

sozialpsychiatrische informationen

Sonderdruck

Was fördert seelische Gesundheit?

Autor und Autorin:
Klaus Fröhlich-Gildhoff,
Maiko Rönnau-Böse
Seite 28–32

Seelische Gesundheit zu Beginn des Lebens und in der Kindheit – und wie diese zu fördern wäre

Zusammenfassung Der vorliegende Beitrag stellt Schutzfaktoren dar, die seelische Gesundheit fördern können. Dabei wird als bedeutendster außerpersonaler Schutzfaktor das Vorhandensein stabiler, sicherer Beziehungen herausgearbeitet; es werden Interaktionsparameter benannt, die die Entwicklung seelischer Gesundheit befördern. Schutzfaktoren auf der personalen Ebene sind Kompetenzen, die im Lebenslauf in der Interaktion mit Erwachsenen erworben werden und die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass Herausforderungen, Krisen des Alltags wie kritische Lebensereignisse so bewältigt werden können, dass sie letztlich zum seelischen Wachstum und zur Stärkung der Resilienz beitragen und damit Entwicklungsrisiken abpuffern können. Abschließend werden Möglichkeiten der Förderung der seelischen Gesundheit in den Institutionen der Kindertagesbetreuung und darüber hinaus vorgestellt.

ISSN 0171 - 4538

Verlag: Psychiatrie Verlag GmbH, Ursulaplatz 1,
50668 Köln, Tel. 0221 167989-11, Fax 0221 167989-20
www.psychiatrie-verlag.de, E-Mail: verlag@psychiatrie.de

Erscheinungsweise: Januar, April, Juli, Oktober

Abonnement: Print für Privatkunden jährlich 43 Euro einschl. Porto, Ausland 43 Euro zzgl. 15 Euro Versandkostenpauschale. Das Abonnement gilt jeweils für ein Jahr. Es verlängert sich automatisch, wenn es nicht bis zum 30.9. des laufenden Jahres schriftlich gekündigt wird. **Bestellungen nimmt der Verlag entgegen.**

Redaktionsanschrift: beta89, Günther-Wagner-Allee 13, 30177 Hannover

Redaktionssekretariat: Peter Weber
Tel. 0511 1238282, Fax 0511 1238299
E-Mail: si@psychiatrie.de

Redaktion:

Peter Brieger, München
Michael Eink, Hannover
Hermann Elgeti, Hannover
Eva-Maria Franck, Hildesheim
Uwe Gonther, Bremen

Silvia Krumm, Ulm
Klaus Nuißl, Regensburg
Thelke Scholz, Bremen
Annette Theißing, Hannover
Samuel Thoma, Berlin

Dyrk Zedlick, Leipzig

Autor und Autorin:
Klaus Fröhlich-Gildhoff,
Maike Rönnau-Böse



Seelische Gesundheit zu Beginn des Lebens und in der Kindheit – und wie diese zu fördern wäre

Zusammenfassung Der vorliegende Beitrag stellt Schutzfaktoren dar, die seelische Gesundheit fördern können. Dabei wird als bedeutendster außerpersonaler Schutzfaktor das Vorhandensein stabiler, sicherer Beziehungen herausgearbeitet; es werden Interaktionsparameter benannt, die die Entwicklung seelischer Gesundheit befördern. Schutzfaktoren auf der personalen Ebene sind Kompetenzen, die im Lebenslauf in der Interaktion mit Erwachsenen erworben werden und die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass Herausforderungen, Krisen des Alltags wie kritische Lebensereignisse so bewältigt werden können, dass sie letztlich zum seelischen Wachstum und zur Stärkung der Resilienz beitragen und damit Entwicklungsrisiken abpuffern können. Abschließend werden Möglichkeiten der Förderung der seelischen Gesundheit in den Institutionen der Kindertagesbetreuung und darüber hinaus vorgestellt.

Was ist »Seelische Gesundheit«?

