

**SCHULPASTORAL**  
**SCHULPASTORALES ZENTRUM TRAUNSTEIN**  
FÜR SCHÜLER-ELTERN-LEHRER

**AUSZUG AUS DEM JAHRESBERICHT  
2009 - 2010 :**

**LEITARTIKEL ZUM  
SCHWERPUNKTTHEMA:**

**RESILIENZ**



**KINDER UND JUGENDLICHE  
FÜR KRISEN STARK MACHEN**

**JAHRESBERICHT 2009 -2010**

Adresse:

**SCHULPASTORALES ZENTRUM TRAUNSTEIN**

Kardinal-Faulhaber-Str. 6  
83278 Traunstein  
(0861) 2090-305 (Tel) -306 (Fax)  
e-mail: [info@schulpastorales-zentrum-traunstein.de](mailto:info@schulpastorales-zentrum-traunstein.de)  
<http://www.schulpastorales-zentrum-traunstein.de>

**ÖFFNUNGSZEITEN**

Dienstag 10:00 – 15:00 Uhr  
Mittwoch 07:30 – 10:00 Uhr

**NEUE  
ÖFFNUNGSZEITEN**

DIENSTAG  
10:00 – 15 UHR  
MITTWOCH  
07:30 – 10:00 UHR

## Personen und Stundendeputate:

### **Leiter: Wolfgang Dinglreiter**

Pastoralreferent, Dipl. Theologe und Dipl. Sozialpädagoge, Religionslehrer: Maria Ward MRS in Sparz/Traunstein; 11 Schulstunden für Schulpastoral  
Schwerpunkte: Leitung, Lehrer/innen - Fortbildung, Soziales Lernen, Oasentage, Gewaltfreie Kommunikation, Schulentwicklung, Krisenpädagogie



### **Stellvertretender Leiter: Martin Berwanger**

Dipl. Theologe, Religionslehrer i. K.: Berufsschule II in Traunstein, Supervisor;  
5 Schulstunden für Schulpastoral mit den Schwerpunkten: Stellvertretende Leitung, Krisenseelsorge in Schulen, Krisenpädagogik, Lehrer/innengesundheit



### **Peter Klein**

Dipl. Theologe, Religionslehrer i. K.: Maria Ward MRS in Sparz/Traunstein;  
3 Schulstunden mit den Schwerpunkten: Computer, Homepage und Layout  
(übernimmt auch Betreuungsaufgaben an der Homepage für den Fachbereich Schulpastoral)



### **Christine Eglseer**

Verwaltungsangestellte  
5 Stunden im SPT für die Arbeitsbereiche Büroorganisation, Schriftverkehr, Buchführung und Fortbildungsmanagement



## **Birgit Berwanger**

Psychologin (Magister Artium), Erzieherin,  
5 Stunden für Schulpastoral,  
Leiterin der Projektstelle „Prävention gegen sexuelle Gewalt“



## **Rosmarie Brandstetter**

Religionspädagogin, Gemeindefereferentin: Maria Ward MRS in Sparz/Traunstein;  
1 Schulstunde für Schulpastoral  
Schwerpunkte: Sozialkompetenztraining, Prüfungsangstseminare



## **Gabriele Luber**

Religionspädagogin: evangelisches Dekanat Traunstein;  
2 Schulstunden für Schulpastoral mit dem Schwerpunkt: Projektstelle JoA  
(Jugendliche ohne Ausbildungsplatz)



## **Dr. Andreas Peschl**

Dr. phil, Dipl. Theologe, Magister Artium, Religionslehrer i. K.: Berufsschule I in  
Traunstein; Supervisor  
5 Schulstunden für Schulpastoral mit den Schwerpunkten: Projektstelle JoA (Ju-  
gendliche ohne Ausbildungsplatz), Werteorientierung, Lehrer/innenfitness



