Darum geht es: In Krisen überlebensfähig bleiben und zugleich Empathiefähigkeit und Solidarität bewahren. Wie kann das gelingen?

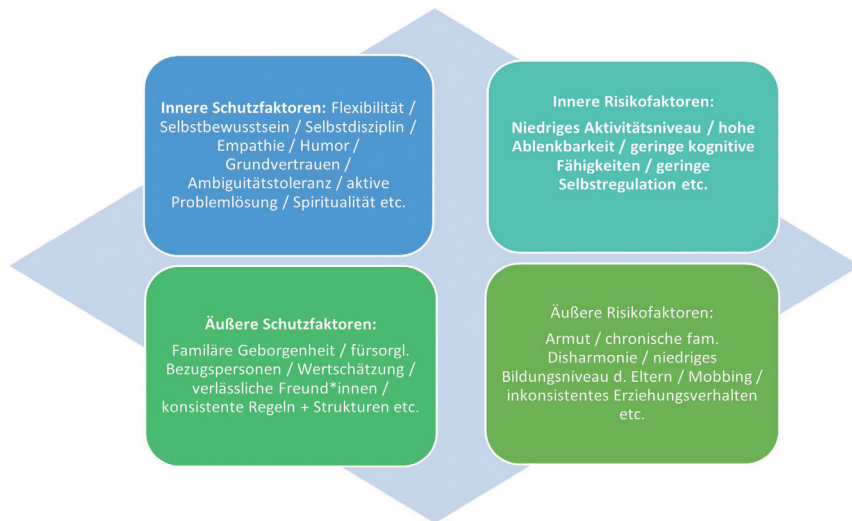


## Resilienzfaktoren

„Woher nimmt Laschet diese Resilienz?“ Ist das Begabung oder Fleiß? Als Pädagog\*innen kennen Sie solche falschen Alternativen und so handelt es sich auch bei Resilienz um „ein hochkomplexes Zusammenspiel von genetischen und epigenetischen Faktoren“. Die gute Botschaft lautet: *Wir können* etwas tun! Die Kehrseite ist: Wenn du etwas *ändern* willst, *musst* du selbst aktiv werden! Resilienz lässt sich aneignen und trainieren. Maßgeblich sind dabei personale und soziale Faktoren:

Diese Faktoren sind nur ein kleiner Ausschnitt, aber sie zeigen, dass neben den Persönlichkeitsmerkmalen vor allem das soziale Umfeld wichtig ist. Eine Familie, die verlässliche Strukturen bietet, in der respektvoll miteinander umgegangen wird, Peergroups, die eine Erfahrungsebene auf Augenhöhe bieten, Schulen mit einheitlichen, transparenten Regeln, in denen sich die Schüler\*innen angenommen, aufgehoben, aber zugleich auch gefordert und gefördert wissen – das alles hat großen Einfluss auf die Resilienzentwicklung.

Lange Zeit wurde der salutogenetische Ansatz im deutschsprachigen Raum ignoriert. Inzwischen kann man von einer gesundheitspolitischen Wende sprechen. Gesundheitsprophylaxe und Prävention haben einen hohen Stellenwert erhalten (mit dem Präventionsgesetz – PrävG 2015 werden die Krankenkassen verpflichtet, hohe Summen für Präventionsmaßnahmen auszugeben). Der verstärkte Einsatz von Schulsozialarbeiter\*innen wie die Verpflichtung der Schulen, Beratungskonzepte zu entwickeln, ist sicherlich auch Ausdruck dieser Entwicklung.



## Die sieben Bausteine der Resilienz im Schulalltag

Es gibt eine Vielzahl von Resilienz-Modellen. Im Folgenden orientiere ich mich an einem Konzept, das sich in weiten Bereichen (z.B. bei den Krankenkassen) durchgesetzt hat:

- Akzeptanz
- Lösungsorientierung
- Optimismus
- Eigenverantwortungsübernahme
- Zukunftsgestaltung
- Beziehungsgestaltung
- Selbstregulationsfähigkeit

1. Mit **Akzeptanz** fängt alles an. Wer sich selbst nicht leiden kann, hat schon verloren. Stopp! Genau umgekehrt! Wer grundsätzlich ‚Ja‘ zu sich sagt mit allen seinen ‚Macken‘ (Stichwort: Fehlerfreundlichkeit!) hat bereits gewonnen. Wer Schüler\*innen als Bedrohung empfindet oder als ‚unbrauchbares Schülermaterial‘ (Originalzitat), wird in der Schule nicht glücklich werden. Das ‚Recht auf Unvollkommenheit‘ sollten Sie für sich selbst in Anspruch nehmen und auch Ihren Schüler\*innen gewähren.

**„Gib mir die Gelassenheit, Dinge zu akzeptieren, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“**

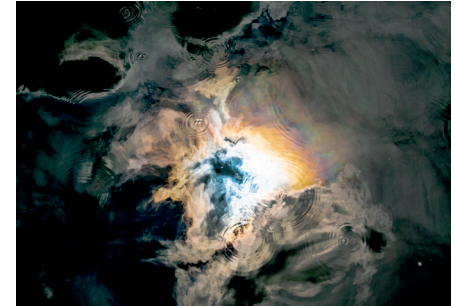
Die Kunst der Unterscheidung zwischen Dingen, die sich verändern lassen, und solchen, mit denen ich mich arrangieren sollte, um mich nicht zu zerreiben, gilt auch für den Schulalltag: ‚Nein‘ zu Überforderung und Perfektionismus. An welchen Stellenschrauben lässt sich drehen, um die Rahmenbedingungen zu verbessern? Wo finde ich Verbündete? Aber auch: Wo lohnt es sich, nicht zu kämpfen, weil ich mir nur eine blutige Nase hole?

2. **Lösungsorientierung** heißt, sich aus der Fixierung auf Probleme zu befreien, neue Blickrichtungen einzunehmen und so die eigenen Spielräume zu erweitern. Sie alle kennen die Metapher vom halb vollen bzw. halb leeren Glas. Noch passender finde ich das Beispiel vom halben Apfel, den jemand mit mir teilt. Ein halber Apfel? Besser als nichts!

**„... aber es gibt auch so etwas wie die Süße der gelungenen Halbheit. Ich glaube, man entmutigt sich selbst, wenn man immer auf die Ganzheiten starrt. Ein halbes Glück ist viel Glück.“**

So geht es auch im schulischen Alltag darum, die positiven Ansätze zu würdigen, phantasievoll und experimentierfreudig an Herausforderungen heranzugehen. Es wird Misserfolge geben. Dann liegt viel daran, wie ich es interpretiere: Empfinde ich es selbst als Versagen oder deute ich Fehlversuche als Chance? ‚Das Falsche ist oft die Wahrheit, die auf dem Kopf steht‘, soll Sigmund Freud gesagt haben. Mache einen Kopfstand und schon hast du die Lösung.

3. **Optimismus**. Der Journalist Marc Baumann hat sich einen Tag lang selbst beobachtet und protokolliert, dass er zu seiner vierjähri-



*Schau ich mehr auf das Dunkle oder lasse ich mich vom Hellen anziehen?*

gen Tochter 30 mal ‚Nein‘ gesagt und 50 Verbote ausgesprochen hat. Baumann, ein 1,90 Meter-Mann, tiefe Stimme, wie er sich selbst beschreibt, ist darüber erschrocken. Burkhard Günther berichtet, dass ein Kind, „bis es in die Schule kommt, hunderttausendmal die Wörter *nein* und *nicht*“ hört und dass „sich diese Nein-Nicht-Kultur“ in der Schule leider fortsetzt.

**„Wir sehen die Dinge nicht, wie sie sind, wir sehen die Dinge, wie wir sind.“**

Es gibt Situationen, in denen klar und deutlich Grenzen gesetzt werden müssen. Zuerst geht es um die Grundstimmung, die

in Schule und Klassenraum verbreitet wird: Ist es eine optimistische Willkommenskultur oder eine Atmosphäre der Unsicherheit und Angst? Es liegt an uns, was wir befördern und befeuern.

**4. Eigenverantwortungsübernahme.** Der Klagegesang aus dem Lehrerzimmer gehört zum Kernprogramm vieler Kabarettisten. Die Klagepsalmen belegen, dass Klagen befreiend sein kann. Nur: Strukturell ändern werden Sie damit nichts. Bewegung wird dann in die Angelegenheit kommen, wenn Sie die Opferrolle verlassen und selbst aktiv werden. Albert Bandura hat das Konzept der Selbstwirksamkeit (self-efficacy) entwickelt und gezeigt, dass die Erfahrung, selbst etwas tun und bewirken zu können, eine entscheidende Gesundheitsressource ist.

*„Geht es einmal, geht's auch noch mal.  
Geht es noch mal, geht's auch von vorn.  
Was von vorn geht, ist erst der Anfang.  
Wenn ich nicht anfang', geh ich verloren.“*

#### 5. Zukunftsgestaltung

*Die Zukunft kann man am besten voraussagen, wenn man sie selbst gestaltet.*



Dazu brauche ich Träume, Visionen, ‚innere Bilder‘ (Gerald Hüther) davon, wie ich eigentlich leben und arbeiten möchte. Auch das verbindet Lehrer\*innen und Schüler\*innen. Ohne solche konkreten Ziele oder Ideen besteht die Gefahr, in Lethargie zu verfallen. ‚Auch der längste Weg beginnt mit einem ersten Schritt‘ (Konfuzius). Dieser ist oft der schwerste. Deswegen helfen konkrete Zielvereinbarungen mit sich selbst: Bis dann und dann werde ich das und das umsetzen. Dort

werde ich mir Unterstützung holen. Damit werde ich mich belohnen!

#### 6. Beziehungsgestaltung

*„Einsam bist du klein, aber gemeinsam werden wir Anwalt des Lebendigen sein.“*

„Resilienz [ist] die Fähigkeit, förderliche Beziehungen einzugehen und sich Unterstützung bei Personen oder Institutionen zu holen.“ Voraus-

setzung ist die Bereitschaft, sich auf Beziehungen ein- und Unterstützung generell zuzulassen. Oft steht falsch verstandenes Einzelkämpfertum oder die Angst, als Versager\*in zu gelten, dem entgegen. Obwohl inzwischen viele Studien belegen, dass professionelle Lehr-Lern-Gemeinschaften, Supervision und Kollegiale Fallberatung über einen längeren Zeitraum das Beste ist, was Lehrer\*innen für sich tun können, liegt die Inanspruchnahme dieser Angebote nach wie vor im einstelligen Bereich.

## 7. Selbstregulationsfähigkeit

**„Wenn ich nicht für mich bin, wer ist für mich? – Und wenn ich (nur) für mich bin, was bin ich? – Und wenn nicht jetzt, wann dann?“**

Darum geht es: Selbstfürsorge, d.h. achtsam und liebevoll mit sich selbst umgehen, die eigenen Grenzen achten, körperliche und psychische Warnsignale ernst nehmen, kreativ und proaktiv mit potenziellen Stressoren umgehen. Konkret: Nicht warten bis zur Burnout-Diagnose, sondern im Vorfeld Auszeiten und Entspannungsrituale verbindlich integrieren (z.B. Achtsamkeitstraining oder Qigong). ‚Wir sind Vorsatzriesen und Umsetzungszwerge‘ lautet ein weite-

rer Erfahrungssatz aus der Supervisionspraxis. Es reicht nicht, sich jeden Tag einen ‚Mini-Holiday‘ oder einen Spaziergang vorzunehmen, man muss es auch tun. In diesem Sinne: Seien Sie gut zu sich selbst! Ihre Kolleg\*innen und Schüler\*innen werden es Ihnen danken.

P.S. Religion und Spiritualität gehören zu den „wichtigsten Resilienz- und Wirkfaktoren“! Sicherlich ein Grund, weshalb Schulseelsorge zunehmend an Bedeutung gewinnt.

### Dr. Meinfried Jetzschke

*Freiberuflicher Dozent, Supervisor (DGsv), Qigong-Lehrer, Systemischer Körperpsychotherapeut (GST)*

- 1 Die neue Politik des Negativen, DER SPIEGEL 10, 6.3.2021, 42f.
- 2 Wenn Sie Resilienz googeln, erhalten Sie über 3 Millionen(!) Einträge, bei Salutogenese, dem wichtigeren, weil umfassenderen Begriff dagegen nur 286.000 Einträge. Zugriff 5 2021.
- 3 Siehe Faltermaier, Gesundheitspsychologie, Stuttgart 2/ 2017, 74.
- 4 Siehe Böhme, Resilienz, München 2019, 10.
- 5 Zitiert nach: <https://www.quarks.de/gesellschaft/psychologie/resilienz-gegen-stress-gewappnet/>, Zugriff 5 2021.
- 6 Fragte die Westfälische Rundschau am 13.4. 2021 unter dem Titel ‚Das Geheimnis von Laschets Stehvermögen‘.
- 7 Böhme, a.a.O., 35.

- 8 Siehe ebd., 30–55.
  - 9 Günther, Resiliente Lehrer – resiliente Schüler, Hamburg 2019; Gruhl und Körbächer, Mit Resilienz leichter durch den Alltag, Freiburg i.Br. 2012.
  - 10 Das sog. ‚Gelassenheitsgebet‘ von Reinhold Niebuhr.
  - 11 Fulbert Steffensky, WDR Lebenszeichen, 1.7.2018.
  - 12 „[...] an einem normalen Tag, an dem weder ich schlechte Laune hatte noch mein Kind besonders wild gewesen wäre“. <https://szmagazin.sueddeutsche.de/kinder/nein-80-145>, Zugriff 5 2021.
  - 13 A.a.O., 62.
  - 14 Gruhl, Resilienz für Lehrerinnen und Lehrer, Freiburg i.Br. 2014, 38.
  - 15 Rosenstolz: „Ich bin mein Haus“, auf der CD „Die Suche geht weiter“, 2008.
  - 16 Dem amerikanischen Informatiker Alan Kay zugeschrieben.
  - 17 Text: F.K. Barth (1981), P. Horst (1981), Melodie: P. Janssens (1981).
  - 18 Berndt, Resilienz, München 4/2013, 68.
  - 19 Siehe Jetzschke, Supervision mit Lehrkräften, Weinheim-Basel 2018, 48f.; 55–60; s.a. das Supervisionsangebot des Pädagogischen Instituts der EKvW: <https://www.pi-villigst.de/supervision>.
  - 20 Rabbi Hillel zugeschrieben, Pirkej Awot 1,14, zit. n.: <https://www.juedische-allgemeine.de/religion/wenn-nicht-ich-wer-dann/>, Zugriff 5 2021.
  - 21 Lang, Resilienz, Stuttgart 2019, 85.
  - 22 Siehe auch <https://www.pi-villigst.de/schulseelsorge>.
- (© Alle Fotos und Grafiken beim Autor)

Wie kann ich mich im Schulalltag stärken und stärken lassen?