Der Begriff der seelischen Gesundheit kann vielfältig definiert und operationalisiert werden: Als (allumfassendes) Wohlbefinden, das Befriedigt-Sein grundlegender seelischer Grundbedürfnisse (z.B. Grawe 2004) als Vorhandensein von »Lebenskompetenzen« (WHO 1994) oder als »Resilienz« (also: seelische Widerstandskraft, vgl. z.B. Fröhlich-Gildhoff, Rönnau-Böse 2019), um Herausforderungen und kritischere Situationen erfolgreich und entwicklungsförderlich bewältigen zu können und seelisch daran zu wachsen.

Im Folgenden werden (Schutz-)Faktoren betrachtet, die die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass sich Kinder – und später Jugendliche und Erwachsene – seelisch gesund entwickeln und eben kritische Situationen bzw. Lebensereignisse (z.B. Filip 2007) bewältigen können, ohne Symptome seelischer Erkrankungen zu zeigen.

Schutzfaktoren I: Die Bedeutung haltgebender Beziehungserfahrungen

Die Schutzfaktoren- und Resilienzforschung (z.B. Bengel u. a. 2009) unterscheidet außerpersonale von personalen Faktoren:

Als stabilster *außerpersonaler* Prädiktor für eine seelisch gesunde Entwicklung wurde

eine unterstützende, haltgebende und emotional wertschätzende Beziehung identifiziert. Dies ist das zentrale Ergebnis der Entwicklungspsychologie (z.B. Dornes 2009), der Psychotherapieforschung (z.B. Grawe Donati, Bernauer 2001), der Bindungsforschung (z.B. Grossmann, Grossmann 2006) und auch der Resilienzforschung: In ihrer Zusammenschau der letzten Jahrzehnte der Resilienzforschung konstatiert Luthar (2006, S. 780): »Resilienz beruht, letztlich, auf Beziehungen.« (S. 780) Neben präsenten und wertschätzenden Elternpersonen wird die Bedeutung von sogenannten kompensatorischen Beziehungen, also z.B. Fürsorgepersonen aus dem erweiterten Familienkreis, Freunde, (Ehe-)Partner oder pädagogische/pflegerische Fachkräfte immer wieder betont. Es zeigt sich, dass es nicht entscheidend ist, zu wem diese Beziehung besteht, sondern *wie* diese Beziehung gestaltet ist, damit sie sich positiv auswirkt. Die Bezugsperson sollte (zusammengefasst aus Rönnau-Böse, Fröhlich-Gildhoff 2015; Rönnau-Böse 2013):

- konstant verfügbar sein;
- das Gegenüber wertschätzen und ohne Vorbedingungen annehmen;
- ein Gefühl von Sicherheit vermitteln; dazu gehört auch »Stressreduktion« sowie die Co-Regulation bei besonders belastenden Erregungszuständen, ebenso die Unterstützung des Aufbaus von Selbstregulationsstrategien;
- feinfühlig auf die Bedürfnisse des Kindes eingehen können;

- »eine optimistische Grundhaltung [vermitteln], die Probleme generell als Herausforderung und als Lernchance begreift, denn als Heimtücke des Schicksals oder als Beleg für die Aussichtslosigkeit eigener Anstrengungen« (Göppel 2011, S. 404);
- herausfordernde, jedoch bewältigbare Anforderungen stellen und dabei individuell-passgenaue Unterstützung anbieten, und dadurch das Selbstwertgefühl und das Selbstvertrauen stärken;
- Ermutigung aussprechen und Erfolgserückmeldung geben. Dazu gehört auch eine »Explorationsunterstützung«: Dies bedeutet, das Kind in seiner Neugier und seinem Welterkundungsverhalten zu bestärken und ihm schrittweise Autonomie zu ermöglichen, ohne die Sicherheit der Beziehung infrage zu stellen.

Wustmann (2011 S. 352) bezeichnet diese unterstützenden Personen als »Schlüsselpersonen ... [die] als »Türöffner« für neue Perspektiven und Möglichkeiten fungieren, Kraft und Zuversicht ausstrahlen oder Wärme und Geborgenheit geben«. Positive Beziehungen haben nicht nur unmittelbare Auswirkungen, sondern tragen maßgeblich zu einer seelisch gesunden Entwicklung über die Lebensspanne bei.

