



Mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Zeiten multipler Krisen

Resilienz ganzheitlich stärken

Dr. Felix Peter

Schulpsychologe im Landesschulamt Sachsen-Anhalt



Sozial-ökologische Krisen

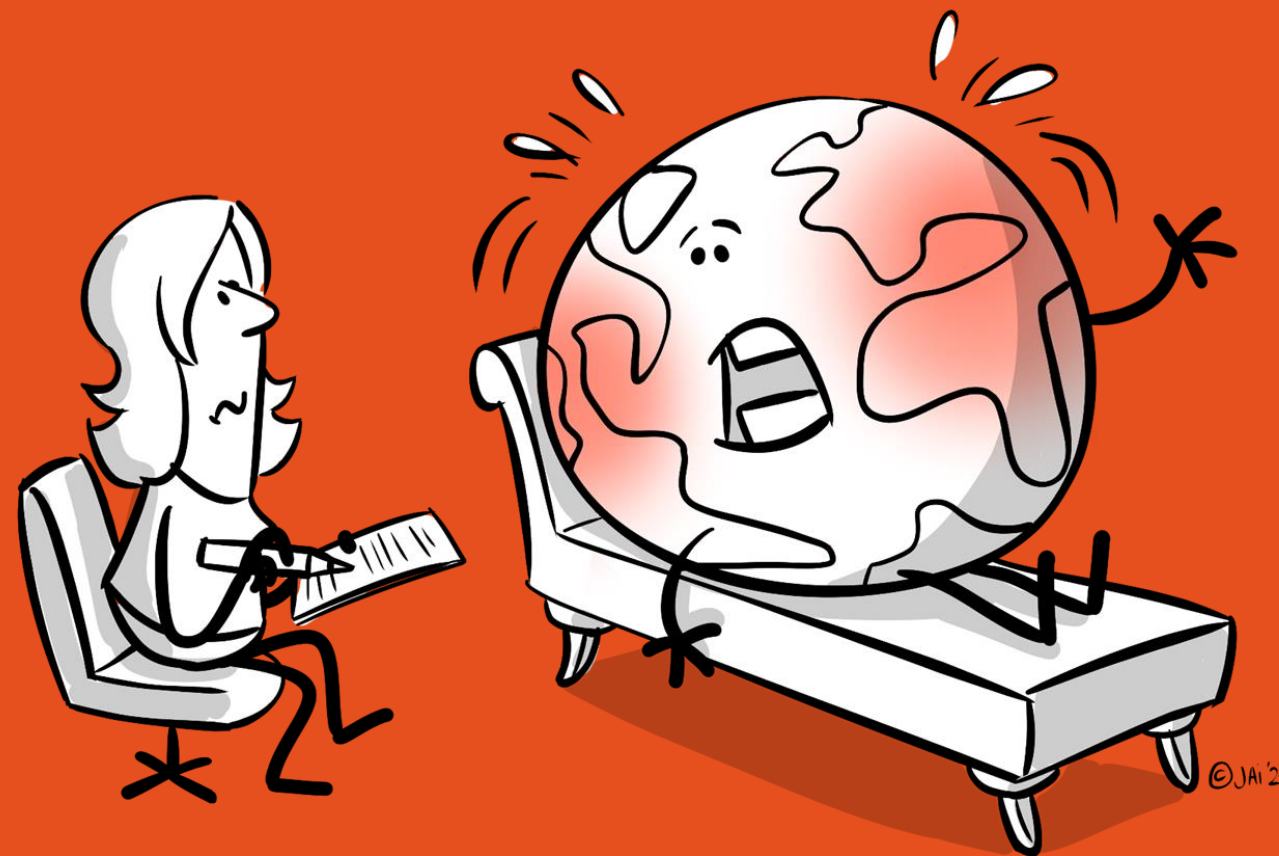
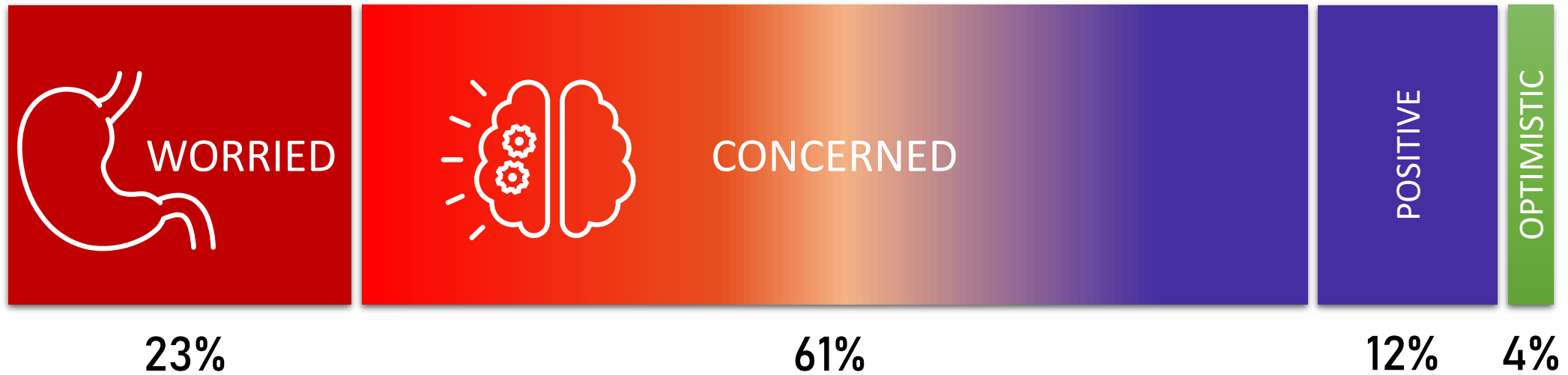


