

# Resilienzstärkung von Kindern im Ganztag

Gemeinsam gute Ganztagschule gestalten

03.09.2025

Julia Looschen

Ausbilderin inklusive Schule

[julia.looschen@nibis.de](mailto:julia.looschen@nibis.de)



# Agenda

- 
- Begrüßung und Einführung
  - Herausforderungen im Alltag von Kindern und Jugendlichen
  - Resilienz verstehen und beobachten
  - Prävention und Intervention
  - Reflexion und Ausblick

# Austausch

Was bedeutet  
Resilienz für  
Sie?

Warum ist sie  
im Ganztag  
wichtig?

# Herausforderungen im Alltag von Kindern und Jugendlichen



- **Familiäre Konflikte** (z. B. Streit zwischen Eltern, Trennung, Scheidung)
- **Schwierigkeiten in der Schule** (Notendruck, Leistungsstress, Mobbing)
- **Probleme mit Freundschaften** (Streit, Ausgrenzung, Gruppendruck)
- **Psychische Belastungen** (Angst, Unsicherheit, Selbstzweifel)
- **Körperliche und gesundheitliche Herausforderungen**
- **Veränderungen und Verluste** (Umzug, Tod einer nahestehenden Person)
- **Soziale Ungleichheiten und Armut**
- **Belastende Ereignisse in der Gesellschaft** (Kriege, Umweltkrisen, Pandemie)
- **Hohe Erwartungen von außen** (Familie, Schule, Gesellschaft)
- **Digitale Medien und Cybermobbing**

# Familiäre Konflikte

---

- Gewalttaten, die in körperlicher, sexueller, seelischer oder wirtschaftlicher Form stattfinden und innerhalb einer Familie oder eines Haushalts vorkommen zählen zu **häuslicher Gewalt**.  
(vgl. Europarat 2011, S. 5)
  - Gewalt zwischen Beziehungspartner\*innen
  - generationsübergreifende Gewalt (z. B. Eltern-Kind, Geschwister)
- **Partnerschaftsgewalt** als besondere Herausforderung für Kinder und Jugendliche
  - nicht aktiv beteiligt
  - teils schon im Mutterleib Zeuge

# Gewaltzyklus nach Walker

- Spannungsaufbau
  - Kleinere gewalttätige Zwischenfälle
  - Realitätsleugnung
  - Decken des Täters
- Gewalttat
  - Kontrollverlust
  - Unbeherrschbare Entladung der Spannungen
- Zuwendung, reuiges, liebevolles Verhalten
  - Reue des Täters und Versprechungen, es nie wieder zu tun
  - Spannungen sind verschwunden
  - Charmantes, liebesvolles Verhalten des Täters
  - Schuldverschiebung



# Hindernisse für die Loslösung aus einer Gewaltbeziehung

---

- Eigendynamik von Gewaltbeziehungen
- mangelnde oder unangemessene Unterstützung durch das Umfeld (privat und/oder öffentlich)
- Angst vor Eskalation der Gewalt bei Trennung
- Schuldgefühle, den Kindern den Vater zu „nehmen“
- wirtschaftliche Existenzängste
- Angst vor Einsamkeit

# Partnerschaftsgewalt gegen Frauen in Deutschland

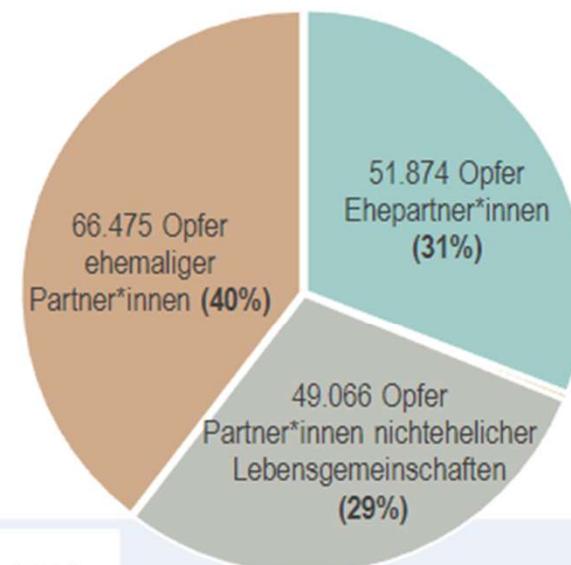


## Zahlen des Bundeskriminalamts für das Jahr 2023

- Die Anzahl der Opfer partnerschaftlicher Gewaltdelikte ist im Berichtsjahr 2023 gegenüber 2022 im Hellefeld um 6,4 % gestiegen (2023: 167.865, 2022: 157.818).
- 79,2% der Opfer von Partnerschaftsgewalt waren im Jahr 2023 weiblich (132.966 weibliche Opfer).