# Denken Sie an den Kanarienvogel



„Die Welt braucht Menschen, die so sehr an eine andere Welt glauben, dass sie nicht anders können, als sie heute schon zu leben!“

*Shane Claiborne*

Die Schule verlangt wie jeder Lebensraum einen hohen Energieverbrauch bei unsicheren Erfolgen. Alle Alltagsinteraktionen kosten und schenken Kraft. So entwickelt jede Person beruflich und privat eine Anstrengungs-Belohnungs-Bilanz. Sie erlebt und vergleicht die Summe ihrer (täglichen) Anstrengungen mit deren Effekten an Freude und Leid und manchmal fehlt die Kraft für anstehende Aufgaben. Lehrpersonen brauchen eine ansteckende Gesundheit. Ein depressiver Pastor kann keine frohe Botschaft verkünden!

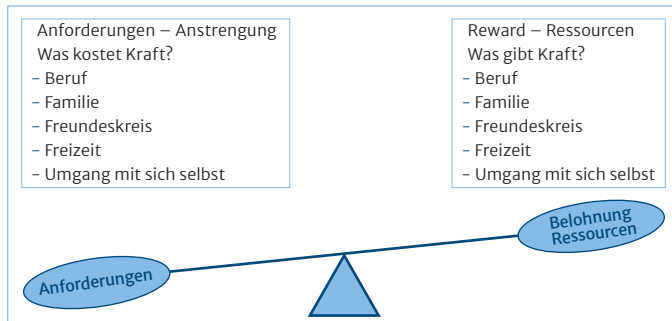


Abb.1: Die individuelle Stärke als Anstrengungs-Belohnungs-Balance

Resiliente Schüler\*innen und Lehrpersonen sollten sich idealerweise selbst stärken, damit sie nicht zu sehr von den Stärkungen der Mitmenschen abhängig sind oder unter deren Frustrationen leiden. Darüber hinaus sollten sie einander stärken.

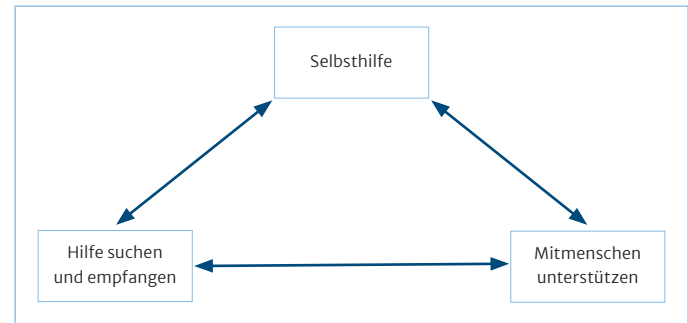


Abb.2: Drei Funktionen in einem resilienten sozialen Netz

Im Bergbau nutzte man lange Kanarienvögel. Solange die zwitscheren, war die Luft rein. Sonst mussten die Kumpel die Arbeit beenden und sich retten.

- Wo und wie achten Sie auf ausreichende Kraftvorräte?
- Wie sieht das in Ihrer Schule bzw. bei Ihnen persönlich aus: Was tun Sie, um sich zu stärken?
- Bei wem bzw. wo suchen Sie eine Stärkung bzw. lassen Sie sich stärken?

- Wie stärken Sie Ihre Mitmenschen?
- Welche der drei Funktionen im sozialen Netz (vgl. Abb. 1) sollten Sie in dieser Woche gezielt fördern bzw. suchen, nutzen, erbitten?

Mit Ihren Kraftreserven verhält es sich wie mit einem Girokonto: Wer täglich abheben muss, muss auch für regelmäßige Zuflüsse sorgen, und wer mit unerwarteten Sonderausgaben rechnen muss, braucht eine zusätzliche „Notfallreserve“. Trotz aller noch so wichtigen Aufgaben sollte man – wenn möglich – nie lange und zu stark sein Konto überziehen. Als Bodenpersonal arbeiten Sie für Lösungen – für Erlösung ist Gott zuständig.

Manche Lehrpersonen müssen lange mit roten Zahlen leben. Andere achten auf ihre Befindlichkeit. Sie erleben klare Signale bei sich selbst und den Mitmenschen, wenn die Kraft nachlässt und das Stimmungsbarometer sinkt.

Wieder andere ignorieren steigendes oder schwindendes Stärkeempfinden. Sie überfordern vielleicht nicht nur sich selbst, sondern auch ihre Mitmenschen. Dabei gilt doch gerade in der Schule, sensibel zu bleiben für Über- und Unterforderung bei sich und den Mitmenschen.

Und schließlich ist die Schule eine Energiegemeinschaft: Jeder stärkt oder schwächt sich mehr oder weniger selbst, empfängt Stär-

kung und Schwäche von den Mitmenschen und beeinflusst deren Stärke und Schwäche.

Bevor Sie weiterlesen, sollten Sie folgendes Selbstinterview durchführen und mit Kolleg\*innen oder auch Ihren Schüler\*innen über die Titelfrage sprechen.

Es lohnt sich, daraus hin und wieder eine „Frage des Monats“ für das Kollegium, die Schüler\*innen und Eltern zu machen. Dabei sollten Erkenntnisse in vertrauten kleinen Kreisen besprochen und z.B. anonym in Foren oder Chatgruppen zusammengetragen werden, um sich für Erfahrungen gegenseitig zu sensibilisieren und voneinander zu lernen. Auch kleine Checklisten (vgl. Tab. 1) bieten sich an, um sich für unentdeckte Stärken und Schwächen zu sensibilisieren.

### **Fragen für Ihr Selbstinterview sowie für Gespräche mit Kolleg\*innen und Schüler\*innen**

(Beachten Sie die Vielfalt der Antworten und erproben Sie auch gute Ideen von anderen.)

**1. Welche Schwankungen an Lebensstärke** haben Sie bisher erlebt? Welche erwarten Sie in kommender Zeit? Wie erklären Sie sich Ihre Höhe- und Tiefpunkte, und was haben Sie selbst dazu beigetragen?

**2. Welche Kraftquellen** nutzen Sie oder sollten Sie sich zusätzlich erschließen? Wo und wie tanken Sie im Alltag: Freude, Dankbarkeit, Sinn, heilende Erinnerungen an überwundene Tiefen, Befriedigung der Grundbedürfnisse?

**3. Wie werden Sie Überdruck los:** Welches „Seelen-WC“ nutzen Sie? Kennen Sie positive und negative Vorbilder? Wie sieht Ihr Notfallplan in Belastungssituationen aus?

**4. Notfallplan austesten:** Was sollten Sie tun oder lassen, wenn Sie unter Druck geraten, wenn es mal zu viel wird? Was sollten andere tun oder lassen, die Ihnen dann helfen wollen?

**5. Welche Überlastungskontrolle nutzen Sie:** Welche inneren und äußeren Signale zeigen Ihnen eine kritische Überlastung an und wie reagieren Sie darauf? Nutzen Sie klare Stopp-Befehle nach innen und nach außen? Machen Sie eine Resilienz-Diagnose: [www.resilience-project.eu/uploads/media/self\\_evaluation\\_de.pdf](http://www.resilience-project.eu/uploads/media/self_evaluation_de.pdf).

**6. Erholungsstrategien:** Was könnten Sie tun oder lassen, um sich täglich wirkungsvoller zu erholen bzw. Pausen zu machen? Sammeln und erproben Sie Maßnahmen für kleinere Pausen bis 5 Minuten, bis 10 Minuten und bis 15 Minuten!



**7. An welchen Risikofaktoren sollten Sie arbeiten?** Regeln erkennen, mit denen Sie sich überlasten, zu große Belastungsbereitschaft, unrealistische Ideale, übergriffige Anforderungen, fehlende Verzeihung, riskante Vergleiche, schlechtes Gewissen, Überempathie für andere oder zu wenig Selbstempathie?

**8. Welchen Energieverbund sollten Sie organisieren bzw. stärker nutzen?** Kollegiale Supervision bzw. Beratung, Tandems zur wechselseitigen Aussprache und Stärkung, Selbsthilfeforen, Gebet und Gottesdienst ...?

Es folgt eine Auswahl von Übungsvorschlägen aus Sieland (2020) für Lehrpersonen, die angepasst auch mit Schüler\*innen genutzt werden können.

Hast du heute schon ...	
1. jemanden gelobt	Verstärke gute Leistungen bzw. Verhaltensweisen!
2. jemanden wertgeschätzt?	Sag ihm, welche Fähigkeiten du an ihm schätzt!
3. jemanden positiv kritisiert?	Sag ihm, was er ändern soll, warum, und dass er das wirklich kann!
4. Kontakt gehabt?	Ein fürsorglicher Blick tut gut!
5. das Gespräch gesucht?	Zeigen Sie Interesse an der Meinung bzw. Person des anderen!
6. für Klarheit gesorgt?	Informationen geben und einholen zeigt Wertschätzung!
7. gelächelt?	Beziehung braucht Herz und Gesicht!
8. richtig Pause gemacht?	Die brauchen alle im Team!
9. aufgepasst?	Auf sich selbst und auf Ihre Interaktionspartner!
10. Dank empfunden und ausgedrückt?	Innere Freude über etwas Gutes, erleben und mitteilen!

11. Stimmung gefördert?	Freude erleichtert Freundlichkeit und Beziehung!
12. dich selbst oder Mitmenschen entlastet?	Authentisch Enttäuschung ausdrücken oder den Partner „zur Ader lassen“!

Tabelle 1: Tagesimpulse zur Stärkung Ihrer Interaktionspartner\*innen (Sieland 2020)



*Slackline: Welche Risiken gehe ich ein und wie kann ich mich vor falscher Selbsteinschätzung schützen?*

Foto: Dirk Purz

Welches Erholungsverhalten führt bei Ihnen zu deutlichem Erholungs-erleben? Entwickeln Sie im Gespräch mit anderen Ihre persönliche Liste von Erholungs- und Pausenverhalten verschiedener Dauer und finden Sie die wirksamsten fünf in jeder Kategorie.

Bis 5 Minuten	5 – 15 Minuten	Ab 15 Minuten
Gesicht in die Sonne halten und tief durchatmen	Tee, Milchkaffee, etc. trinken und genießen	Baden, länger duschen
An etwas Schönes lebhaft denken	Sudoku, Kreuzworträtsel lösen	Einen Film ansehen
Solitär spielen – eine Lieblingsmusik hören	Ein Video auf YouTube anschauen	Telefonieren / ein Buch lesen

Tabelle 2: Beispiele zur Stärkung Ihres Erholungs- und Pausenverhalten

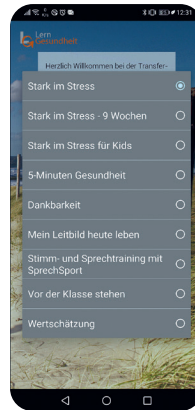
Als Schnellladesystem für die individuelle und angenehme Energiegewinnung empfehlen Frank und Storch den Mañana-Test (siehe Internet-Adresse am Ende des Beitrages1).

Mit Apps können sich Nutzer\*innen Push-Im-pulse in Ihren Alltag holen. In der folgenden kostenfreien APP können Sie über das Aus-wahlfenster zwischen 8 Trainings wählen.

**app apple: stark im stress**

**app google: Lehrergesundheit**

(Stichwort: Lerngesundheits)



Jeder von uns kennt Tätigkeiten, die die eigene Stimmung verbessern können. Füllen Sie bitte die folgende Liste aus und nutzen Sie täglich drei der fünf Kraftquellen über den Tag verteilt.

Fünf Kraftquellen im Alltag	Welche haben Sie in der letzten Woche genutzt?	Welche wollen Sie in der kommenden Woche erproben?
Aktive Hobbies: schwimmen, tanzen, joggen gehen		
Leistungen und lästige Pflichten erledigen: Aufgeschobene Gespräche, Besuche, E-Mails endlich abhaken		
Kurze Freuden ohne Leistung: Essen gehen, etwas Schönes kaufen ...		
Jemanden um Hilfe bitten – und sich so das eigene Leben erleichtern		
Anderen helfen oder eine Freude machen: jemanden besuchen, einladen und sich über dessen Freude freuen		

Tabelle 3: Kraftquellen für die Selbststärkung (vgl. Sieland, 2020, S. 1782)

### Bernhard Sieland

Professor (em.) für Pädagogische Psychologie der Leuphana-Universität Lüneburg, forscht und publiziert seit mehreren Jahrzehnten zu dem Thema Schul- und Lehrergesundheit

- 1 Frank, G. & Storch, M.: Die Mañana-Kompetenz. München 2010 ([www.manana-kompetenz.de/images/mananatest.pdf](http://www.manana-kompetenz.de/images/mananatest.pdf)).
- 2 Sieland, B.: Hast Du heute schon gelebt? 15 Minuten Selbst-Coaching im Alltag. Lüneburg 2020 (<https://sieland.eu> – Videos und Leseprobe).

## Hoffnung lernen

Resilienz wird als „Immunsystem der Seele“<sup>1</sup> verstanden: eine Umschreibung, die in besonderer Weise zur Pandemie-Situation passt. Kann der Religionsunterricht, dem es bei aller Wissensvermittlung im Kern um Seelen-Bildung geht, einen Beitrag zu einem solchen „Immunschutz“ leisten? Gibt es Elemente des Religionsunterrichts, die geeignet sind, Resilienz bei den Schüler\*innen zu fördern?