Die Interaktionen mit den Bezugspersonen führen zu innerseelischen Abbildern. Die Bindungsforschung¹ geht davon aus, dass

frühe Bindungserfahrungen zu einem »inneren Arbeitsmodell« (»internal working model«) führen, das später die Art und Weise des Bindungsverhaltens des Kindes sowie des Erwachsenen prägt. Dieses »innere Arbeitsmodell« – also ein übergeordnetes, innerpsychisches Abbild oder Schema – bildet dann wiederum eine sichere Basis für Neuerverhalten und eine »offene« Weltbegegnungshaltung, oder verhindert dies bei entsprechenden Beeinträchtigungen.

Eine wesentliche Variable für die Entwicklung der Bindungsrepräsentationen ist die »Feinfühligkeit« (Ainsworth u. a. 1978) der Bezugspersonen. Das ist die Fähigkeit, die Signale des Kindes (1) wahrzunehmen, (2) richtig zu interpretieren sowie (3) prompt und (4) angemessen zu beantworten.

Die entstehenden und bis etwa zum 24. Lebensmonat verfestigten innerseelischen Abbilder sind Grundlage für ein entsprechendes Bindungsverhalten, das sich nach vier Typen (sichere, ambivalent-unsichere, unsicher vermeidende, desorganisierte Bindung) klassifizieren lässt. Die inneren Abbilder wiederum steuern auch die Erwartungen an soziale Interaktionen: Wenn ein Kind oft die Erfahrung von Bindungssicherheit gemacht hat, wird es erwarten, dass es in neuen sozialen Situationen auch feinfühlig, emotional unterstützende Begegnungen erfährt und wird sich entsprechend offen sowie wenig misstrauisch und vorsichtig verhalten – oder eben nicht. Die Bindungsmuster sind relativ stabil, können aber durch neue, bedeutende und intensive Beziehungserfahrungen verändert bzw. kompensiert werden.

Zwischen dem Bindungssystem und dem Explorationssystem eines Kindes besteht eine enge Beziehung im Sinne einer Waage: Wenn die Bindungsbedürfnisse eines Kindes befriedigt sind, kann und wird es aus sich heraus die Umwelt erkunden und sich auch von den Bezugspersonen vorübergehend lösen können. Nach einer Phase der Exploration werden dann aber wieder die Bindungsbedürfnisse stärker. Dies lässt sich oft bei kleineren Kindern beobachten, die sich krabbelnd von der Bezugsperson, beispielsweise der Mutter, entfernen, sich selbst »beschäftigen«, etwas Interessantes finden, dabei aber immer wieder den Blickkontakt suchen. Nach einer Weile krabbeln sie zur Mutter zurück, kuscheln, dann geht die »Forscherreise« wieder los.

Schutzfaktoren II:

Kompetenzen auf personaler Ebene

Eine Reihe von Langzeitstudien (Analyse: Luthar 2006) und Überblicksarbeiten (zusammenfassend: Bengel u. a. 2009) hat sich damit befasst, welche Fähigkeiten bzw. Kompetenzen bedeutsam sind, um mit Herausforderungen, Krisen, Belastungen und kritischen Alltagssituationen umgehen zu können. Fingerle (2011) verwendet in diesem Zusammenhang den Begriff des »Bewältigungskapitals«: »Über Bewältigungskapital zu verfügen bedeutet, Ressourcen zu identifizieren, zu nutzen und über sie zu reflektieren, um eigene Ziele zu erreichen, das eigene Potential von Problemen und Krisen weiter zu entwickeln und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.« (ebd., S. 213)

Rönnau-Böse (2013) identifizierte in ihrer Analyse studienübergreifend sechs entsprechende Kompetenzen; sie bezeichnete diese als »Resilienzfaktoren« (Abbildung 1)². Es handelt sich um Fähigkeiten, »die das Kind in der Interaktion mit der Umwelt sowie durch die erfolgreiche Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben im Verlauf erwirbt; diese Faktoren haben bei der Bewältigung von schwierigen Lebensumständen eine besondere Rolle« (Wustmann 2004, S. 46). Auf der Grundlage dieser Fähigkeiten ist es dann möglich, Förderstrategien zu entwickeln und die Forschungsergebnisse für die Praxis nutzbar zu machen.