## Beziehung des Opfers zum/zur Tatverdächtigen

- Ehepartner
- Eingetragene Lebenspartnerschaft
- Partner nichtehelicher Lebengemeinschaften
- Ehemalige Partnerschaften



(vgl. BKA 2024)



# **Politische Strategien zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen**

---

- 1979 Übereinkommen zur Beseitigung jeder Form von Diskriminierung der Frau (CEDAW)
- 1995: Verabschiedung der „Pekinger Aktionsplattform“ (Konzept zur Förderung der Gleichstellung der Geschlechter und der Stärkung von Frauen und Mädchen) durch 189 UN-Mitgliedsstaaten
- 2011: Verabschiedung der Istanbul-Konvention zur Verhütung und Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häusliche Gewalt durch den Europarat (bislang von 46 Mitgliedsstaaten der EU unterzeichnet und in 34 Mitgliedsstaaten ratifiziert).
  - seit 1. Februar 2018 in Deutschland rechtlich verbindlich

# **Niedersächsischer Aktionsplan gegen Häusliche Gewalt und zur Umsetzung der Istanbul-Konvention**

---

- Maßnahmen seitens des Sozial-, Justiz-, Innen- und Kultusministeriums:
  - A – Gefahrenabwehr und Krisenintervention
  - B – Strafverfolgung und Opferschutzmaßnahmen
  - C – Zivilrechtlicher Gewaltschutz
  - D – Kinder als (Mit-) Betroffene von Häuslicher Gewalt
  - E – Schutz und Unterstützung
  - F – Prävention und Bildung
  - G – Förderung lokaler Handlungskompetenzen und Vernetzungsstrukturen
  - H – Landesstrukturen und Ressourcen für ein koordiniertes Vorgehen

# **Mitbetroffenheit von Kindern und Jugendlichen durch Partnerschaftsgewalt**

---

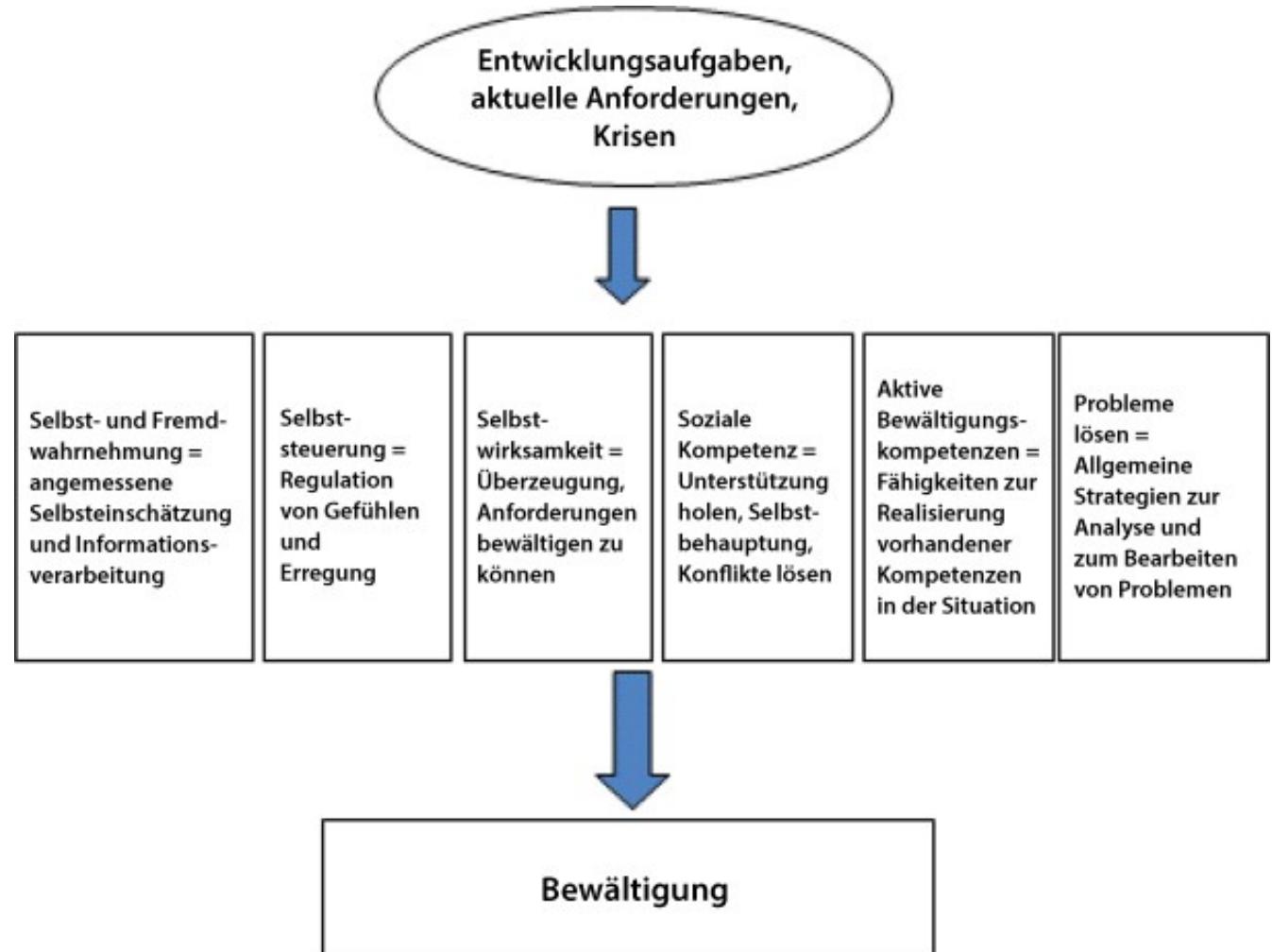
- Zeugung durch eine Vergewaltigung (u. a. auch im Kontext Zwangsheirat)
- Misshandlungen während der Schwangerschaft
- Direkte Gewalterfahrungen als Mitgeschlagene (auch als Gewalt gegen Neugeborene, Kleinkinder in der Gewaltsituation)
- Aufwachsen in einer Atmosphäre der Gewalt und Demütigung
- Überforderung als Stütze des misshandelten Elternteils
- Störung einer sicheren Bindung des Kindes zum gewaltbetroffenen Elternteil
- Fehlen einer sicheren Bindung des Kindes zum gewaltausübenden Elternteil
- Vernachlässigung der Grundbedürfnisse der Kinder und Jugendlichen
- Trennungs- und Umgangsbelastungen
- Trennungsmorde (an Kindern)