Im Folgenden soll diese Frage auf den Religionsunterricht in der Sekundarstufe I fokussiert werden. Das Alter zwischen 10 und 16 Jahren hat eine besondere Relevanz, weil die Pubertät in der Resilienz-Forschung als besonders vulnerable Phase wahrgenommen wird.<sup>2</sup> Um es vorweg zu sagen: Resilienz kann kein unmittelbares Ziel des Religionsunterrichts sein: Das würde den Rahmen eines schulischen Lehrfachs sprengen. Allerdings gibt es Charakteristika des Religionsunterrichts, die eine Stärkung der Resilienz der Schüler\*innen bewirken können: Einige davon sollen in diesem Beitrag dargestellt werden.

therapeutischen Wirkungen eines solchen Unterrichts<sup>3</sup> bleibt Stoodts Verdienst, die Ich-Stärkung der Schüler\*innen ins Zentrum des Religionsunterrichts gerückt zu haben. So bietet auch der aktuelle, kompetenzori-



Der Religionsunterricht bietet günstige Rahmenbedingungen, um Resilienz zu fördern. Foto: Dirk Purz

Vor 50 Jahren hat Dieter Stoodt mit dem sogenannten sozialisationsbegleitenden Religionsunterricht ein Konzept entwickelt, das auf Resilienz der Jugendlichen abzielte, noch bevor der Begriff geläufig war: Ungeachtet aller berechtigten Kritik an angestrebten

enterte Religionsunterricht spezifische Ansatzpunkte, um das Ich der Schüler\*innen zu stärken und damit deren Resilienz zu fördern. Kompetenzorientierung im religionspädagogischen Kontext heißt, zur Bewältigung von komplexen Alltagsituationen zu befähigen

gen, insbesondere von existenziell relevanten. Wenn das in lebensnaher Weise gelingt, wird die Problemlösefähigkeit der Jugendlichen gestärkt – und damit einer der zentralen Faktoren für Resilienz.<sup>4</sup>

Ein weiterer, wichtiger Resilienzfaktor ist die Suche nach Sinn und die Orientierung an Zielen im Leben.<sup>5</sup> Damit wird das Kerngeschäft des Religionsunterrichts angesprochen, das exemplarisch in einer Kompetenzerwartung des Kernlehrplans Evangelische Religionslehre zum Ausdruck kommt: „Die Schülerinnen und Schüler erläutern Fragen nach Grund, Sinn und Ziel der Welt und der eigenen Existenz ...“<sup>6</sup>

## **1. Resilienz-fördernde Aspekte im Religionsunterricht der Sekundarstufe I**

Nach dieser grundsätzlichen Einschätzung zur Resilienz-Relevanz des Religionsunterrichts in der Sekundarstufe I sollen nun konkrete inhaltliche Anknüpfungspunkte herausgearbeitet werden.

### **1.1. Das evangelische Menschenbild als Grundlage von Resilienz**

Im Zentrum evangelischer Theologie steht die Rechtfertigung des Menschen allein aus Gnade. Der evangelische Religionsunterricht baut auf diesem Menschenbild auf und leitet

seine Didaktik daraus ab. Das führt einerseits dazu, dass die Auseinandersetzung mit diesem Theologumenon zur Obligatorik im Religionsunterricht der Sekundarstufe I gehört.<sup>7</sup> Andererseits folgen daraus Anforderungen an die Schülerorientierung: Im Religionsunterricht ist nach individuell angemessenen Leistungsanforderungen zu suchen, die Bewertung ist daran auszurichten. Die Gaben (1. Kor 12) der einzelnen Schüler\*innen sollen zum Zuge kommen und damit die individuellen Ressourcen gestärkt werden. Wenn dies auch nur punktuell geschieht, so kann ein nachhaltiger Beitrag zur Selbstwirksamkeit eines Kindes und damit zu seiner Resilienz geleistet werden.<sup>8</sup>

„Es geht nicht darum, optimal zu funktionieren, sondern es geht darum, ob es uns gelingt, lebendig zu bleiben“ schreibt Gerald Hüther.<sup>9</sup> Aus evangelischer Perspektive ist zu ergänzen: Es geht darum, Gottes Zuspruch anzunehmen.

### **1.2 Resilienz durch Hoffnung: die Botschaft Jesu**

In der evangelischen Theologie ist das sola gratia untrennbar mit dem solus Christus verbunden. Das Inhaltsfeld 3 „Jesus, der Christus“ ist daher die theologische Mitte des Kernlehrplans. Die Beschäftigung mit seinem Leben

und seiner Botschaft bringt den Schüler\*innen eine grundlegende Hoffnungsperspektive nahe. In der Bergpredigt wird zugesagt, dass in der Orientierung auf das Reich Gottes alle Sorgen aufgehoben sind (Mt 6, 33). Die Geschichte von Tod und Auferstehung markiert den Weg von der Verzweiflung zu neuem Leben. Der Lehrplan hebt diese Inhalte hervor und öffnet so den Religionsunterricht für ein Lernen der Hoffnung.<sup>10</sup> Die biblischen Geschichten geben uns zu verstehen: Gott kann etwas möglich machen, wo nichts mehr möglich zu sein scheint. Es gibt einen Weg von der Vulnerabilität zur Resilienz.

Der Tennisspieler Novak Djokovic hat in einem Interview gesagt: „Wenn mich die anderen auspfeifen, höre ich Applaus.“<sup>11</sup> Eine resiliente Haltung, deren religiöse Variante wäre: die Hoffnung nicht sinken zu lassen und auch im Scheitern den Applaus Gottes hören.

### **1.3 Resilienz biografie-orientiert lernen**

Resilienz lässt sich in besonderer Weise an Lebensbeispielen lernen: vorzugsweise an Menschen, die einem real begegnen und zu positiven Rollenmodellen für uns werden, aber auch an Lebenszeugnissen bekannter Persönlichkeiten. Der Lehrplan öffnet dazu die Möglichkeit, in dem er ein biografie-ori-



*Samuel Koch hat seine Erlebnisse vom Tiefpunkt des Lebens zu neuer Lebensqualität eindrücklich beschrieben.*

*Foto: Dirk Purz*

entiertes Arbeiten insbesondere im Themenkomplex „Kirche in totalitären Systemen“ fordert.<sup>12</sup>

Im Unterricht fällt die Wahl häufig auf die Biografie Dietrich Bonhoeffers und dessen Ver-

bindung von Glaube und politischem Widerstand. Lohnenswert ist auch, seine resiliente Haltung in der Gefängnishaft zum Lerngegenstand zu machen: Den Tod vor Augen ist es ihm gelungen, positiv und dankbar zu

bleiben und dabei mehr an andere als an sich selbst zu denken.<sup>13</sup>

Resilienz lässt sich auch am Leben Viktor Frankls und dessen Buch über seine Zeit im Konzentrationslager ablesen: Er beschreibt, wie ihn das Annehmen der Herausforderungen und die Orientierung an der Zukunft gestärkt haben.

Ein Beispiel für einen zeitgenössischen, resilienten Menschen ist Samuel Koch, der in einer „Wetten dass“-Sendung verunglückte und trotz weitgehender körperlicher Lähmung eine Laufbahn als Schauspieler eingeschlagen hat. Er nennt explizit den Glauben als eine Quelle seiner Resilienz: „Glaube ist ... eine Steigerung des Fürmöglichhaltens.“<sup>14</sup>

#### **1.4 Das Miteinander stärkt die Resilienz**

Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie soziale Kompetenz sind zentrale Faktoren für die Bildung von Resilienz.<sup>15</sup> Der Religionsunterricht bietet sowohl inhaltlich als auch strukturell Gelegenheiten, diese Kompetenzen zu entwickeln. Das Phänomen Religion wird in seiner Pluralität wahrgenommen, Aspekte interreligiösen Lernens sind an zahlreichen Stellen des Kernlehrplans zu finden<sup>16</sup> und werden angesichts der gesellschaftlichen Entwicklung immer relevanter. Werden die Chancen der religiösen Pluralität innerhalb

und außerhalb der Schule genutzt und kommt es zu einem Lernen in der Begegnung, dann kann die Selbst- und Fremdwahrnehmung in exemplarischer Weise gefördert werden.

Im konfessionell-kooperativen Religionsunterricht gehört die Selbst- und Fremdwahrnehmung genuin zum Konzept: Es sollen Differenzen zwischen den christlichen Konfessionen wahrgenommen und Gemeinsamkeiten gestärkt werden, indem unterschiedliche konfessionelle Zugänge durch evangelische und katholische Lehrkräfte und konfessionell heterogene Lerngruppen bearbeitet werden.

Das konfessionelle und religiöse Miteinander kann so eingeübt, das soziale Miteinander gestärkt werden. Zur Stärkung sozialer Kompetenz gehört auch, Konflikte wahrzunehmen, deren Ursachen zu verstehen und zu deren Bewältigung beizutragen: In diesem Kontext ist zu erwähnen, dass Antisemitismus und Fundamentalismus als Themen im Religionsunterricht der Sekundarstufe I zu behandeln sind.<sup>17</sup>

Mit einem Wechsel der Perspektive kann eine Veränderung in Gang kommen. Um es mit Max Planck zu sagen: „Wenn Sie die Art und Weise ändern, wie sie die Dinge betrachten, ändern sich die Dinge, die Sie betrachten.“

## 2. Resilienz-Förderung im Umfeld des Religionsunterrichts

In Abschnitt 1 wurden resilienz-fördernde Elemente dargestellt, die dem Religionsunterricht immanent sind. Religion kann darüber hinaus Beiträge zu einer resilienz-fördernden Schule leisten. Religiöse Elemente im Schulleben wie Schulgottesdienste, Andachten, Gedenkfeiern, Orte der Stille sind Angebote, die Schüler\*innen Zugänge zur eigenen Spiritualität öffnen können, die in ihrer familiären Sozialisation immer seltener vorkommen. Die Schulseelsorge, die an einer zunehmenden Zahl von Schulen institutionalisiert wird, leistet dazu einen wichtigen Beitrag.

Das Sozialpraktikum für Schüler\*innen, das zum Programm vieler Schulen gehört, ist häufig mit der Fachschaft Religion verbunden: Ein solches Praktikum, kombiniert mit einer reflexiven Begleitung, kann Resilienz in umfassender Weise stärken.

Die Forschung belegt, dass Resilienz durch Religiosität und Spiritualität signifikant erhöht wird: In der vor kurzem erschienenen Studie „Junge Deutsche 2021“ wird dieser Befund noch einmal für das Jugendalter bestätigt.

## 3. Zusammenfassung

Religionsunterricht ist Seelen-Bildung und er bietet insbesondere in der Sekundarstufe I

zahlreiche Ansatzpunkte, die Widerstandskraft der Seele zu stärken. Er tut dies ...

- 1) durch eine Haltung, die darin begründet ist, dass Gott jeden Menschen ohne Bedingung annimmt,
- 2) durch inhaltliche Zugänge, die auf die Perspektive der Hoffnung fokussieren,
- 3) durch ein Lernen in Beziehung, in dem Menschen zum Ausdruck bringen, was ihnen wichtig ist,
- 4) und durch eine Öffnung für die Welt der Spiritualität, in der Sinn und Orientierung für das eigene Leben gefunden werden können.

In diesem Sinne bietet der Religionsunterricht in der Sekundarstufe I ein reichhaltiges Potenzial für resilienz-förderndes Lernen.

### Marco Sorg

*Dozent und Pfarrer am Pädagogischen Institut der EKvW*

- 1 Siehe Tom Levoid, Metaphern der Resilienz, in: Rosmarie Welter-Enderlin / Bruno Hildenbrand (Hg.): Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände, Heidelberg<sup>3</sup>2010, 240.
- 2 Siehe Klaus Fröhlich-Gildhoff / Maïke Rönnau-Böse: Resilienz, München 52019, 25.
- 3 Vgl. Bernd Schröder, Religionspädagogik, Tübingen 2012, 599.

- 4 Siehe Fröhlich–Gildhoff (Anm. 2), 43.
- 5 A.a.O., 57.
- 6 Kernlehrplan für die Sekundarstufe I Gymnasium im Nordrhein–Westfalen, 2019, 24: Deutungskompetenz.
- 7 A.a.O., 28f.
- 8 Siehe Fröhlich–Gildhoff (Anm. 2), 46.
- 9 Vorwort von Gerald Hüther in: Samuel Koch, Steh auf Mensch!, Asslar 2019, 8.
- 10 Siehe Kernlehrplan (Anm. 6), 20.29f.
- 11 Zitiert im Artikel von Robert Pausch, Ist er noch er? (über Robert Habeck) in: DIE ZEIT 11/2021 11.3.2021, 15.
- 12 Siehe Kernlehrplan (Anm. 6), 30.
- 13 Vgl. Raffael Kalisch, Der resiliente Mensch, München 2020, 201.
- 14 Samuel Koch, Steh auf Mensch!, Asslar 2019, 85.
- 15 Siehe Fröhlich–Gildhoff (Anm. 2), 43.
- 16 Siehe die Inhaltsfelder 2 „Die Frage nach Gott“, 5 „Religionen und Weltanschauungen im Dialog“ und 6 „Religion in Alltag und Kultur“ im Kernlehrplan (Anm. 6).
- 17 A.a.O., 32f.
- 18 Ben Furman, Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben, Dortmund 2013.
- 19 Ein Vergleich der „Arbeitsaufträge des Menschen“ lohnt sich: Gen 1,26ff. und Gen 2,15.
- 20 Joseph Campbell, Der Heros in 1000 Gestalten, Berlin 62011.
- 21 Zum Beispiel bei Heiner Geißler, Was würde Jesus dazu sagen, Hamburg 2004.

## Resilienz im Religionsunterricht der SEK II

# Widerstandskraft gegen die Härten des Lebens fördern

### Ein Zugang zum Thema über Selbsterfahrung und Biografiearbeit

Resilienz bedeutet Widerstandsfähigkeit, so habe ich es gelernt. Ein schöner Begriff, ein schönes Thema. Resilienz ist genau das: Etwas, das mich resilienter macht. Es riecht nach Hoffnung, Überwindung von Misslichkeiten, Phönix aus der Asche.

Über Resilienz im Blick auf den Religionsunterricht nachzudenken geht nicht, ohne über eigene Resilienz Erfahrungen zu sprechen. Was hat mir geholfen, wenn es eng wurde? Schüler\*innen die Resilienz nahezubringen, ohne selbst einen Blick ins eigene Leben gemacht zu haben, ist schwer. Wer resilient ist, hat kaum Anlass, darüber nachzudenken. Bedeutsam wird das Thema, wenn festgestellt wird, dass es im eigenen Leben Lücken in der Resilienz gibt. Was ist mir widerfahren? Wie habe ich das Schwere ausgehalten? Kön-

nen diese Lücken (noch) geschlossen werden? Und wenn ja, wie?

Dem Thema „Resilienz“ als Unterrichtsvorhaben begegne ich mit Vorsicht: Wenn die Schüler\*innen Kontakt zum Thema bekommen, können Erinnerungen und Fragen an die Bewältigung aktueller Anforderungen hochkommen. Gefahr und Chance: Vom theoretischen Thema kann es zur biografischen Frage an das eigene Geworden–Sein werden. Ohne einen biografischen Zugang seitens der Schüler\*innen und der Lehrenden wird sich das Thema nicht entfalten lassen.

Wenn ich mit Schüler\*innen im Religionsunterricht am Thema arbeite, könnte die Frage kommen: „Was hat Sie resilient gemacht?“ Echtheit, Authentizität und eine Antwort wird gefordert. Also setze ich mich mit einem Blatt an den Schreibtisch und beginne meine Unterrichtsplanung mit der Frage an die eigene Biografie: Was hat mich resilient gemacht? Dass ich als Kind Menschen

um mich wusste, auf die ich mich verlassen konnte. Eine verlässliche Grundversorgung. Rückzugsorte, das Lieblingsbuch und Freunde! Schmerzliche Lücken in der eigenen Resilienzkerndung geben uns eine Idee davon, was wir gebraucht hätten, um resilient zu werden. Und heißt es nicht, dass es nie zu spät sei, um eine glückliche Kindheit zu haben<sup>18</sup>?