Selbst- und Fremdwahrnehmung

Selbstwahrnehmung umfasst vor allem die ganzheitliche und adäquate Wahrnehmung der eigenen Emotionen und Gedanken. Gleichzeitig spielt die Selbstreflexion eine Rolle, d. h. die Fähigkeit, sich zu sich selbst in Beziehung setzen zu können. Fremdwahrnehmung meint die Fähigkeit, andere Personen und ihre Gefühlszustände angemessen und möglichst »richtig« wahrzunehmen bzw. einzuschätzen und sich in deren Sicht- und Denkweise versetzen zu können.

Selbstwirksamkeit

Entsprechend den Lebenserfahrungen, die ein Individuum insbesondere in den ersten Lebensjahren macht, »entwickelt es eine Grundüberzeugung darüber, inwieweit das Leben einen Sinn macht, ob Voraussehbarkeit und Kontrollmöglichkeit besteht, ob es sich lohnt, sich einzusetzen und zu engagieren [...]. Diese lebensgeschichtlichen Erfahrungen führen zu bestimmten Erwartungen, in welchem Ausmaß dieses Grundbedürfnis befriedigt wird« (Grawe 1998, S. 350). Kontrollierenleben wird über (Beziehungs-)Erfahrungen von Regelmäßigkeit und Verlässlichkeit aufgebaut. Wenn das (kleine) Kind erlebt, dass seine Bedürfnisse und Äußerungen wahrgenommen und beantwortet werden und dass Abläufe, z. B. beim Einschlafritual, weitestgehend gleichartig verlaufen, kann es auf kognitiver Ebene Verständnis für die Außenwelt ent-

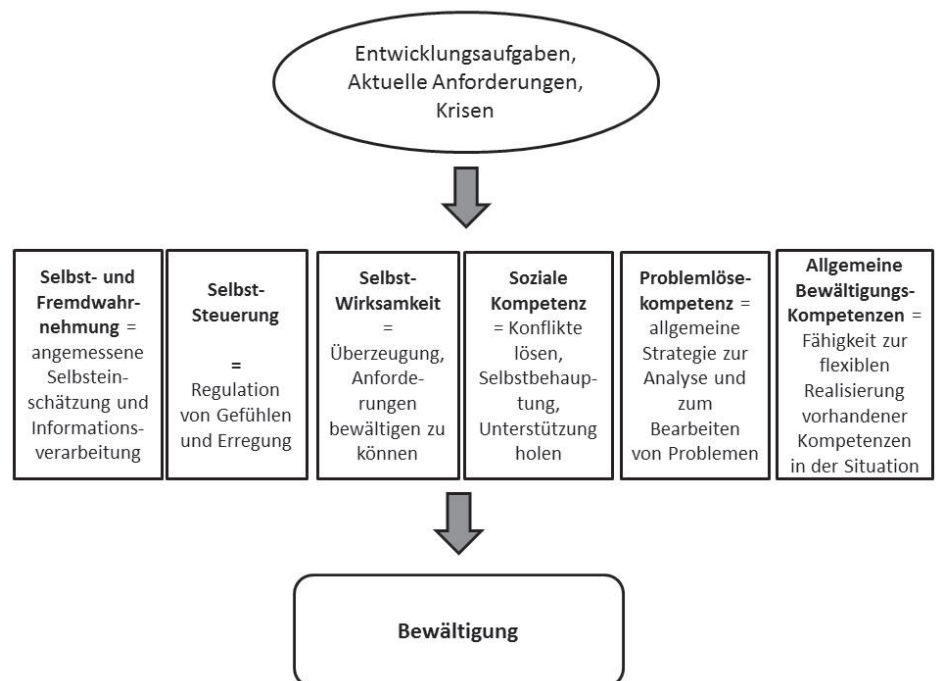


Abbildung 1: Sechs zentrale Resilienzfaktoren

wickeln und entsprechende Schemata aufbauen. Auf emotionaler Ebene entsteht ein Grundgefühl von Sicherheit.