BILD: JAI WANIGESINGHE | CC BY-SA 4.0



Sozial-ökologische Krisen als globale Gefahr

„How do you feel about the outlook for the world?“

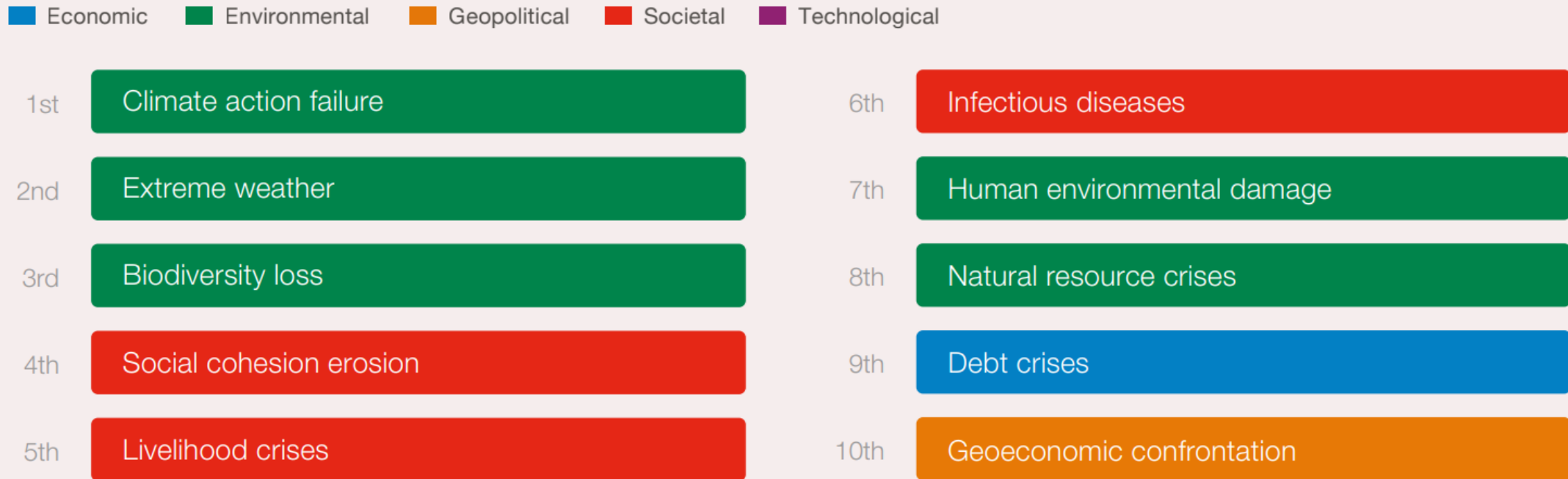


WORLD ECONOMIC FORUM GLOBAL RISKS PERCEPTION SURVEY 2021-2022



Sozial-ökologische Krisen als globale Gefahr

“Identify the most severe risks on a global scale over the next 10 years”



Source: World Economic Forum Global Risks Perception Survey 2021-2022

Soziale und ökologische Krisen in der Interaktion

- sich selbst verstärkende Kausalketten
- verstärken und beschleunigen systemische Risiken
- nicht alle sind für uns gut sichtbar

Homer-Dixon, T., Renn, O., Rockstrom, J., Donges, J. F., & Janzwood, S. (2021). *A Call for An International Research Program on the Risk of a Global Polycrisis* (SSRN Scholarly Paper 4058592). <https://doi.org/10.2139/ssrn.4058592>