Und was macht mich als Erwachsener und Lehrer\*in resilient? Kolleg\*innen, mit denen man in den Freistunden reden kann. Ferien! Gute Klassen und Kurse. Gutes Auskommen mit sich selbst. Hilfreiche Literatur. Humor! Yoga, Laufen oder Gartenarbeit: Bewegung. Und Freunde, die anrufbar sind, wenn es nicht mehr (gut) geht.

In einem weiteren Schritt denke ich über meine Schüler\*innen nach: Welche Belastungen machen ihnen das Leben schwer? Was müssen sie aushalten? Und was macht sie widerstandsfähig?

Dieser Schritt braucht die Gesichter echter Menschen und ihre Geschichten.

### **Die Rolle der Religions-Lehrer\*in im Schul-Leben**

Ich denke an einen Schüler aus der EF. Im Unterricht beteiligte er sich, aber er gehörte

nicht zum Kern der Jahrgangsstufe. Sein „Anker im System“ war ein Kumpel, mit dem er morgens vor der Schule eine Dose eines Energy-Drinks trank. Aus dieser Beobachtung ergab sich zwischen mir und den Schülern ein Dialog: „Welche Sorte?“ – „Citrus“ (zm Beispiel). „Schmeckt’s?“ – „Geht so.“ Eines Tages erfuhr ich, dass der Vater eines der beiden krank war und sterben würde. Es war ihm nichts anzumerken. Er schätzte die Schule als „Zone der Normalität“. Zu einem Gespräch zu mir als Schulseelsorger kam er nie. Meine Haltung ihm gegenüber änderte sich dennoch. Ich förderte ihn in meinem Unterricht, so gut es ging. Ich fragte bei den Kolleg\*innen nach, wie der Schüler in den anderen Fächern mitkam. Ich erweiterte den Morgendialog um eine freundliche Bemerkung. Was ich sein wollte, war ein Lehrer, dem das Wohlergehen eines leidenden Menschen nicht egal war; ein anonymer Freund sozusagen. Eindrücklich war eine Stunde zum Thema „Theodizee“. Der Kurs hatte Antwortversuche zur Theodizee erarbeitet. Es ergab sich eine Diskussion, welcher Ansatz für uns heute hilfreich ist. Nach eine Weile holte der Schüler eine Dose „Monster“ aus der Schultasche und begann, sie zu trinken. Ich starrte ihn an und fragte, den Morgendialog variierend „Hilft’s?“. Er antwortete „Geht so.“

Was hat ihm geholfen, sein Leid zu ertragen? Was hat ihn resilient gemacht? Ich vermute, es war in erster Linie sein Kumpel, mit dem er morgens die Dosen leerte. Meine eigene Rolle blieb zurückgenommen. Ein beobachtender Begleiter, der sich mit Sorge fragte, ob die Resilienz des Schülers ausreichen würde, die Todeserfahrung in der Familie zu verkraften.

Welche Geschichten fallen Ihnen ein? Was hat diesen Menschen geholfen? Wie sind Sie in ihrer Lehrer\*innenrolle mit dem Leid umgegangen? Welche Rolle einer Lehrkraft ist dem Leben in der Schule hinsichtlich von Resilienz- bzw. Leiderfahrungen angemessen? Ein Zurückziehen auf die Lehrenden-Rolle wird es schwer machen, Aspekte der Resilienzförderung glaubhaft in den Unterricht einfließen zu lassen. Hilfreich ist waches Mitleben mit Schüler\*innen und Kolleg\*innen, die das Leben bewältigen wollen, wobei manch eine\*r mit Lücken in seiner/ihrer Resilienz zu kämpfen hat.

### **Resilienz im SEK II-Curriculum**

Resilienz gibt es als eigenes Thema nicht im Curriculum. Es zieht aber wie Sauerteig durch alle Unterrichtsvorhaben und Themen des Religionsunterrichts:





*Welches Bild vom Menschen habe ich grundsätzlich?*

Menschen zu befähigen, ihr Leben als gewollte und erlöste Geschöpfe Gottes begreifen zu können, Religion als weltdeutendes und angstminderndes Element der eigenen Biografie fruchtbar zu machen und sich mit den Schüler\*innen existenzialen Fragen zu stellen, ist gelebte und gelehrt Resilienzförderung.

Das Curriculum der SEK II bietet in jedem

*Foto: Dirk Purz*

Inhaltsfeld Zugänge mit Resilienzaspekten. Die Schüler\*innenfrage, „wozu man das lernen sollte“, bekommt beim Zugang mit Resilienzgedanken die passende Antwort: „Weil es mit dir und deinem Leben zu tun hat!“. In allen Inhaltsfeldern sind thematische Verknüpfungen mit biografischen Methoden der Schlüssel, um Resilienz Erfahrungen sichtbar und reflektierbar zu machen.

## Inhaltsfeld 1: Der Mensch in christlicher Perspektive

Resilienz taucht auf bei der Beschäftigung mit dem **Menschenbild**: Ist der Mensch gut oder schlecht? Rousseau oder Hobbes? Wie sehe ich den Menschen im Allgemeinen und mich als Individuum? Bei der Bearbeitung dieser Fragen kann ein positives Feedback in Form einer individualisierten Zuschreibung guter Eigenschaften helfen. Der emotionale Gehalt dieser Methode liegt im Zuspruch im Kontext des Systems Schule, das eher auf kritische Bewertung spezialisiert ist. Diese Methode ist besonders resilienzfördernd.

Das Thema „**Schöpfung**“ bietet eine Verknüpfung mit dem Engagement der Jugendlichen im Kontext des Klimawandels. Wie liest man den Schöpfungsbericht aus den Augen von „Fridays for Future“? Welche Botschaft steckt für die Klimawandelproblematik in den Texten von Gen 1 und 2<sup>19</sup>?

Schöpfungsprojekte fördern die Selbstwirksamkeit der Schüler\*innen: Ausstreuen von Wildblumensamen, Pflege eines Stückes Schulhof, Spaziergang mit einem Revierförster oder der Besuch einer Kläranlage (wo alles endet ...).

Bei der Diskussion um **Gen 1–11 als mythische Texte** bietet sich ein Vergleich moderner Mythen an: „Herr der Ringe“, mythische

Motive in Star Wars oder bei Harry Potter. Eine Zusammenführung dieser Aspekte durch einen Blick in die Mythenforschung und eine Überlegung, welche Mythen das eigene Leben bestimmen, lohnt sich<sup>20</sup>. Die Schüler\*innen werden ermutigt, ihre eigene Geschichte als Teil einer guten Schöpfungsgeschichte zu entdecken und sich als Akteur\*in der eigenen (Helden-)Reise zu begreifen.

Durch **Biografiearbeit** in Form einer „Life-Line“ kann selbsterkundend die Verknüpfung zur Resilienzförderung gelingen. Wo gab es „schöpferische“ Elemente im eigenen Leben? Wie ist meine Entstehungsgeschichte? Wo war ich Akteur meiner Biografie, wo nicht? Wo zeichnet sich mein Verhalten in die Ökologie des Planeten ein? Das ist nicht leicht für die Schüler\*innen, denn es können Erfahrungen eigener Machtlosigkeit deutlich werden. Nach dem Entdecken dieser Erfahrungen kann vielleicht das Fördern von nicht resilienten Lebensaspekten beginnen.

### **Inhaltsfeld 2: Christliche Antworten auf die Gottesfrage**

Schüler\*innen, die sich trauen, **religionskritisch und selbstkritisch nach Gott** zu fragen, werden gestärkt. Sich mit Feuerbach, Marx und Nietzsche an die Existenz Gottes zu wagen, ist intellektuell redlich und ein ernst-

nehmen der Schüler\*innen in einer säkularisierten Umwelt.

Nach der Beschäftigung mit Religionskritikern stellt sich den Schüler\*innen die Frage, **wie sie selbst auf die Probleme des Menschseins antworten**. „Jetzt bist du dran“ ist eine geradezu politische Frage. In der Wahrnehmung der Vorläufigkeit menschlicher Lösungsversuche wird die Selbstwirksamkeit angefragt und der Blick zurück auf die Religion gelenkt. Wenn der Mensch seine Probleme schlecht lösen kann, was leistet der Glaube an Gott heute für uns? Die Schüler\*innen werden in ihrer Verantwortung für die Welt, den Anderen und sich selbst ernst genommen und können ihr Verhalten als wichtig begreifen. Eine Auseinandersetzung mit politisch-christlichen Positionen bietet sich an<sup>21</sup>.

**Theodizeeansätze** wahrzunehmen und zu bewerten ist der Kern eines resilienzfördernden Unterrichts. Antworten auf die Frage nach dem Leiden gibt es viele. „Ist der Ansatz für dich heute hilfreich“, ist eine notwendige Frage an die Schüler\*innen und den Lehrenden selbst. Sich ein aktuelles gesellschaftliches Problem und die praktizierten Lösungsversuche vorzunehmen, ist eine Lehrstunde in gelebter Theodizee. Gibt es angemessene Lösungen für die Armut in

unserer Gesellschaft? Ist die Gesundheitsfürsorge fair organisiert in unserem Land? Oder weltweit? In welchem Verhältnis steht eigener Reichtum zur Armut anderer? Wer entdeckt, dass es Menschen gibt, die sich um nicht-resiliente Menschen kümmern, bekommt Zugang zu den eigenen Resilienzfragen. Warum nicht einen RU-Kurs zu einem sozialen Engagement motivieren? Es kann der Selbstwirksamkeit und damit der Resilienz nur dienen!

### **Inhaltsfeld 3: Das Evangelium von Jesus Christus**

Das Thema Resilienz begegnet den Schüler\*innen bei der Beschäftigung mit **Heilungsgeschichten und Wundergeschichten**. Man kann diese Geschichten unter dem Aspekt lesen, was sie uns hinsichtlich der Resilienz der Figuren sagen. Johannes 5 kann als ein „Aufwecken“ verschütteter Resilienz Erfahrungen gelesen werden. Jesus kann als der Gedeutete werden, der die Mängel in der Resilienz bedürftiger Menschen wahrnimmt. Wie reagiert er darauf? Wie stärkt und ermutigt er die Menschen? Jesu Handeln als Vorbild in Resilienzförderung mag eine Entdeckung in den Evangelien sein. Und wie kann er als Vorbild für das Verhalten der Leser\*in verstanden werden?

Im Themenbereich **Schuld, Erlösung, Passion** kann das Erleben der eigenen Resilienz mangel schwer zu ertragen sein. Warum fehlen mir gute Erfahrungen? Wer hat warum im eigenen Leben für Trauma gesorgt? Wer sich diesen Fragen stellt, bekommt Hilfe in der Passionsgeschichte. Vergebung für Menschen, die mich nicht resilient gemacht haben, wird durch Kreuz und Auferstehung Jesu denkbar und vielleicht umsetzbar.

#### Inhaltsfeld 4: Die Kirche und ihre Aufgabe in der Welt

Der **junge Luther** und **Bonhoeffer** sind Beispiele für resilientes Verhalten. Zugleich ist aber die Frage zu stellen, wo die Kirche nicht widerständig gegen Anfeindungen und schlimme Einflüsse war und ist. Luthers Aussagen zu den Juden, zu den Bauernkriegen und die Zwei Reiche-Lehre haben schlimme Wirkungen gehabt. Der Protestantismus und der preußische Staat, die deutschen Christen im Nationalsozialismus – es gibt viele kirchengeschichtliche Themen, die auf ihre Störung von Resilienz hin befragbar sind. Die Frage nach resilienzförderndem oder eher verhinderndem Verhalten von Organisationen kann eine Blaupause für das politische Handeln von Parteien und Kirchen heute sein (Beispiel:

Inwieweit fördert oder stört Kirche die Resilienz von Menschen heute?).

#### Inhaltsfeld 5: Verantwortliches Handeln aus christlicher Motivation und Inhaltsfeld 6: Die christliche Hoffnung auf Vollendung

Beide Inhaltsfelder sind resilienzfördernd. **Ethik** als Resultat von Resilienz oder als Suchbewegung bei Resilienzdefiziten kreist um die Frage, wie und warum der Mensch handeln soll, und will Modelle begründeter Entscheidungen einüben. Beginnend bei aristotelischer Tugendlehre und Platons Höhlengleichnis bis hin zu Entscheidungsfindungsprozessen in ethischen Grenzfällen präpariert (christliche) Ethik die Schüler\*innen für ein verantwortungsvolles Leben, das um den Wert von Resilienzförderung weiß.

Die **christliche Hoffnung auf Vollendung** bietet Trost bei wenig ausgebildeter Resilienz. Ein Leben, das im Licht Gottes trotz aller Defizite Bestand hat, erfährt eine Nachreife in Sachen Resilienz.

Wo Religionsunterricht seine Inhalte mit dem Thema Resilienz verknüpft, werden insbesondere Wahrnehmungs-, Deutungs- und Urteilskompetenz gefördert. Zuerst kommt es auf die Wahrnehmung bei sich selbst an, dann auf die Wahrnehmung anderer. Deshalb beginnt ein resilienzfördernder RU bei der Selbstwahrnehmung der Schüler\*innen in der eigenen Biografie.

#### Wolfram Bensberg

*Pfarrer und Dozent am Pädagogischen Institut der EKVW in Schwerte-Villigst*



*Entscheidungen treffen, Verantwortung übernehmen – beides stärkt die Resilienz.*

*Foto: pixabay*

# Rein in die Kita – Raus aus der Kita<sup>1</sup>

### Die Begründung der Wichtigkeit und Aktualität des Themas aus der Lebenswelt des Kindes

Transitionen begleiten alle Menschen ein Leben lang. Ein Grundstein für den Umgang mit Übergangssituationen und deren gelingender Bewältigung wird schon in der frühen Kindheit gelegt.

Je nachdem mit welchem Alter Kinder in einer Tageseinrichtung angemeldet werden, erleben sie bis zum Erreichen der Schulfähigkeit in der Regel 2–3 Übergänge:

1. den Eintritt in die U3-Gruppe,
2. den Wechsel von der U3-Gruppe in die Ü3-Gruppe oder die Eingewöhnung in die Ü3-Gruppe und
3. die bevorstehende Einschulung.

Damit diese Übergänge gelingen, ist es notwendig, dass alle Personen, die an dem Übergang beteiligt sind, im Austausch miteinander stehen und den Übergangsprozess gemeinsam gestalten.