Das Erleben von Kontrolle steht in engem Zusammenhang mit dem Erleben von Selbstwirksamkeit (»self-efficacy«, Bandura 1995, 1997). Selbstwirksam zu sein heißt, aufgrund bisheriger Erfahrungen auf seine Fähigkeiten und verfügbaren Mittel vertrauen zu können und davon auszugehen, dass man ein bestimmtes Ziel – auch wenn dazu Hindernisse zu überwinden sind – am Ende tatsächlich erreichen kann.

Eine große Bedeutung haben dabei die Erwartungen, ob das eigene Handeln zu Effekten führt oder nicht. Diese Erwartungen steuern schon im Vorhinein das Herangehen an Situationen und Aufgaben und damit auch die Art und Weise der Bewältigung. Sie führen so oftmals zu einer Bestätigung des eigenen Selbstwirksamkeitserlebens.

Selbstwirksamkeitserwartungen werden vor allem über direkte Handlungserfahrungen, sog. »Urheberschaftserfahrungen« (Dornes 2009), entwickelt: Wenn ein Kind die Erfahrung macht, dass das eigene Handeln zu Wirkungen führt – und es diese Wirkungen auf sich selbst zurückführen kann –, dann wächst die entsprechende Grundüberzeugung. Erfolge stärken die Erwartung von Selbstwirksamkeit und Misserfolge wirken sich entsprechend ungünstig aus.

Soziale Kompetenz

Hier ist insbesondere die Fähigkeit gemeint, Unterstützung durch andere einzufordern, aber auch wahr- und annehmen zu können. Dadurch werden soziale Ressourcen aktiviert, die in Belastungssituationen schützend wirken. Um diese sozialen Unterstützungspotenziale zu mobilisieren, sind angemessene Beziehungskompetenzen notwendig. Diese beinhalten vor allem effektive Kommunikationsfähigkeiten und das Gespür für soziale Verhaltensregeln. Sozial kompetente Menschen haben gelernt, sich unterstützende Netzwerke aufzubauen und diese in Krisenfällen zu aktivieren und sich zu nutzen (Wustmann 2004, S. 103).

Selbstregulation

Sich selbst regulieren zu können, umfasst die Fähigkeit, eigene innere Zustände, also hauptsächlich Gefühle und Spannungszu-

stände herzustellen und aufrechtzuerhalten sowie deren Intensität und Dauer selbstständig beeinflussen bzw. kontrollieren zu können – und damit auch die begleitenden physiologischen Prozesse und Verhaltensweisen zu regulieren. Dazu gehört beispielsweise das Wissen, welche wirkungsvollen Strategien zur Selbstberuhigung und Handlungsalternativen es gibt.

Problemlösefähigkeiten

Werden Problemlösefähigkeiten im Rahmen des Resilienzkonzepts definiert, so ist damit vor allem die Kompetenz verbunden, zielorientiert Pläne zu verfolgen und auch angesichts belastender Lebensereignisse effektive Strategien zur Erreichung der Ziele zu entwickeln. Die damit verknüpfte Zielorientierung und Planungskompetenz führt zu einer optimistischeren Haltung in Bezug auf die Zukunft. Darüber hinaus analysieren resiliente Menschen mit hohen Problemlösefähigkeiten ihre eigenen Ressourcen im Hinblick auf ihre Belastungen und reagieren damit realistischer und besser vorbereitet auf schwierige Situationen. Entscheidungen können so leichter getroffen und Strategien effektiver auf unbekannte Situationen angewendet werden (vgl. Rönnau-Böse 2013, S. 92).

Aktive Bewältigungskompetenzen/ Umgang mit Stress

Menschen empfinden den Charakter von belastenden und/oder herausfordernden sowie als »stressig« erlebten Situationen unterschiedlich. Es geht darum zu lernen, solche Situationen angemessen einschätzen, bewerten und reflektieren zu können, um dann die eigenen Fähigkeiten in wirkungs-

voller Weise zu aktivieren und umzusetzen, um so die Stresssituation zu bewältigen. Bedeutsam für den Umgang mit Stress ist dabei das *aktive* Zugehen auf solche Situationen und das aktive wie angemessene Einsetzen von Bewältigungsstrategien. Zum adäquaten Umgang mit Stress gehört allerdings ebenfalls das Kennen der eigenen Grenzen und Kompetenzen sowie die Fähigkeit, sich bei Bedarf soziale Unterstützung zu holen.