# Folgen

- Psychosomatische Probleme wie Bauchschmerzen und Kopfschmerzen
- Schlafstörungen, Albträume, Schlafwandeln
- Verhaltensauffälligkeiten
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Entwicklungsrückstände
- Angstzustände
- Aggressives Verhalten, Kriminalität
- Rückzug in sich selbst
- Schwierigkeiten im Umgang mit Gleichaltrigen
- schulische Probleme, Schulschwänzen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Drogenmissbrauch

# Resilienz verstehen...

---



# ... und beobachten

---

- **Umgang mit Stress und Rückschlägen:**  
Reagiert das Kind gelassen oder zeigt es schnelle Erholung nach Misserfolgen?
- **Problemlöseverhalten:**  
Sucht das Kind aktiv nach Lösungen oder gibt es schnell auf?
- **Soziale Beziehungen:**  
Knüpft es leicht Kontakte, sucht Unterstützung bei anderen oder zieht es sich zurück?
- **Selbstwirksamkeit:**  
Zeigt das Kind Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und übernimmt Verantwortung?
- **Emotionale Regulation:**  
Kann es Gefühle wie Ärger oder Frustration angemessen ausdrücken und kontrollieren?
- **Flexibilität:**  
Passt sich das Kind an neue Situationen an oder gerät es schnell in Stress?
- **Positive Selbstwahrnehmung:**  
Äußert es positive Gedanken über sich selbst und die Zukunft?

# Fachkraft-Kind-Beziehung

---

- emotionale Zuwendung
- ermutigende Unterstützung
- Orientierungssicherheit
- angemessene Herausforderung in Entwicklung
- Emotionsregulation
- konstant verfügbar
- vermittelt Sicherheit
- geht auf Bedürfnisse ein
- stärkt das Selbstwertgefühl und das Selbstvertrauen
- vermittelt optimistische Grundhaltung
- ermutigen und Erfolgsrückmeldung geben

# Resilienz- förderung im Alltag

---



**Selbst- und Fremdwahrnehmung:** Sinne und Gefühle



**Selbststeuerung:** Strategien zur Selbstregulation, Selbstinstruktion, Regeln und Rituale, Rückmeldungen



**Selbstwirksamkeit:** Stärken und Fähigkeiten, Herausforderungen, Reflexion über (Miss)Erfolge, Partizipation



**Soziale Kompetenz:** Kooperation, gemeinsame Problemlösung, Patenschaften



**Aktive Bewältigungsfähigkeiten:** Reflexion, Vorleben von Bewältigungsstrategien, Bewegungsspiele, Entspannungsübungen



**Problemlösefähigkeiten:** Reflexion, Abläufe thematisieren, Bücher mit Problemlösungen lesen und besprechen

# Prävention und Intervention

Arbeit mit  
Bilderbüchern

Gespräche mit  
Kindern

Resilienzförderung

Achtsamkeit in der  
Schule

Emotionstraining  
in der Schule

Glück für Kinder

# Arbeitsphase

---

Tauschen Sie sich während der Arbeitsphase untereinander aus!