### Bedeutung des Themas im Kontext der Elementarpädagogik und Konsequenzen für den Kindergartenalltag

„Der Übergang ist nicht allein vom Kind zu bewältigen, er ist vielmehr ein ko-konstruktiver Prozess, für dessen gelingende Gestaltung alle Beteiligten zielgerichtet zusammenarbeiten sollten“ *Akgün 2007*

Für die Gestaltung eines Überganges müssen demnach folgende zentrale Fragen geklärt werden:

- Welche Personen sind am Übergang beteiligt?
- Welche Personen bewältigen den Übergang und welche Personen begleiten und moderieren ihn?
- Welche Entwicklungsaufgaben sind von wem auf welcher Ebene zu bewältigen?

### Der Übergang in die Schule

Die konzentriertere Vorbereitung auf den Übergang zur Grundschule erfolgt mit

Beginn des letzten Kindergartenjahres. Die angehenden Schulkinder jeder Einrichtung werden gruppenübergreifend für verschiedene thematische Projekte und Aktionen in einer sogenannten Schulkindergruppe zusammengeführt, die hauptsächlich von einer pädagogischen Fachkraft betreut wird. Durch diese besonderen Einheiten erleben die Kinder eine erste Ablösung aus ihrer gewohnten Gruppe.

Am Ende des Kindergartenjahres werden die angehenden Schulkinder dann mit einer besonderen Abschlussveranstaltung verabschiedet.

Das bedeutet: Jede der beschriebenen Transitionen bringt Veränderungen auf drei verschiedenen Ebenen:

- auf der **individuellen Ebene** werden die Kinder mit vielfältigen Emotionen konfrontiert,
  - positiven Emotionen, wie z.B. Freude und Neugierde,
  - aber auch negativen, wie z.B. Angst, Trennungsschmerz, die es belasten können. Sie müssen lernen, diese Gefühle zu bewältigen und umzuwandeln. Dabei benötigt das Kind die Zuwendung von vertrauten und neuen Bezugspersonen. Durch den Kontakt zu anderen Kindern und anderen erwachsenen Bezugsperso-

nen verändern sich auch das Selbstbild und die Identität des Kindes. Es nimmt sich nun stärker als Individuum mit eigenen Bedürfnissen und Wünschen wahr und erwirbt in vielen Bereichen neue Kompetenzen.

- Auf der **interaktiven Ebene** nimmt das Kind neue Rollen ein, z.B. als Kindergartenkind, Freundin oder Freund oder Mitglied der Sternengruppe.
- Das Kind lernt auf der **kontextuellen Ebene**, seine verschiedenen Lebensbereiche zu integrieren und entwickelt neue Strukturen für sich.

**Für die erfolgreiche Bewältigung eines Übergangs benötigt ein Kind vor allem Resilienz. Die Stärkung von Resilienz ist daher eine vorrangige pädagogische Aufgabe**

### **Die Bedeutung von RESILIENZ ...**

Ein resilientes Kind sagt:<sup>2</sup> Ich habe Menschen um mich,

- die mir **vertrauen** und mich **bedingungslos lieben**,
- die mir **Grenzen setzen**, an denen ich mich **orientieren**, kann und die mich **vor Gefahren schützen**,
- die mir **als Vorbilder** dienen und **von denen ich lernen kann**,
- die mich dabei **unterstützen** und **bestärken**, **selbstbestimmt zu handeln**,

- die mir **helfen, wenn ich krank oder in Gefahr bin**,
- die mich darin **unterstützen, Neues zu lernen**.“

Ein resilientes Kind sagt, „Ich bin

- eine Person, die **von anderen wertgeschätzt und geliebt** wird,
- **froh, anderen helfen zu können** und ihnen **meine Anteilnahme zu signalisieren**,
- **respektvoll gegenüber mir selbst und anderen**,
- **verantwortungsbewusst für das, was ich tue**,
- **zuversichtlich, dass alles gut wird**.“

### **... und RELIGION im ÜBERGANG**

Religionspädagogische Aufgabe:

#### **Entdecken**

- die religiöse Begleitung dieser Übergangszeit reflektieren

#### **Aufspüren**

- die von Übergängen ausgelösten Gefühlen und Motive gemeinsam aufspüren.

#### **Weiterführen**

- Mit biblischen Geschichten, u.a. von Abschied und Neubeginn, die sich mit den von Übergängen ausgelösten Emotionen beschäftigen, indem sie die jeweiligen Motive aufnehmen und im Sinne der Stärkung der Resilienz entfalten.



- Rituale und Gottesdienste planen und durchführen.

„Gut, dass ich da bin,  
ich bin ein von Gott geliebtes Kind,  
Gottes Segen ist um mich herum.  
Und Gott hat einen guten Platz für mich  
in der Gemeinschaft und in der Welt,  
in der ich lebe.“<sup>3</sup>

### Ulrich Walter

Dozent am Pädagogischen Institut der EKvW,  
Schwerpunkt: Elementar- und Primarbereich,  
Redaktionsteam ru intern

- 1 Seite 28–29b nach: 5.13 „Rein in die Kita – Raus aus der Kita“ – Übergänge gestalten (Stand April 2018). – Seite 29b–30: U. Walter.
- 2 „Ein resilientes Kind sagt ...“ – in enger Anlehnung an die Formulierungen von: Griebel, Wilfried und Niesel, Renate: Übergänge verstehen und begleiten. Transitionen in der Bildungslaufbahn von Kindern, Berlin <sup>3</sup>2015. [Textliche Hervorhebungen durch UW].
- 3 Fürchte dich nicht, du von Gott Geliebter! Friede sei mit dir! Sei getrost, sei getrost! (Dan 10,19)

## Gott ist nahe – auch in Distanz-Zeiten

# Der Grundschul-Zollstock-Segen

Nachdem wir uns so lange an Abstandsregelungen und weitere Vorsichtsmaßnahmen gewöhnen mussten, ist es nun vielleicht an der Zeit, das Ganze mal mit Mut und Humor und einer anderen Perspektive zu betrachten.

Der Zollstock, oder auch Metermaß genannt, wurde zum Instrument, ja zum Maßstab für erlaubte Nähe. Und das war sicher auch gut so!

Aber: Was ist in diesem vorsichtigen Abstandhalten aus unseren Ritualen im Religionsunterricht geworden? Wo wir uns an der Hand gehalten haben, um Gemeinschaft zu zeigen, kam der (hoffentlich freundliche) Ellbogen-Check. Gottes Segen am Beginn oder Ende der Woche in unseren gewohnten Ritualen ist aber als Ellbogencheck schwer vorstellbar.

Darum kommt nun ein Vorschlag, die Maßstäbe Gottes für sein „Bei uns Sein“ mal mit einem Augenzwinkern anzuschauen und dabei das mit Abstand am wenigsten geliebte Instrument des Regelunterrichts in Coronazeiten ganz anders wahrzunehmen.

Mit einem Zollstock können wir nämlich Bilder für den Segen Gottes anregen, in denen uns seine Nähe auch im veränderten Alltag der Schule neu vor Augen kommen kann.

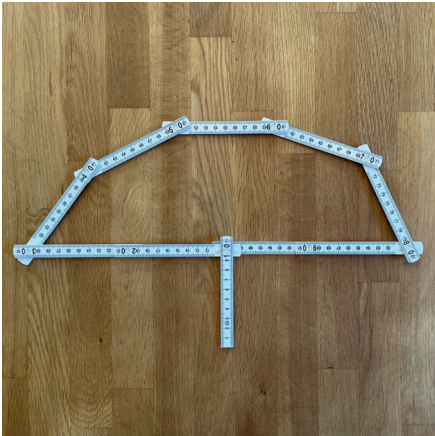
Aus diesem Grund nun drei Bilder mit Texten eines Zollstocksegens, in denen Gottes Fülle sozusagen über alle Maßen deutlich werden kann, dazu kleine kursiv gedruckte Fragen als Gesprächsimpulse und zwei Vorschläge für Lieder, die Online verfügbar sind.



### I.

Wie schön, dass wir (wieder) zusammen sind!  
Und wir vertrauen darauf, dass Gott bei uns ist.

[Hier wird der Zollstock zu einem Schirm entfaltet.]



Auch in der Schule ist Gott bei uns,  
wie ein Schirm ist sein Segen über uns ausgebreitet.  
Bei ihm sind wir sicher und geborgen. Gott möchte, dass es uns gutgeht.

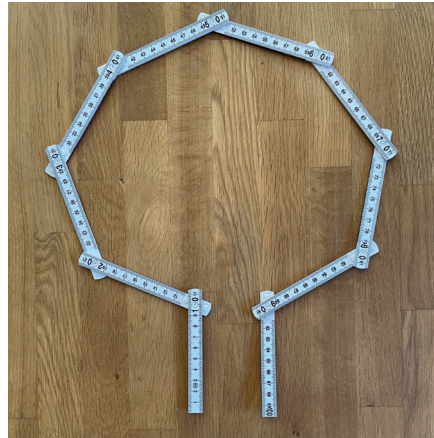
*(Was brauchen wir, damit es uns gutgeht unter Gottes Schirm?)*

Wir hören und singen:

Gut, dass ICH da bin, gut, dass DU da bist  
([Gut, dass ich da bin! – Das Ich-Du-Wir-Lied – YouTube](#))

### II.

[Nun wird aus dem Schirm ein Baum.]



Gottes Segen lässt uns wachsen wie ein Baum.  
Unsere Wurzeln sind tief gegründet in der Erde.  
Das gibt uns Kraft.  
In seinem Schatten sind wir gut aufgehoben.  
Auch wenn der Sturm kommt,  
unser Stamm ist fest und groß gewachsen,  
nichts kann ihn umwerfen!

Und bis wir erwachsen sind,  
sind da andere Bäume, die mit ihrer großen  
Krone Schatten spenden für uns.

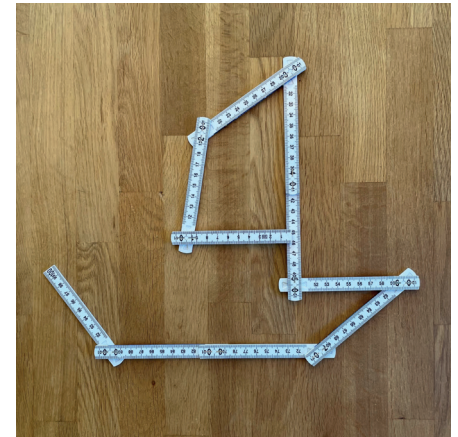
*(Wer kann das für uns sein?)*

Liedvorschlag:

Wer Gottes Wort hört und lebt danach  
([Wer Gottes Wort hört – YouTube](#))

### III.

[Nun wird aus dem Baum ein Schiff gestaltet.]



Immer und zu allen Zeiten, wohin unsere Lebensreise auch führt:

Gott ist mit uns auf unseren Wegen.  
Er sagt:  
Gut, dass du da bist!  
Ich habe für dich einen Platz in der Welt,  
ich brauche dich!

Wir sprechen und/oder singen:  
„Gott, dein Segen geht mit uns am Abend und  
am Morgen, unter deinem Himmelszelt blei-  
ben wir geborgen.“

(Gott, dein Segen geht mit uns – YouTube)

#### IV

Und wenn das Ritual **am Freitag** stattfindet:  
Am Ende der Woche machen wir uns auf den  
Weg.  
Geht mit Gottes Segen ins Wochenende!  
Voller Hoffnung sagen wir:  
Tschüss!

Gott befohlen! Auf Wiedersehen am Montag!

#### Ulrich Walter

Dozent am Pädagogischen Institut der EKvW,  
Schwerpunkt: Elementar- und Primarbereich



## Was macht Kinder stark und widerstandsfähig?

# Das musste ja so kommen! – oder?

### 1. Einstieg in das Thema ‚Resilienz‘:

Kinder, die auffallen, sind oft Kinder, die z.B. unter folgenden Bedingungen aufwachsen und leben müssen: Zoff, Streit und Konflikte zu Hause, (sexuelle) Gewalt an Körper und Seele, Alkoholismus/Drogen in der Familie, schwerste Vernachlässigung, finstere Armut, schwere Krankheit oder Behinderung, Trennung, Verlust, Tod eines oder beider Elternteile, ... – kurz: Mangel an allem, was uns zum Leben und Lieben notwendig erscheint. Es trifft Kinder, die sich von Anbeginn chancenlos auf dem Weg in den scheinbar vorgezeichneten Abstieg befinden, z.B. als Schulversager, Drogenabhängige, Ausgegrenzte, Gewalttätige, Aggressive, Delinquente, ...  
„Das musste ja so kommen!“ – Muss? Nein. Denn bei manchen Kindern wissen wir gar nicht, wie sie es trotzdem schaffen, bei all den Belastungen, denen sie ausgesetzt sind, noch fröhlich, aktiv, kommunikativ zu sein. Kinder, die den Mut nicht verlieren, nicht aufgeben, bei Niederlagen nicht verzweifeln. Allen Unkenrufen zum Trotz, die ihnen ihr

Scheitern vorhersagen, entwickeln sie innere Stärke und Energie und kommen erfolgreich durchs Leben.

Auch sie sind nicht unverwundbar. Wer ist das schon? Immerhin schützt unsere eigene Verwundbarkeit davor, anderen Wunden zuzufügen.

Zugleich gibt es viele, die es nicht schaffen und bei denen alles eintritt, was ihnen Erzieher\*innen, Eltern, Psycholog\*innen, Jugendämter oder die ganze Szene von Pädagog\*innen vorhergesagt hat. Daraus ergibt sich die Frage, die im nächsten Punkt behandelt wird.

### 2. Warum scheitert das eine Kind und das andere nicht?

Wie gehen Kinder mit Belastungen um? Welche Besonderheiten zeigen resiliente Kinder in ihren Bewältigungsmustern? Welche Rolle spielen Bezugspersonen, die Familie oder Institutionen wie Tageseinrichtungen für Kinder oder Schulen?

Beschäftigte man sich früher mit der Frage,



welche negativen Kindheitserlebnisse einen Menschen scheitern lassen, so wird diese Frage nun umgedreht: Was stärkt ein Kind, dass es unter Belastungen nicht zusammenbricht?

Der Perspektivwechsel in der Pädagogik war dringend notwendig. Sich nicht mehr an den Defiziten und Schwächen, sondern an den Stärken und Fähigkeiten eines Kindes zu orientieren, wirft einen neuen Blick auf die Verantwortung von Berufen in der Erziehung, die wie kaum ein anderer die Chance hat, Kinder in ihrer Entwicklung zu unterstützen, zu fördern und zu bestärken.