Diese – hier analytisch getrennten – Fähigkeiten sind nicht unabhängig voneinander: So sind beispielsweise für sozial kompetentes Verhalten auch eine angemessene Fremdeinschätzung und gute Selbstregulationsfähigkeiten bedeutsam.

Förderung der seelischen Gesundheit

Es gibt eine Reihe von Programmen, die den Anspruch haben, »breiter«, d.h. über die Prävention von potenziellen Verhaltensauffälligkeiten hinaus, seelische Gesundheit zu fördern. Zu nennen wären hier die Programme »Prävention und Resilienz in Kindertageseinrichtungen PRiK« (Fröhlich-Gildhoff, Rönnau-Böse, Dörner 2019), »EFFEKT« (Lösel u. a. 2007) oder »Papilio« (Mayer, Heim, Peter, Scheithauer 2016), die in Kindertageseinrichtungen eingesetzt werden. Bedeutsam ist dabei, dass diese Programme im Rahmen des Settingansatzes eingebunden werden. Dies bedeutet, dass sich in einem Organisationsentwicklungsprozess die gesamte Einrichtung auf den Weg macht, um seelische Gesundheit zu fördern (vgl. hierzu Fröhlich-Gildhoff, Rönnau-Böse 2018). Dies schließt pädagogische Fachkräfte, Eltern, Kinder und umgebende Netzwerke ein und impliziert gezieltes Handeln auf vier Ebenen (Abbildung 2).

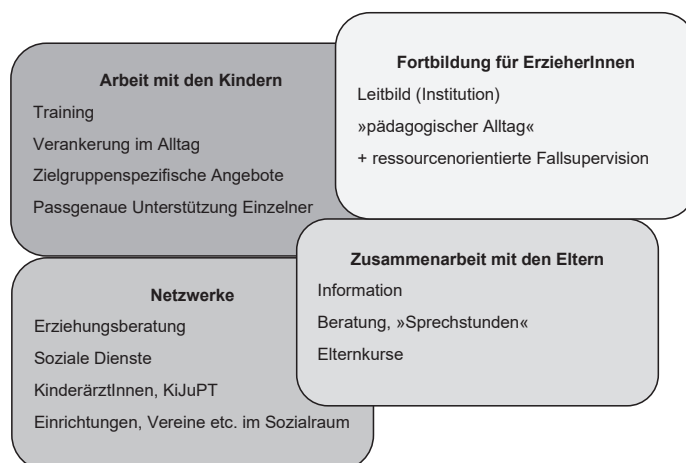


Abb. 2: Mehrebenenansatz bei der Förderung der seelischen Gesundheit

Es kann also nicht allein darum gehen, die Bewältigungs- bzw. Lebenskompetenzen der Kinder zu erhöhen. Ebenso wichtig sind:

- eine veränderte Grundhaltung der pädagogischen Fachkräfte, die deutlich Stärken und Ressourcen von Kindern und Eltern ansprechen und fördern sollten. Dazu gehört auch die Realisierung der o.g. entwicklungsförderlichen Aspekte in der Interaktion mit Kindern und Eltern;
- Kompetenzen der Fachkräfte, um in pädagogischen Alltagssituationen Resilienzfaktoren gezielt anzusprechen und zu stärken – z.B. indem Kindern in ihrer »Zone der nächsten Entwicklung« (Wygotsky 1987) Aufgaben gestellt werden, sie zur Bewältigung ermutigt werden und der Prozess des Umgehens mit der Aufgabe altersangemessen reflektiert wird;
- auf struktureller Ebene Zeiträume, damit Fachkräfte auf die je individuellen Bedürfnisse eines Kindes eingehen und Beziehungen entsprechend gestalten können. Wenn ein Kind beispielsweise aus unsicheren Bindungserfahrungen heraus immer wieder (möglicherweise als herausfordernd erlebte) Verhaltensweisen zeigt, um Zuwendung zu erhalten, so sollte das Kind dabei nicht ignoriert oder für sein »störendes« Verhalten bestraft werden. Es ist pädagogisch und strukturell zu gewährleisten, dass dieses Kind unterstützende, kompensatorische, sichere Beziehungserfahrungen machen kann.