Bitte notieren Sie ihre Gedanken, Anregungen und Erkenntnisse auf der Edumap!

Hierzu muss der Bearbeitungsmodus aktiviert werden:



# Reflexion & Ausblick

---

- Mein inhaltliches Aha-Erlebnis war...
- Inspiriert hat mich...
- Besonders bedeutsam ist für mich...
- Mein nächster Schritt ist...



# Literatur

- Bona, M., Burba, A. (2017): Frauenmord in Europa: Ein Vergleich zwischen unterschiedlichen Ländern. European Data JournalismNetwork. Verfügbar unter: <https://www.europeandatajournalism.eu/ger/Nachrichten/Ausfuehrlich/Frauenmord-in-Europa-Ein-Vergleich-zwischen-unterschiedlichen-Laendern> [19.07.2024].
- Deutscher Bundestag, Wissenschaftliche Dienste (2024): Gewalt in Paarbeziehungen und die Folgen für Kinder und Jugendliche. Verfügbar unter: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwimr7DHs9mlAxWWhP0HHcGoADMQFnoECBQQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.bundestag.de%2Fresource%2Fblob%2F1012042%2Fb00d81bd9a0c671a70efda4b5d79df51%2FWD-8-033-24-pdf.pdf&usg=AOvVaw1l2zkWOP5HsNgX8cqKK22j&opi=89978449> [23.09.2024]
- Europarat (2011): Übereinkommen des Europarats zur Verhütung und Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häuslicher Gewalt und erläuternder Bericht. Verfügbar unter: <https://rm.coe.int/1680462535> [19.07.2024].
- Fritz-Schubert, E., Saalfrank W., Leyhausen, M. (Hrsg.) (2015): Praxisbuch Schulfach Glück. Grundlange und Methoden. Weinheim: Beltz.
- Fox, R. (2022): Lüneburger Gesprächsleitfaden – Handreichung zur Gestaltung hilfreicher Gespräche mit Opfern häuslicher Gewalt. Lüneburg: Institut für Schule, Jugendhilfe und Familie e.V.
- Kaltwasser, V. (2016): Praxisbuch Achtsamkeit in der Schule. Selbstregulation und Beziehungsfähigkeit als Basis von Bildung. Weinheim: Beltz.
- LWL-Landesjugendamt Westfalen LVR-Landesjugendamt Rheinland (2022): Kinder und Jugendliche als Mitbetroffene von Gewalt in Paarbeziehungen Empfehlung für Jugendämter. Verfügbar unter: [https://www.lvr.de/media/wwwlvrde/jugend/jugendamt/allgemeinersozialerdienst/dokumente\\_75/Empfehlung\\_Kinder\\_Gewalt\\_in\\_Paarbeziehungen.pdf](https://www.lvr.de/media/wwwlvrde/jugend/jugendamt/allgemeinersozialerdienst/dokumente_75/Empfehlung_Kinder_Gewalt_in_Paarbeziehungen.pdf) [23.09.2024]
- Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung (Hrsg.) (2024): Niedersächsischer Aktionsplan gegen Häusliche Gewalt und zur Umsetzung der Istanbul-Konvention Verhütung und Bekämpfung von geschlechtsbezogener Gewalt. Verfügbar unter: [https://www.stk.niedersachsen.de/download/210724/Aktionsplan\\_-\\_haeusliche\\_Gewalt.pdf](https://www.stk.niedersachsen.de/download/210724/Aktionsplan_-_haeusliche_Gewalt.pdf) [17.03.2025]
- Meier, M., Isik, Dr. V. (2024): Unterrichtsprojekt: Glück für Kinder. Handlungsorientierte Materialien zur positiven Psychologie in der Grundschule. Hamburg: Persen.
- Petermann, F. et al. (2016): Emotionstraining in der Schule. Ein Programm zur Förderung der emotionalen Kompetenz. Göttingen: hogrefe.
- Walker, Leonore E. (1994): Warum schlägst du mich? Frauen werden mißhandelt und wehren sich. Eine Psychologin berichtet. München: Piper.
- Rönnau-Böse, M.; Fröhlich-Gildhoff, K. (2024): Resilienz und Resilienzförderung über die Lebensspanne. Stuttgart: Kohlhammer.