Diese Erkenntnis sollte auch auf das Bewertungssystem der Schule Einfluss nehmen. Warum muss ein Kind ein ganzes Schuljahr wiederholen, wenn sich lediglich in 2 oder 3 Fächern Schwächen zeigen?

### **3. Wie kann Resilienz entstehen? Wie können Kinder von Anfang an gestärkt werden?**

Eltern und andere Bezugspersonen (Erzieher\*innen, Lehrer\*innen, Betreuer\*innen ...) können Kinder mit emotionaler Ansprechbarkeit stärken, damit sie nicht in Verhaltenssackgassen wie Gewalt, Sucht oder Angstzustände flüchten. Auch bei Bildungsüberlegungen ist Stärke ein wichtiger Begriff,



*Perspektivwechsel: weniger auf die Defizite als auf die Stärken der Kinder und Jugendlichen schauen.*

*Foto: congerdesign, pixabay*

die darauf bauen, dass Kinder sich ihre Themen selbst suchen, Entwicklungsanreize aufgreifen, auf Förderungsangebote aufspringen, immer mehr lernen wollen und auch in der Lage sind, Gelerntes zu reflektieren. In angstfreier Atmosphäre kann sich ein Kind etwas beibringen und erarbeiten, so dass ihm die Welt – aus seiner Sicht – immer sinnvoller erscheint und sich ihm immer mehr erschließt.

### **4. Was macht stark, widerstandsfähig und unbesiegbar?**

Die Resilienzforschung nimmt die Kinder in den Blick, die sich trotz vieler Risiken und emotionalem Stress zu starken und leistungsfähigen Persönlichkeiten entwickeln. Die spezielle Stärke wird analysiert, damit deutlich wird, was nötig ist, um eine besonders belastende Lebenssituation nicht nur

unbeschadet zu überstehen, sondern diese sogar als Sprungbrett nutzen zu können, um ein Stück gesünder und stabiler aus dieser Anforderung hervorgehen zu können. Allein schon die bei der Problemlösung erworbenen Kompetenzen und die mit diesem Erfolgserlebnis verbundene Selbstwirksamkeit werden sich in zukünftigen Belastungssituationen als Motivation bemerkbar machen, so dass diese mit gesteigertem Selbstwertgefühl angegangen werden kann.

Dabei geht es nicht darum, aus schwachen Kindern starke zu machen (nicht weinen, nicht klein begeben, hart im Nehmen sein, ...), sondern es geht darum, wie Erwachsene Kindern und Jugendlichen begegnen, sie ansprechen, begleiten, damit diese ihre Stärken weiter entwickeln und entfalten können. Das ist die Chance, selbst aktiv zu werden, seine Fähigkeiten zu erleben, seine Einzigartigkeit zu erkennen, eigene Stärken zu spüren und Wertschätzung zu erfahren.

## 5. Welche Stärken zeigen resiliente Kinder?

Resiliente Kinder ...

- ... lassen sich trotz massiver Beeinträchtigung nicht unterkriegen und zerbrechen nicht an überdurchschnittlich risikoreichen Lebensumständen.

- ... überstehen Risikobelastungen nicht nur unversehrt, sondern sie bewältigen trotz besonderer Probleme und widriger Umstände Schritt für Schritt ihre ‚normalen‘ altersspezifischen Entwicklungsaufgaben.
- ... sind psychisch gesund und in der Lage, auch unter katastrophalen Bedingungen differenzierte und verlässliche Vorstellungen über ihre Umwelt zu erwerben und

damit gezielten Einfluss auf ihre Umgebung zu nehmen.

**Fazit:** Alle Studien über resiliente Kinder kommen zu vergleichbaren Ergebnissen:

1. Entscheidender Faktor für die Entstehung von Resilienz ist das Vorhandensein wenigstens einer liebevoll zugewandten und verlässlichen Bindungsperson, innerhalb oder außerhalb der Familie.



*Motiviert trotz Bruchlandung: So kommen Kinder gut durchs Leben. Foto: Victoria Borodinova, pixabay*

2. Charakteristische Verhaltensweisen, Aktionen wie Reaktionen, schützen diese Hoch-Risiko-Population. Ihr Vertrauen in eigene Fähigkeiten und ihre optimistische Zuversicht lassen nicht das Gefühl aufkommen, hilflos dem Schicksal ausgeliefert zu sein und deshalb aufgeben oder vor Hindernissen fliehen zu müssen. Bei Schwierigkeiten sind sie hochmotiviert und zudem überzeugt von der Wirksamkeit ihrer eigenen Handlungen. Diese gute Kombination lässt sie Schwierigkeiten aktiv überwinden.

## 6. Wie wird man resilient?

Wie kann ein Kind trotz Risiko-Konfrontation ein derart stärkendes Verhalten entwickeln und ‚Schutzfaktoren‘ d.h. Prozesse entstehen lassen, die die Wucht der Belastungen abmildern und dem Kind Möglichkeiten eröffnen, mit Risiken und Stressoren wirkungsvoll und erfolgreich umzugehen? – Resilienz ist also ein Beziehungskonstrukt, d.h. das Ergebnis eines Prozesses zwischen dem Kind und seiner Bezugsperson bzw. seinen Bezugspersonen.

Zitat: „Die Resilienz eines Kindes braucht einen Rahmen, der von anderen geschaffen werden muss. Alle Menschen, mit denen das

Kind lebt, mit denen es in sozialer Beziehung steht, mit denen es Situationen gemeinsam erlebt, denen es im Alltag begegnet oder Zwiegespräche führt, sind ein Teil seiner Geschichte, seiner Biografie. Sie alle nehmen Einfluss auf seinen Entwicklungsverlauf. Unter ihnen wählt das Kind seinerseits diejenigen aus, die es individuell ansprechen, die ihm Entwicklungsanreize bieten. Kinder erleben nicht passiv ihre Erziehung oder werden gemäß der Erwachsenenwünsche entwickelt, sie erleben und gestalten ihre Entwicklung und Erziehung aktiv mit. Transaktionale Prozesse erlauben einem Kind, wirkungsvoll an seiner Erziehung mitzubauen.“

*Gabriele Haug-Schnabel*

## 7. Das Kind erwartet von Natur aus Sicherheit, Beziehungsangebote und Entwicklungsanreize

Die Bedürfnisse eines Kindes haben sich im Laufe der Menschheitsgeschichte nicht verändert. Jedes Kind erwartet von seinen Bezugspersonen:

- ein emotionales Beziehungsangebot, das geprägt ist durch Aufmerksamkeit, Zugewandtheit, Ansprechbarkeit
- Geborgenheit und Sicherheit
- Antworten auf seine Fragen
- Orientierungshilfe im sozialen Miteinander

- eine kindgerechte Gestaltung seines Lebensraumes (z.B. das Zimmer, der TFK-Gruppenraum, etc.)
- altersgemäße Entwicklungsanreize
- Nachahmungsmodelle in der Welt der Erwachsenen
- Aufgaben und Herausforderungen, die in der Welt des Kindes liegen und deshalb nicht in die Hilflosigkeit führen.

Kinder brauchen Bezugspersonen, die sie begleiten, damit sie eine Vorstellung oder wenigstens eine Vision davon erhalten, weshalb sie auf der Welt sind, wofür es sich lohnt, sich anzustrengen, eigene Erfahrungen zu sammeln, sich möglichst viel Wissen, Fähigkeiten, Fertigkeiten anzueignen. Kinder brauchen Orientierungshilfen, äußere Vorbilder und innere Leitbilder, die ihnen Halt bieten und an denen sie ihre Entscheidungen ausrichten. Dann können sie sich im Wirrwarr von Anforderungen, Angeboten und Erwartungen zurechtfinden.

Der Hirnforscher Gerald Hüther betont in dem Zusammenhang die Wichtigkeit der ‚inneren Bilder‘, die sich ein Kind von sich selbst macht, von seinen Beziehungen zu anderen und der es umgebenden Welt, und nicht zuletzt von seiner Fähigkeit, sein Leben nach eigenen Vorstellungen zu gestalten. Es gibt innere Bil-

der, die Angst machen, in Hoffnungslosigkeit, Resignation und Verzweiflung führen. Sie zwingen einen Menschen dazu, sich vor der Welt zu verschließen. Es gibt aber auch innere Bilder, die dafür verantwortlich sind, dass sich ein Mensch immer wieder öffnet, Neues entdeckt und allein oder gemeinsam mit anderen nach Lösungen sucht. In diesem Zusammenhang kann auch die Religion, die vermittelten Vorstellungen von Gott und die daraus resultierenden Vorstellungen vom Menschen als Gottes Ebenbild (liebend, befreiend, helfend, verzeihend, immer da, ...), einen wichtigen Beitrag leisten.

(Vgl. Friedrich Schweitzer, Kinder brauchen Hoffnung; und: Wie sieht Gott eigentlich aus?, bzw. Die Entwicklung des Gottesbildes, ...)

## **8. Unser Gehirn braucht soziale Aufgaben**

Nur so kann im Frontalhirn ein eigenes, inneres Bild von Selbstwirksamkeit stabilisiert und für die Selbstmotivation genutzt werden. Das Gehirn lernt immer und das am besten, was einem Heranwachsenden hilft, sich in der Welt, in die er hineinwächst, zurechtzufinden, Probleme zu lösen, die sich dort und dabei ergeben (G. Hüther).

Unser Gehirn ist zum Lösen von sozialen Problemen optimiert, spezialisiert auf soziale Aufgaben, auf den Dialog und die direkte

Beantwortung von Fragen. Das Nervensystem eines Kindes ist nach jeder Eigenaktivität im höchsten Erwartungszustand für das Wahrnehmen von Antworten und Reaktionen auf das eigene Handeln, die dann zu wesentlichen Erfahrungen über das Wichtigste, was es gibt, führen: Was kann ich durch eigene Aktivität in der personalen und dinglichen Umwelt bewirken und dadurch meinem Tun Bedeutung und Sinn geben?

In der Kindheit wird die Erfahrungsschatzkiste gefüllt, deren Inhalt bedeutsamen Einfluss darauf hat, wie leicht es einem Menschen gelingen wird, sein Leben nach eigenen Entwürfen zu gestalten und im individuellen Rahmen selbst bestimmen zu können. Hierbei sind die ersten Beziehungserfahrungen prägend. Aber auch die Erfahrung, sich immer wieder selbst aktiv zu erleben, agierend, reagierend und nicht hilflos oder ausgeliefert, wirkt nachhaltig.

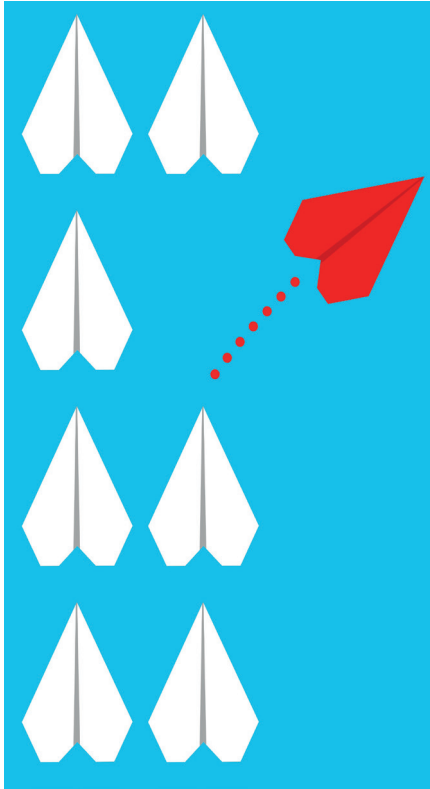
Jedes Kind hat von sich aus individuelle Erwartungen an seine Bezugspersonen. Optimal wirkt es sich aus, wenn Eltern ihrem Kind liebevoll, zugewandt, interessiert und engagiert begegnen, denn dann kann ein Kind sich selbst und seine Umgebung kennenlernen und umgekehrt kann der Säugling so seine Eltern emotional ansprechen, anrühren, das Interesse der Eltern wecken, damit sie dem

Kind für Entwicklungsimpulse zur Verfügung stehen.

Das Kind sammelt Erlebnisse, wertet sie aus und gleicht seine Erwartungen mit dem Erlebten ab. Je nach Ergebnis dieses Abgleichs fallen seine Erfahrungen aus. Sie haben großen Einfluss darauf, wie das Kind sich, seine Aktionen und seine Umwelt erlebt. Sie prägen seine Emotionen. Bezugspersonen tragen hier eine hohe Verantwortung, denn sie geben den Orientierungsrahmen vor und gestehen Handlungsspielräume zu, sie regen an, in welche Richtung ihre Erziehung die kindliche Entwicklung beeinflussen wird.

Erwachsene geben unbewusst den Erlebnisrahmen vor, der darüber entscheidet, welche Erlebnisse ein Kind zukünftig zulässt, in Anspruch nimmt oder bewusst meidet. Hier von hängt ab, ob es zu bestärkenden, neuen Erfahrungen kommt, die beflügeln, oder ob diese Möglichkeit aufgrund eines eingeschränkten Handlungsspielraumes zunehmend geringer wird und Enttäuschungen oder Versagens- und Ohnmachtsgefühle noch verstärkt. Daran gewöhnt sich das Kind und passt seine Erwartungen im Laufe der Zeit an die Mittelmäßigkeit an.

Auf der anderen Seite können positiv bestärkende oder überwältigende Erfahrungen die



Neues ausprobieren, experimentieren,  
eigene Erfahrungen sammeln.

Foto: mohamed hassan, pixabay

Offenheit für Neues und neue Herausforderungen ein selbstbewussteres Auftreten und Handeln fördern und den Handlungsspielraum immer weiter vergrößern. Diese Kinder erleben sich als selbstwirksam, stark, gestalterisch, einflussnehmend.

### 9. Die Zauberzutat für Resilienz: soziale Unterstützung

Robustheit, Energie, ein hohes Maß an Aktivität sowie ein sozial verbindliches Wesen sind gute persönliche Voraussetzungen für Widerstandsfähigkeit. Resilienz zeigt sich in Verhaltensweisen, die sehr viel psychische Sicherheit brauchen, wie Durchhalten, Übernahme von Verantwortung, sich selbst behaupten, Humor beweisen, Probleme lösen, Herausforderungen annehmen und den eigenen Erfolg spüren.

Resilienz entsteht auch durch resiliente Vorbilder, durch ihren Umgang mit Schwierigkeiten und Misserfolg. Entwicklungsbegleiter müssen zugesandt, einfühlsam und zuverlässig verfügbar sein, Achtung und Liebe spüren lassen, damit ein Kind beginnt, an sich zu glauben. Was Urvertrauen spüren lässt, resilienter, widerstandsfähiger, ich-stark werden lässt und zu konstruktivem Coping befähigt, sind Denkformen und Handlungsweisen, die auf Basis sicherheitsgebender Beziehungen

angeregt und ermöglicht werden. Wer solche soziale Unterstützung erfahren und erlebt hat, wird widerstandsfähig, auch wenn die Welt immer wieder neue Anfechtungen und Herausforderungen bereithält.