Die seelische Gesundheit von Kindern kann von der ersten Lebensminute gefördert werden. Im Zentrum steht dabei – in den Institutionen der Kindertagesbetreuung, genauso aber im Familienalltag – eine Beziehungsgestaltung zwischen Erwachsenen und (kleinen) Kindern, die einerseits durch ein möglichst hohes Maß an Wertschätzung und Achtung, emotionaler Wärme und Unterstützung, andererseits durch ihren Entwicklungsstand angemessene, adäquate Anforderungen sowie Klarheit, Halt und Orientierung gekennzeichnet ist (Baumrind 2008). Hierfür benötigen Eltern, manchmal auch professionelle Bezugspersonen, Reflexionsmöglichkeiten und u.U. Unterstützung. Gerade in einem Zeitalter der Vielfalt und Multioptionalität stehen Eltern »unter Druck« (Henry-Huthmacher 2008) und sind öfter verunsichert darüber, was »richtige Erziehung« ausmacht. Auch hier können Institutionen wie Krippen und Kindertageseinrichtungen gute Partner darstellen, wenn sie konzeptionell entsprechend aufgestellt sind und über ausreichende Ressourcen verfügen.

Anmerkungen

1 Das Konzept der Bindungsforschung ist an verschiedenen Stellen (z. B. Grossmann, & Grossmann 2006) ausführlich beschrieben, sodass an dieser Stelle nur die Grundgedanken dargestellt werden; diese basieren auf der entsprechenden Grundlagenliteratur.

2 Das hier vorgestellte, empirisch basierte Konzept der Resilienz- bzw. Bewältigungsfaktoren weist große Überschneidungen zum Konzept der »Lebenskompetenzen« (WHO 1994) auf. Diese »Lebenskompetenzen« sind ein wesentlicher Bestandteil der Strategie bzw. der Empfehlungen des vom deutschen Bundesgesundheitsministerium ausgerufenen Nationalen Gesundheitsziels »gesund aufwachsen« (Bundesministerium für Gesundheit 2010).

Literatur

- AINSWORTH MDS, BLEHAR MC, WATERS E, WALL S (1978): Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- BANDURA A (1997): Self-efficacy: the exercise of control. New York: Freeman.
- BANDURA A (Hg.) (1995): Self-Efficacy in changing societies. Cambridge: Cambridge University Press.
- BAUMRIND D (2008): Authoritative Parenting for Character and Competence. In D. Streight (Hg.): Parenting for Character: Five Experts, Five Practices (pp. 17–32). Oregon: CSEE.
- BENDEL J, MEINDERS-LÜCKING F, ROTTMANN N (2009): Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen. Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit (Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 35). Köln: BZgA.
- BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT (Hg.) (2010): Nationales Gesundheitsziel Gesund aufwachsen: Lebenskompetenz, Bewegung, Ernährung. Kooperationsverbund gesundheitsziele.de. Zugriff am 06.12.2019. Verfügbar unter http://www.bmg.bund.de/fileadmin/dateien/Publikationen/Praevention/Broschueren/Broschuere_Nationales_Gesundheitsziel_-_Gesund_aufwachsen_Lebenskompetenz__Bewegung__Ernaehrung.pdf
- DORNES M (2009): Der kompetente Säugling. Die präverbale Entwicklung des Menschen (12. Aufl.). Frankfurt a. M.: Fischer.
- FILIP S-H (2007): Kritische Lebensereignisse. In Brandtstädter J, Lindenberger U (Hg.): Entwicklungspsychologie der Lebensspanne (S. 337–366). Stuttgart: Kohlhammer.
- FINGERLE M (2011): Resilienz deuten – Schlussfolgerungen für die Prävention. In Zander M (Hg.): Handbuch Resilienzförderung (S. 208–218). Wiesbaden: VS.