## **Irmi Resch**

Religionslehrerin i.K.: Franziska-Hager Grundschule, Prien am Chiemsee;  
2 Schulstunden für Schulpastoral mit den Schwerpunkten: Sozialwirksame Schu-  
le, Schülersprechstunde, Gewaltfreie Kommunikation, Stilleübungen



## **Karin Stadler**

Religionslehrerin i. K.: Ludwig-Thoma Grundschule: Außenstelle Kammer  
2 Schulstunden für Schulpastoral mit den Schwerpunkten: Versöhnungskultur  
und Ganztagschule



## **Martin Ströber**

Religionslehrer i. K., Komponist, Rockmusiker: Volksschule Tittmoning;  
10 Schulstunden für Schulpastoral mit den Schwerpunkten: Streitschlichtung,  
Gewaltprävention, Soziales Lernen, Schülerseminare, Lehrer/innenfortbildung



## RESILIENZ

### Gesund und sicher aufwachsen trotz widriger Umstände - Kinder und Jugendliche für Krisen stark machen!

In unserer modernen Gesellschaft nehmen die Risiken kindlicher Entwicklung zu. Viele Kinder sind schon früh Belastungen wie Scheidung der Eltern, Krankheit oder Tod eines nahen Angehörigen, Armut oder Migration ausgesetzt.

Wie können wir bei uns anvertrauten Kindern und Jugendlichen Stärken und Kompetenzen fördern, die ihnen helfen, an schmerzlichen Erfahrungen nicht zu scheitern, sondern stattdessen Wachstums- und Überlebenskräfte zu entwickeln?

Diese Fähigkeit, mit schmerzlichen Erfahrungen kreativ umzugehen und sein Leben trotz belastender Umstände erfolgreich zu gestalten, nennen Fachleute Resilienz. Resilienz im Sinne von seelischer Widerstandskraft wird erst seit den 50er Jahren wissenschaftlich erforscht. Die Pionierstudie auf diesem Gebiet stammt von Emmy Werner. Werner und ihr Team begleiteten alle Kinder des Jahrgangs 1955 auf der Insel Kauai bis zu ihrem dreißigsten Lebensjahr mit ihren wissenschaftlichen Forschungen. Das Erstaunliche an der Kauai-Studie war, dass ein Drittel der als „Risiko- Kinder“ eingestuft Menschen trotz massiver Belastungen störungsfrei und sozial kompetent blieben, während man bis dato davon ausging, dass derart belastete Kinder in jedem Fall Störungen entwickeln würden.

Seither ist das Interesse an der Resilienzforschung stetig gewachsen. Sowie in der Gesundheitsforschung seit Aron Antonovsky (Salutogenese) danach gesucht wird, was Menschen brauchen, um sich gesund zu fühlen, so suchen Psychologen und Pädagogen seit Emmy Werner nach brauchbaren Antworten auf die Frage nach der Immunität gegenüber Lebenskrisen. Ausgangspunkt sind dabei immer die Ressourcen des Heranwachsenden und nicht seine Schwächen.

Man geht inzwischen davon aus, dass jedes Leben durch eine Vielzahl von Schutz- und Risikofaktoren, die in Wechselwirkung zueinander stehen, bedingt ist. Aus dieser komplexen Wechselwirkung entsteht Resilienz als „erworbene Stärke“. Resilienz ist gekennzeichnet durch eine interne Kontrollüberzeugung, einen realistischen Attributionsstil, eine hohe Selbstwirksamkeitsüberzeugung, sowie durch den Glauben, Probleme verstehen und bewältigen zu können.

Wichtige Handlungsmuster resilienter Menschen können wie folgt beschrieben werden:  
Resiliente Menschen ...

- stehen mit ihren Gefühlen in Kontakt
- verschließen die Augen nicht vor der Krise
- suchen nach Lösungen
- holen sich Unterstützung
- fühlen sich nicht lange als Opfer der Situation
- bleiben optimistisch
- differenzieren
- geben sich nicht (allein) selbst die Schuld
- planen voraus.