### 10. Was Kinder resilient werden lässt

Dies hängt (nach der Zusammenstellung von Daniela Kobelt Neuhaus) von drei Kategorien bzw. Schutzfaktoren ab, die (in noch höherem Maß) für Menschen (mit geistigen oder körperlichen Einschränkungen) bedeutsam sind:

Persönliche Merkmale

- eine wechselseitige aufgeschlossene, positive, herzliche Grundstimmung zwischen Kind und Bezugsperson
- ein sicheres Bindungsverhalten zumindest zu einem Familienmitglied;
- eine hohe Effizienzerwartung bei der Bewältigung von Aufgabenstellungen;
- ein realistischer Umgang mit Situationen und deren Problematik, verbunden mit gut handhabbaren Gefühlen von Verantwortung und Schuld;
- ein hohes Maß an Empathie und Fähigkeiten zur Konfliktlösung;
- ein hohes Maß an Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen.

Schützende Faktoren in der Familie

- eine verlässliche primäre Bezugsperson;
- ein Erziehungsstil, der Risikoübernahme und Unabhängigkeit ermöglicht bzw. zum Ziel hat;
- die Ermutigung, Gefühle auszudrücken, verbunden mit einer positiven Identifikationsfigur.

Schützende Faktoren außerhalb der Familie

- stabile Freundschaften
- unterstützende Erwachsene (z.B. Erzieher\*innen, Lehrer\*innen, Betreuer\*innen, ...);
- eine erfreuliche, unterstützende Situation in TfK, Schule oder der Kinder- und Jugendarbeit mit angemessenen Leistungsanforderungen, klaren und gerechten Regeln, der Übernahme von Verantwortung und vielfacher Verstärkung von Leistung und Verhalten;
- eine sensible Öffentlichkeit.

### **Christiane Karp-Langejürgen**

*Pfarrerin und Religionslehrerin am Berufskolleg Halle; Redaktionsteam ru intern*

## **Überwindung von Trauer, Trennungen, Enttäuschungen oder schwierigen Lebenssituationen**

# **COPING-STRATEGIEN**

Coping-Strategien sind Bewältigungsstrategien, aus dem Englischen kommend, „to cope = bewältigen, überwinden“.

Nach Lazarus gibt es 3 Arten von Coping, nämlich das **problemorientierte**, das **emotionsorientierte** und das **bewertungsorientierte** Coping.

Aus den stützenden Faktoren (z.B. eine gute Beziehung zu mindestens einer Bezugsperson, schützende Faktoren in und außerhalb der Familie wie Verlässlichkeit oder Stabilität, Sensibilität und der verlässlichen Begleitung und Förderung sowie Vertrauen) entwickeln Kinder / Jugendliche Fähigkeiten, mit denen sie schwierige Situationen (wie Tod, Trauer, Abschied, Trennung der Eltern, Enttäuschung, Mobbing, Cybermobbing, Liebeskummer, das Ende einer Freundschaft, das Ende der Kindheit / die Pubertät bis hin zum Erwachsenwerden, Einsamkeit, Flucht [z.B. aus Syrien], Umgang mit schweren Krankheiten bei sich oder anderen, Krisen [wie z.B. Corona]) bewältigen und sogar gestärkt aus diesen hervorgehen können.

Die oben genannten Situationen haben die Schüler\*innen selber aus der aktuellen Situation rund um Corona, dem Wechsel von Distanzlernen und Wechselunterricht und ihrer je aktuellen Lebenssituation benannt.

Für die Bewältigung dieser vielfältigen Situationen stecken Fähigkeiten und Stärken in uns, denen es auf die Spur zu kommen gilt. Hierzu habe ich mit zwei Klassen der Jahrgangsstufe 12 des Gymnasiums für Gesundheit und Soziales die Copingstrategien als Bewältigungsstrategien bearbeitet, die in den größeren Themenzusammenhang des Themas „Theodizeefrage“ gestellt wurden.

Zu den erwähnten schwierigen Situationen, die Menschen – meistens ungefragt und ungewollt – erleben, haben die Schüler\*innen zu den 6 – im Folgenden genannten – Coping-Bereichen ihre Überwindungs- und Bewältigungsmöglichkeiten in ihre kreativ gestalteten „**Schatzkästchen fürs Leben**“ gelegt bzw. gepackt – die Ergebnisse dazu finden sich unten:

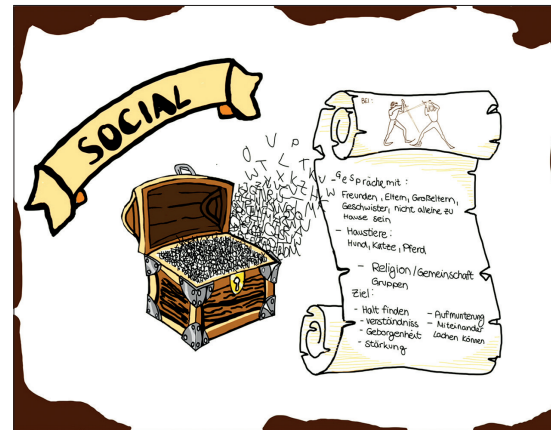
Die 6 Coping-Bereiche orientieren sich an den Buchstaben des Wortes BASIC – Ph, was für folgende Begriffe steht:

- B = BELIEF (Glaube, Werte)
- A = AFFECT (Gefühle, Emotionen)
- S = SOCIAL (Beziehungen, Familie, Freund\* innen, Rollen)
- I = IMAGINATION (Intuition, Kreativität)
- C = COGNITION (Wissen, Logik)
- Ph = PHYSICAL (Aktivität, Bewegung)

### 1. BELIEF (Glaube, Werte, ...)

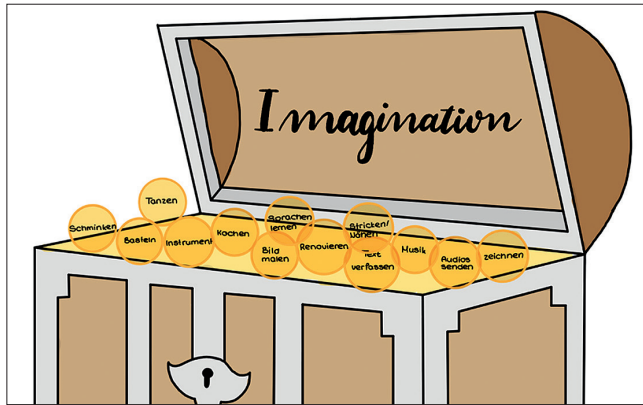


### 2. AFFECT (Gefühle, Emotionen, ...)



### 3. SOCIAL (Familie, Freunde/Freundinnen, Rollen, ...)

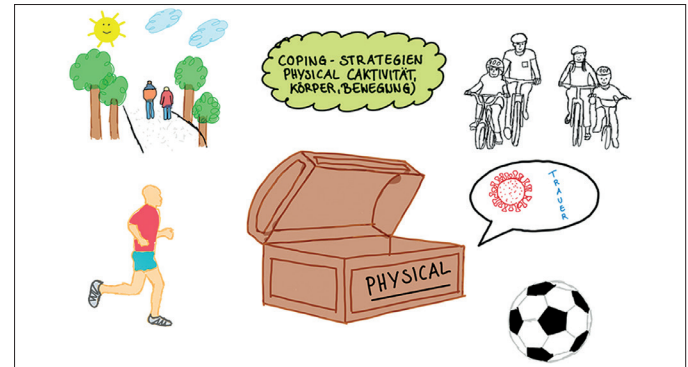
#### 4. IMAGINATION (Intuition, Kreativität, ...)



#### 5. Cognition (Wissen, Logik, ...)



#### 6. PHYSICAL (Aktivität, Bewegung, ...)



FAZIT: Die jugendlichen Schüler\*innen haben auf dem Hintergrund der og. Thematik gerne und begeistert in ihren selbstgewählten

Kleingruppen an der Gestaltung der ‚Schatzkästchen fürs Leben‘ gearbeitet und waren am Ende erstaunt, wie vielfältig das Potenzial ist, das in ihnen steckt. Hieraus kann Vertrauen erwachsen und gestärkt werden, auch in Zukunft schwierige, belastende, herausfordernde Situationen meistern und bewältigen zu können.

*Christiane Karp-Langejürgen*



# Hat Religion Einfluss auf die Resilienz von Kindern und Jugendlichen?

**Ausgangsfrage: Was hat Resilienz mit Religionspädagogik zu tun? Wie kann sich Religionspädagogik den Forschungsansatz der Resilienz zunutze machen und welche Chancen bietet dieser Ansatz für die Arbeit in TfK und Schule?**

Diese Frage lässt sich verbinden mit der vom Religionspädagogen Friedrich Schweitzer gestellten: **Brauchen Kinder Religion?** – Während die einen die Frage befremdlich finden, erweitern andere sie: **Wenn ja, welche Religion brauchen Kinder und warum brauchen sie sie?**

Dazu einige Ergebnisse einer Tübinger Forschungsgruppe sowie der Stiftung Ravensburger Verlag zum Thema „Wirkungen religiöser Familienerziehung“. Gesammelte Erkenntnisse aus Pädagogik, Theologie, Psychiatrie und Kriminologie wurden etwa 150 Fachleuten präsentiert. Hier die wichtigsten Erkenntnisse:

- Kinderglaube stärkt fürs Leben.
- Religiöse Geborgenheit scheint vor spä-

terer Orientierungslosigkeit zu schützen.

- Religiös gebundene Kinder scheinen Krisen besser meistern zu können, werden resilienter.

Hierbei ist auch von Bedeutung, welches Gottesbild den Kindern begegnet, d.h. in erster Linie, „wie die Beziehung/en des Kindes zu den es umgebenden Menschen seiner Umwelt sich gestalten“. „Liebende Eltern oder andere Bezugspersonen lassen im Kind eher das Bild eines liebenden Vaters oder einer guten Mutter wachsen.“

(Vgl. dazu F. Schweitzer, Die Entwicklung des Gottesbildes, ... in 4 Phasen von der frühen Kindheit bis ins junge Erwachsenenalter.)

**„Eine fordernde Religion, die sich über die Bedürfnisse des Kindes hinwegsetzt und autoritär und destruktiv daherkommt, hemmt die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes und lässt in ihm eher das Bild eines strafenden Gottes entstehen, den man fürchten oder dem man sich entziehen muss.“**

Der Einfluss der Familie ist groß und die Familie hat nach wie vor hinsichtlich der religiösen Erziehung eine große Bedeutung, positiv wie negativ. Negativ nämlich dann, wenn im privaten Raum Familie die Religion überhaupt nicht mehr vorkommt, d.h. dem Kind Religion vorenthalten wird. Nach Professor F. Schweitzer wissen wir inzwischen: „Kinder haben ein Recht auf Religion“, ein Recht auf religiöse Begleitung in den Sinnfragen des Lebens, so der Konsens des interdisziplinären Dialogs. Dem Negativ-Trend sollte durch verstärkte familienergänzende Angebote für Kinder und Jugendliche Rechnung getragen werden. Diese Angebote sollten sich an den Lebenswelten der Kinder und Jugendlichen orientieren und deren Fragen aufgreifen.

Für die Entstehung von Gottesbildern sind Eltern und Erzieher\*innen von großer Bedeutung. Der Kriminologe, Professor Kerner, sah religiöse Erziehung als Gewaltprävention und stellte fest, dass religiös gebundene Menschen weniger Delinquenz (verbrecherisches Verhalten) entwickelten. Und wenn

Jugendliche in bestimmten Phasen doch in delinquente Verhaltensweisen abrutschen, bekommen diejenigen mit religiöser Bildung bzw. Bindung sich eher wieder in den Griff. Professor Klosinski bestätigte dies ebenfalls aus jugendpsychiatrischer Sicht.

Unbestritten ist, dass die Voraussetzung für gelungene Bildungsprozesse eine stabile Bindung ist. Gerade hier könnte religiöse Bildung vieles leisten und vor allem auch frühen Ausgrenzungsprozessen entgegenwirken. Da Religion heute im privaten Raum der Familie individualisiert wird, muss über eine unterstützende, Halt gebende religiöse Bildung auch im präventiven Sinn mehr diskutiert und geforscht werden.

Religiöse Fragen sind nicht auf einmal im jungen Erwachsenenalter verschwunden, sondern sie sind mit den „Grundfragen nach ‚gelingender‘ Lebenspraxis und ‚sinnstiftenden‘ Lebenszielen verschmolzen“. Hier sehen sich Eltern oft in einer Zwickmühle. Einerseits halten Sie ihre Kinder zu zweckorientiertem, vernünftigem, angepasstem Handeln an, andererseits sollen sie ihre Kinder stärken in der Einsicht, „dass das nicht alles sein kann“. Dabei sind sie auf andere soziale Lernorte (TfK, Jugendgruppen, Jugendfreizeiten etc. ) angewiesen. Die Forschung hat folgerichtig den Zusammenhang, der uns in den

vergangenen Jahrzehnten verloren gegangen ist, wiedererkannt.

Daraus ergibt sich die Frage nach dem Zusammenhang von ...

### **Religion und Resilienz oder Überleben im Schilfkörbchen**

Hier stellt sich die Frage, was religiöse Bilder und seelische Widerstandskraft miteinander zu tun haben? – Wie bereits gesagt, fördern religiöse Einstellungen resiliente Überzeugungen. In der Bibel gibt es zahlreiche Geschichten, die von der Errettung aus schwierigen Lebensumständen erzählen oder von der Stärke, die ein Mensch aufbringt, um das Leben positiv zu verändern. Sabine Müller-Langsdorf nimmt die Geschichte des kleinen Mose auf dem Nil zum Anlass, für das Erzählen von starken Geschichten zu plädieren. Es geht um „die biblische Geschichte vom Findelkind Moses, das seine Mutter nach seiner Geburt in einem Schilfkörbchen auf dem Nil aussetzte und das trotz aller Schaukelerfahrungen in frühester Kindheit eine beachtliche Karriere machte (2. Mose 1–20)“.

(Es empfiehlt sich, die Geschichte des Mose einmal im Ganzen zu lesen, um die Dynamik und den Resilienzgehalt im Kontext eines instabilen und unterdrückerischen sozialen Systems zu erkennen. Dass es sich dabei um

antike Sozialformen handelt, beeinträchtigt die aktuelle Anregung nicht.)