- FRÖHLICH-GILDHOFF K, RÖNNAU-BÖSE M (2019): Resilienz (5. aktualis. Aufl.). München: Reinhardt.
- FRÖHLICH-GILDHOFF K, DÖRNER T, RÖNNAU-BÖSE M (2019): Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen – PRIK. (4. überarb. u. ergänzte Aufl.). München: Reinhardt.
- FRÖHLICH-GILDHOFF K, RÖNNAU-BÖSE M (2018): Prävention und Gesundheitsförderung im Setting Kindertageseinrichtung – welche Strategien sind erfolgreich? In Christiansen H, Ebert D, Röhrle B (Hg.): Prävention und Gesundheitsförderung Bd. VI. Entwicklungen und Perspektiven (S. 287–308). Tübingen: DGVT.
- GÖPPEL R (2011): Resilienzförderung als schulische Aufgabe? In Zander M (Hg.): Handbuch Resilienzförderung (S. 383–406). Wiesbaden: VS.
- GRAWE K (2004): Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.
- GRAWE K, DONATI R, BERNAUER F (2001). Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession (5. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- GRAWE K (1998): Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe.
- GROSSMANN K, GROSSMANN KE (2006): Bindungen. Das Gefüge psychischer Sicherheit (3. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- HENRY-HUTHMACHER C (2008): Eltern unter Druck. Die wichtigsten Ergebnisse der Studie. In Merkle T u. a. (Hg.): Eltern unter Druck. Selbstverständnisse, Befindlichkeiten und Bedürfnisse von Eltern in verschiedenen Lebenswelten (S. 1–24). Stuttgart: lucius & lucius.
- LÖSEL F, JAURSCH S, BELLMANN A, SEMMLER M (2007): Prävention von Störungen des Sozialverhaltens – Entwicklungsförderung in Familien: Das Eltern- und Kindertraining EFFEKT. In v. Suchodoletz W (Hg.): Prävention von Entwicklungsstörungen (S. 215–234). Göttingen: Hogrefe.
- LUTHAR SS (2006): Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In Cicchetti D, Cohen DJ (Hg.): Developmental Psychopathology: Risk, disorder, and adaptation (2nd ed., pp. 739–795). New York: Wiley.
- MAYER H, HEIM P, PETER C, SCHEITHAUER H (2016): Papilio: Ein Programm für Kindertagesstätten zur Prävention von Verhaltensproblemen und zur Förderung sozial-emotionaler Kompetenz. Ein Beitrag zur Sucht- und Gewaltprävention. Theorie und Grundlagen (4. Aufl.). Augsburg: Papilio.
- RÖNNAU-BÖSE M, FRÖHLICH-GILDHOFF K (2014): Resilienzförderung im KiTa-Alltag. Was Kinder stark und widerstandsfähig macht (2., neu bearb. Aufl.). Freiburg: Herder.
- RÖNNAU-BÖSE M (2013): Resilienzförderung in der Kindertagesstätte – Evaluation eines Präventionsprojekts im Vorschulalter. Freiburg: FEL.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (1994): Life skills education in schools. parts 1 and 2. Geneva: WHO, Divisions of Mental Health.
- WUSTMANN C (2011): Resilienz in der Frühpädagogik – Verlässliche Beziehungen, Selbstwirksam-

keit erfahren. In Zander M (Hg.): Handbuch Resilienzförderung (S. 350–359). Wiesbaden: VS.

WUSTMANN C (2004): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Weinheim: Beltz.

WYGORSKY LS (1987): Ausgewählte Schriften. Band 2: Arbeiten zur psychischen Entwicklung der Persönlichkeit. Köln: Pahl-Rugenstein.

Der Autor, die Autorin

Prof. Dr. Klaus Fröhlich-Gildhoff

*Psychologie; Co-Leitung des
Forschungsinstituts Zentrum für Kinder-
und Jugendforschung (ZfKJ)
Klaus.Froehlich-Gildhoff@
eh-freiburg.ekiba.de*

Prof. Dr. Maïke Rönnau-Böse

*Pädagogik der Kindheit
roennau-boese@eh-freiburg.de
Evangelische Hochschule Freiburg
Bugginger Str. 38
79114 Freiburg*