Dabei haben resiliente Menschen mindestens genauso viele Krisen zu bestehen wie die Durchschnittsmenschen, denn in einer unterfordernden Umwelt kann kaum jemand seine Selbstwirksamkeit erfahren. Es scheint, als seien kleine bis mittlere Krisen im Laufe des Lebens eine Voraussetzung für Resilienz.

Resilienz, verstanden als positives Gleichgewicht von Risiko- und Schutzfaktoren, ist jedoch keine lebenslange, unveränderliche Eigenschaft; vielmehr ist sie den Schwankungen des Lebens unterworfen und muss immer wieder neu entwickelt werden.

Denn Schutzfaktoren bestehen nicht allein aus angeborenen Eigenschaften, sondern darüber hinaus aus Fähigkeiten, die erst im Laufe des Lebens entwickelt werden.



## Welchen Beitrag kann nun die Schule zur Entwicklung von Resilienz leisten?

Eine grundlegende Voraussetzung dafür ist die Gestaltung tragfähiger Beziehungen zwischen Schülern und Lehrern sowie unter den Jugendlichen. Auf dieser Basis besteht die Möglichkeit, Freundschaften zu schließen, Kommunikation zu pflegen und sich ein soziales Netz zu schaffen, auf das im Notfall zurückgegriffen werden kann. Das Erlernen von differenziertem und analytischem Denken ist die Voraussetzung für die Einschätzung von schwierigen Lebenssituationen. Darüber hinaus ist schulischer Erfolg eine Möglichkeit, sich als selbstwirksam zu erleben. Auch sollte Schule ein Ort sein, wo Kinder klare Strukturen finden, sich mit Regeln auseinandersetzen und ihre Verhaltensweisen überprüfen können.

Weiterhin kann die Schule Gelegenheiten bieten, dem Sinn des eigenen Lebens nach zu spüren, eigene Talente und Fähigkeiten zu entdecken, sowie Ziele und Aufgaben für die Zukunft zu setzen.

## Was können die einzelnen Lehrer/innen zur Förderung von Resilienz beitragen?

Die Basis für jedes pädagogische Handeln ist die Selbstwahrnehmung. Denn erst ein bestimmter Grad an Selbstwahrnehmung macht es möglich, sich in andere Menschen einzufühlen. Hilfreiche Methoden zur Selbstwahrnehmung und -reflexion sind die Supervision und Kollegiale Beratung.

Um Schüler besser verstehen zu können, sollten Elterngespräche oder Einzelgespräche mit dem Schüler geführt werden. Deshalb ist es wichtig, Lehrer als Verbündete für die Umsetzung dieses ressourcenorientierten Ansatzes in der pädagogischen Arbeit zu gewinnen.

Zu der gemeinsam von der Erziehungsberatungsstelle Traunstein und dem Schulpastoralen Zentrum Traunstein geplanten **Fachtagung zum Thema Resilienz, am 1. Februar 2011**, sollen aber nicht nur Lehrer/innen eingeladen werden, sondern auch pädagogische Fachkräfte, die im Bereich der frühen und medizinischen Hilfen sowie in der Jugendhilfe tätig sind. Gemeinsam mit ihnen sollen in verschiedenen Workshops am Nachmittag die Impulse zur Förderung der psychischen Widerstandsfähigkeit, die der Freiburger Psychologe Wolfgang Jaede in seinem Vortrag am Vormittag geben wird, für die Praxis umgesetzt werden.

Denn nur dann können Schüler lernen, ihr „eigener Steuermann“ zu werden, auf sich zu hören und an sich zu glauben, Risiken und Ressourcen richtig einzuschätzen und „Stürme“ und Herausforderungen alleine oder mit Hilfe anderer erfolgreich zu bewältigen. (Jaede)

Martin Berwanger