Die Suche nach den schützenden Faktoren könnte unter folgenden Leitfragen stattfinden:

- Welches ist der Proviant im Körbchen?
- Was leistet die Religion? (lat. „rückbinden“)

### **Ein Findelkind macht Karriere**

Die Geschichte von Moses im Schilfkörbchen hat alle Komponenten, die das Menschsein beschreiben, und sie skizziert in wenigen Strichen das, was die Resilienzforschung an Personalien und sozialen Ressourcen für die Entwicklung seelischer Widerstandskraft nennt:

- ein ins Leben geworfenes Kind;
- den verzweifelten Mut der Mutter, das Leben des Kindes zu retten und zu schützen;
- die soziale und kommunikative Kompetenz der Schwester, die eine „Pflege“-Familie organisiert;
- das Eingebundensein in zuverlässige soziale und moralische Systeme.

Auch die labile Psyche des Findelkindes wird nicht verschwiegen: Moses ermordet einen ägyptischen Sklavenaufseher, nachdem er



Moses im Schilfkorb – zeitgenössische Darstellung.

Illustration: Prawny, pixabay

den Mord eines Israeliten durch einen Ägypter beobachtet hat.

Die Karriere des Findelkindes lässt sich so zusammenfassen:

- Befreier eines ganzen Sklavenvolkes
  - Empfänger und Gestalter der 10 Gebote
- Moses begegnet als einer, der es geschafft hat, die traumatisierende Schilfkörbchenerfahrung zu überwinden und letztlich eine

bestärkende Begegnung mit Gott zu erfahren: „Ich bin, wie ich bin! ... Ich werde sein, wie ich sein werde!“ Diese Erfahrung überwindet das Trauma der Verlorenheit und gibt Lebenskraft, die sich einer Quelle außerhalb ihrer selbst bewusst ist. Die sich rückgebunden weiß in aller Wechselhaftigkeit sozialer und familiärer Beziehungen. Die Begegnung mit Gott führt Moses zu der Frage nach sich selbst: Wer bin ich? Welche Fähigkeiten habe ich? Worin liegt meine soziale Aufgabe, mein individuelles Ziel? Dies ermöglicht Mose die Entwicklung eines Selbstkonzeptes und führt zu einem sinnerfüllten, sinnorientierten Handeln.

Moses führt ein Volk in die Freiheit und begründet damit die Identität einer ganzen Religion: „Ich bin der Herr, dein Gott, der dich aus Ägyptenland geführt hat, aus der Knechtschaft ...“ (2. Mose 20,1), so heißt es im 1. Gebot, das der Gemeinschaft wie dem Einzelnen zur Richtschnur des Handelns werden soll. Denn ohne klare Festlegungen und Absprachen ist das soziale Gefüge der Gemeinschaft nicht haltbar und das Verhältnis von Gemeinschaft und Individuum fragil. „Wenn dich dein Sohn, deine Tochter (morgen) fragen ...“ sollst du immer wieder diese Geschichte erzählen, denn im Erzählen liegt Erinnerung, Vergewisserung, Identitätsstif-

tung, Zukunftshoffnung, der Rhythmus von Festen und Feiern und damit auch von Höhepunkten durch die Jahreszeiten. Hierdurch wird deutlich, wie wichtig die Gestaltung von religiösen bzw. christlichen Festen im Verlauf des sich immer wiederholenden jährlichen Festkalenders nicht nur für Kinder und Jugendliche ist.

Welche Geschichten geben Kindern Stärke für ihre Entwicklung und damit seelische Widerstandskraft? Sind es erzählte Geschichten, Bilder, Symbole, Begegnungen, Berührungen, Frei-Räume, Regeln, Rituale, Feiern, ...?

Kinder lernen durch Nachahmung / Imitation und Ausprobieren / Experimentieren. Das gilt auch für den Glauben und seine Entdeckung und das Hineinwachsen in die Religion. Das erfordert vorgelebte Praxis, Förderung einer Haltung, die mit überraschenden Entdeckungen rechnet. Das Staunen über die Verwandlungskraft des Schmetterlings, die Festigkeit und Form eines Steines, das Lauschen auf den eigenen Rhythmus, die Einzigartigkeit des Lebens, die Kostbarkeit des Augenblicks und eine Haltung, die Gottes Ebenbild in den Gesichtern von Kindern, Erzieher\*innen, Lehrer\*innen, Betreuer\*innen und Eltern sieht. Daraus kann die Erkenntnis reifen, dass Glaube Berge versetzen kann:

- Miriam rettet ihren Bruder
- Blinde werden sehend
- Ausgegrenzte werden wahr- und ernstgenommen
- Mut und Hartnäckigkeit führen zum Ziel (sei es das Beispiel der hartnäckigen, fordernden Witwe, die für ihr Recht kämpft, oder Maria Magdalena, die beauftragt wird, als Frau die frohe Botschaft von Jesu Auferstehung weiterzusagen, oder die salbende Frau, die mutig in die Männerwelt eindringt und Jesus vor seinem qualvollen Tod mit kostbarem Nardenöl salbt und ihm damit Zuwendung und Hinwendung sowie Ermutigung schenkt, aller Proteste und Kritiken seitens der Jünger zum Trotz).

Hierbei geht es um den Glauben an die Kraft, die in Menschen steckt, an die eigene Kompetenz, an Wert und Würde des eigenen ICH und des Angewiesenseins auf ein DU, auf Menschen und Gott.

Im Blick auf die Auswahl an Geschichten, Liedern, Symbolen und Bildern gilt: Wie hoch ist der Gehalt an stärkendem Potenzial und bleibenden Eindrücken, die präsent sind in den sogenannten Schilfkörbchen-Situationen? Gestützt werden solche Erfahrungen durch verlässliche, soziale Beziehungen: Vertrauen

lernen, Selbstständigkeit, Umgang mit Konflikten, verantwortliches Handeln, Gestaltung der Qualität von Beziehungen zwischen Kindern und Erwachsenen. Das geht nicht ohne Regeln. Deren Gehalt erleb- und erfahrbar zu machen, ist eine wesentliche Aufgabe von Familie, TfK, Schule – auch angesichts unterschiedlicher religiöser Einstellungen und Traditionen in einer multikulturellen und multi-religiösen Welt.

Freiraum, Sehnsucht, Neugier, Fantasie und das Geheimnis als Kennzeichen religiösen Denkens und Handelns; schmunzeln, lachen, spielen, denn am Ende lachen wir alle, „wenn Gott alle Tränen abwischen wird“ (Offbarung 21,4).

Spielen mit dem Glauben und dabei die Welt entdecken, Regeln entwickeln und Gemeinschaft finden. Erleben, dass Verlust und Verlieren auch zum Spiel dazugehören – mit Kindern und Jugendlichen den Proviant im schaukelnden Lebenskörbchen entdecken und erfahren, dass er tatsächlich gute Nahrung ist, ein Schatz, den wir im Schatzkästchen unseres Lebens bewahren und zu gegebener Zeit stärkend nutzen können – zu all dem kann Religion einen wesentlichen Beitrag leisten. Denn der christliche Glaube beschreibt Gott als Quelle neuer, ungeahnter

Möglichkeiten und hofft auf eine Vollkommenheit, die sich jenseits unseres Vorstellungsvermögens vollendet.

### Christiane Karp-Langejürgen

Pfarrerin und Religionslehrerin am Berufskolleg Halle; Redaktionsteam ru intern

### Weiterführende Literatur:

- Wolfgang Jaede, Kinder für die Krise stärken. Selbstvertrauen und Resilienz fördern, Freiburg 2007.
- Rosmarie Welter-Enderlin, Bruno Hildenbrand (Hg.), Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände, Heidelberg 2006.
- Corinna Wustmann, Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Beiträge zur Bildungsarbeit hg. V. Professor Dr. Wassilios E. Fthenakis,
- Ch. Th. Scheilke, F. Schweitzer, (Hg.), Kinder brauchen Hoffnung. Religion im Alltag des Kindes. Gütersloh 1999. (Dimensionen religiöser Erziehung im Alltag des Kindergartens)
- Ch. Th. Scheilke, F. Schweitzer, (Hg.), Wie sieht Gott eigentlich aus? Wenn Kinder nach Gott fragen. Gütersloh 2002.
- Ch. Th. Scheilke, F. Schweitzer, (Hg.), Das ist aber ungerrecht! Mit Kindern Gerechtigkeit erfahren. Gütersloh 2000
- Ch. Th. Scheilke, F. Schweitzer, (Hg.), Musst Du auch sterben? Kinder begegnen dem Tod. Gütersloh 2000.

## Hans Möhler Gottes außergewöhnliche Häuser

Eine neue Reise zu spektakulären Kirchen der Welt



152 Seiten, gebunden | Format: 16,5 x 24,0 cm  
ISBN 978-3-7858-0790-3 **20,00 EUR**

Es gibt wohl kaum einen Ort auf der Welt, an dem Menschen nicht auf die Idee gekommen sind, ihren Glauben in sakralen Räumen auszudrücken, zur Ruhe zu finden, sich dem Göttlichen zuzuwenden.

Nach dem Erfolg des ersten Bandes lassen 70 weitere Gotteshäuser den Betrachter staunend innehalten: die entlegene Felskapelle, das wie aus kantigen Bauklötzen errichtete Kirchlein in den USA, die abgerundete Kirche aus dekoriertem Lehm in Benin, die französische Baumkirche neben dem Betonkubus in Acapulco.

Zu jedem Gotteshaus gibt es eine kurzweilige Geschichte, nicht zu viel Kunsthistorisches, mehr Erlebtes, das die Kirche lebendig werden lässt. Und eine Karte mit den Koordinaten.

## Joachim Gerhardt Hirtenkäse und Knäckebrot

66 Sonntagsworte für den Alltag



152 Seiten, Paperback | Format: 17,0 x 17,0 cm  
ISBN 978-3-7858-0792-7 **14,00 EUR**

Warum könnten die fünf Schönheits-Tipps von Audrey Hepburn auch vom Apostel Paulus stammen? Wie kommt man am besten in den Himmel? Und wann stirbt die Hoffnung manchmal auch zu früh? Der Pfarrer und Journalist Joachim Gerhardt zeigt, wie lebensnah Verkündigung heute sein kann, wie tröstlich, ermutigend und immer wieder auch mit einem Augenzwinkern. Lassen Sie sich inspirieren von 66 Impulsen für jede Woche im Kirchenjahr, begleitet von überraschenden Fotos.



Cansteinstr. 1  
33647 Bielefeld

Telefon: (05 21) 94 40 1 37  
Fax: (05 21) 94 40 1 36

E-Mail: [vertrieb@luther-verlag.de](mailto:vertrieb@luther-verlag.de)  
Internet: [www.luther-verlag.de](http://www.luther-verlag.de)

Anzeige

## Eingebürgerte Migrantenkinder sind besser in der Schule

Eingebürgerte Kinder sind einer Studie des Leibniz-Instituts für Wirtschaftsforschung (RWI) zufolge erfolgreicher in der Schule als ihre Mitschüler\*innen ohne deutschen Pass. Einen positiven Effekt habe die Einbürgerung von Kindern vor allem auf Schulnoten in zentralen Schulfächern wie beispielsweise Mathematik. Auch müssten eingebürgerte Schüler\*innen seltener eine Klasse wiederholen. Zudem besuchten im Vergleich zu ihren Mitschüler\*innen mehr eingebürgerte Kinder das Gymnasium.

Ursache für eine Steigerung des Schulerfolges von eingebürgerten Kindern mit familiärer Migrationsgeschichte könne den Forschenden zufolge ein Motivationsschub sein. Eine Einbürgerung und die damit verbundene Motivation in der Schule könne dazu führen, dass sich migrantische Schüler\*innen mehr im Unterricht beteiligen oder den Unterricht weniger stören. Auch eine vergleichsweise positivere Bewertung der Lehrkräfte von eingebürgerten Kindern im Vergleich zu der Bewertung ihrer Mitschüler\*innen ohne deutschen Pass könne eine Erklärung sein. Auf Grundlage der Studie weisen die Forschenden darauf hin, dass eine Ausweitung der durch

die Geburt erlangten Staatsbürgerschaft den Erfolg für Eingewanderte in erster Generation stärker verbessern würde als eine weitergehende Liberalisierung der Einbürgerungsvoraussetzungen. Gleichzeitig würde eine durch die Geburt erlangte Staatsbürgerschaft die Einbürgerung der Kindeseltern vereinfachen. Für die Studie werteten die Wissenschaftler\*innen Daten von rund 3.000 Kindern und Jugendlichen aus. Zwischen 2010 und 2018 wurden hierzu die Bildungswege von zufällig ausgewählten Kindern in der Zeit zwischen dem Kindergarten und dem Ende der weiterführenden Schule erfasst.

## Inklusionsquote an allgemeinbildenden Schulen in NRW leicht gestiegen

Die sog. Inklusionsquote an allgemeinbildenden Schulen in NRW ist im Schuljahr 2020/21 leicht um 0,7 Prozent gestiegen. Wie das Statistische Landesamt in Düsseldorf erklärte, wurden 44,6 Prozent der Schüler\*innen mit sonderpädagogischem Förderbedarf an allgemeinen Schulen und nicht an Förderschulen unterrichtet.

Den Angaben zufolge stieg die Zahl der förderbedürftigen Schüler\*innen an allgemeinen Schulen um vier Prozent auf 62.805. An Förderschulen sei ein Plus von 1,3 Prozent auf

78.150 Kinder und Jugendliche mit sonderpädagogischem Förderbedarf verzeichnet worden. An allgemeinbildenden Schulen insgesamt stieg die Zahl dieser Schüler\*innen damit um 2,5 Prozent auf 140.955 Kinder und Jugendliche. In der Auswertung wurden Weiterbildungs-kollegs, die Freien Waldorfschulen und der Förderschwerpunkt „Schule für Kranke“ nicht berücksichtigt.

## Thema der nächsten Ausgabe: Konfessionell-kooperativer Religionsunterricht

### Intern

- Informationen für evangelische Religionslehrerinnen und -lehrer in Westfalen und Lippe. Herausgegeben im Auftrag der Evangelischen Kirche von Westfalen und der Lippischen Landeskirche.  
Redaktion: Rainer Timmer (verantwortlich), Sabine Grünschläger-Brenneke, Christiane Karp-Langejürgen, Andreas Mattke, Hans Möhler, Rainer Timmer, Ulrich Walter. Verlag und Geschäftsstelle der Redaktion: Evangelischer Presseverband für Westfalen und Lippe e.V., Cansteinstr. 1, 33647 Bielefeld, Telefon (05 21) 94 40-0, Telefax (05 21) 94 40-181, E-Mail: lektorat@luther-verlag.de. Internet-Adresse: www.pi-villigst.de/ru-intern.  
ruintern erscheint halbjährlich. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Auflagenhöhe: 7500