

An Herausforderungen wachsen?

Was können Eltern tun, damit ihre
Kinder schwierige Aufgaben oder
Situationen erfolgreich bewältigen
können?

Resilienz in der Erziehung



Entwicklung ist
das lebenslange
Überwinden von
Aufgaben und
Schwierigkeiten.

Was heisst Resilienz?

- Resilienz ist eine Art psychischer Widerstandsfähigkeit, gewissermassen das Immunsystem der Seele.
- Resilienz ist nicht angeboren, sondern im Laufe der Entwicklung erlernt.

Paradigmawechsel

- Focus auf die Bewältigung von Lebensaufgaben
- Unterstützung der Kompetenzen und Fähigkeiten jedes einzelnen Kindes
- Das Kind bewältigt und gestaltet aktiv sein Leben.

Schutzfaktoren in der Familie

Optimismus

Problemlöseverhalten

Hohe
Sozialkompetenz

Selbstwirksamkeits-
überzeugungen

Fähigkeit zur
Selbstregulation

Internale
Kontrollüber-
zeugung

Aktives / flexibles
Bewältigungsverhalten

Positives
Selbstkonzept



Förderung von Erziehungskompetenzen

Autoritativer
Erziehungsstil

Wirksame
Konflikt- und
Stressbewältigung



Konstruktive
Erzieher-Kind-
Kommunikation

Positives
Modellverhalten

Effektive Erziehungstechniken zur
Verhaltensstärkung bzw.
Verhaltensschwächung

Die Meinungsbildung in den ersten Lebensjahren

ICH BIN

ICH KANN



DIE ANDEREN
SIND..

Handlungsstrategien zur Förderung von in der Erzieher-Kind-Interaktion (Auswahl)

Resiliente Verhaltensweisen können gefördert werden, indem man..	Förderung von
➤ das Kind ermutigt, seine Gefühle zu benennen und auszudrücken;	Gefühlsregulation / Impulskontrolle
➤ dem Kind keine vorgefertigten Lösungen anbietet (vorschnelle Hilfeleistung vermeidet);	Problemlösefähigkeit / Verantwortungsübernahme
➤ dem Kind Aufmerksamkeit schenkt (aktives Interesse an den Aktivitäten des Kindes zeigt, sich für das Kind Zeit nimmt);	Selbstwertgefühl / Selbstsicherheit
➤ dem Kind Verantwortung überträgt;	Selbstwirksamkeitsüberzeugungen / Selbstvertrauen / Selbstmanagement
➤ dem Kind zu Erfolgserlebnissen verhilft;	Selbstwirksamkeitsüberzeugungen / Selbstvertrauen / Kontrollüberzeugung

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.

Ein resilientes Kind sagt...



Ich kann,

- mit Anderen sprechen, wenn mich etwas ängstigt oder mir Sorgen bereitet.
- Lösungen für Probleme finden, mit denen ich konfrontiert werde.
- mein Verhalten in schwierigen Situationen kontrollieren.
- spüren, wann es richtig ist, eigenständig zu handeln oder ein Gespräch mit jemandem zu suchen.
- jemanden finden, der mir hilft, wenn ich Unterstützung brauche.

Ein resilientes Kind sagt...

Ich habe Menschen um mich,

- die mir vertrauen
- 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 und die mich darin unterstützen, Neues zu lernen



Vielen Dank für die
Aufmerksamkeit

Haben Sie noch Fragen zur
resilienten Erziehung?