Sozial-ökologische Krisen als Belastung für Kinder & Jugendliche



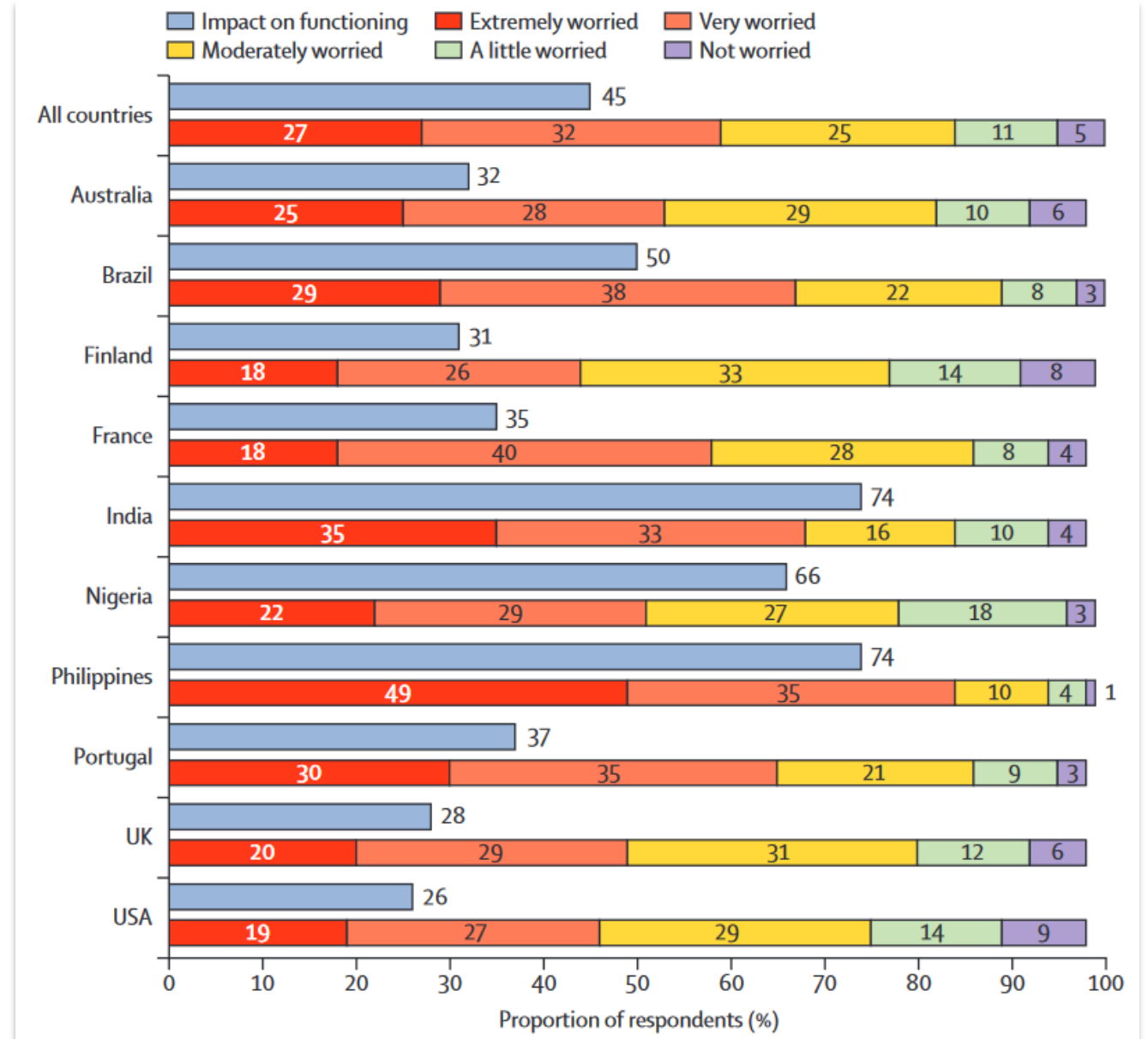
BILD: JAI WANIGESINGHE | CC BY-SA 4.0

Sozial-ökologische Krisen als subjektive Bedrohung?

Besorgnis über den Klimawandel und Auswirkungen auf die Funktionsfähigkeit.

Das Diagramm zeigt, welcher Anteil der Befragten welchen Grad der Besorgnis hinsichtlich der Globalen Erwärmung angibt. Die Daten werden für die gesamte Stichprobe (n=10 000) und nach Ländern (n=1000 pro Land) dargestellt. Zusätzlich wurde erhoben, inwiefern die Befragten Funktionsbeeinträchtigungen berichteten (befragte Altersgruppe: 16-25 Jahre).

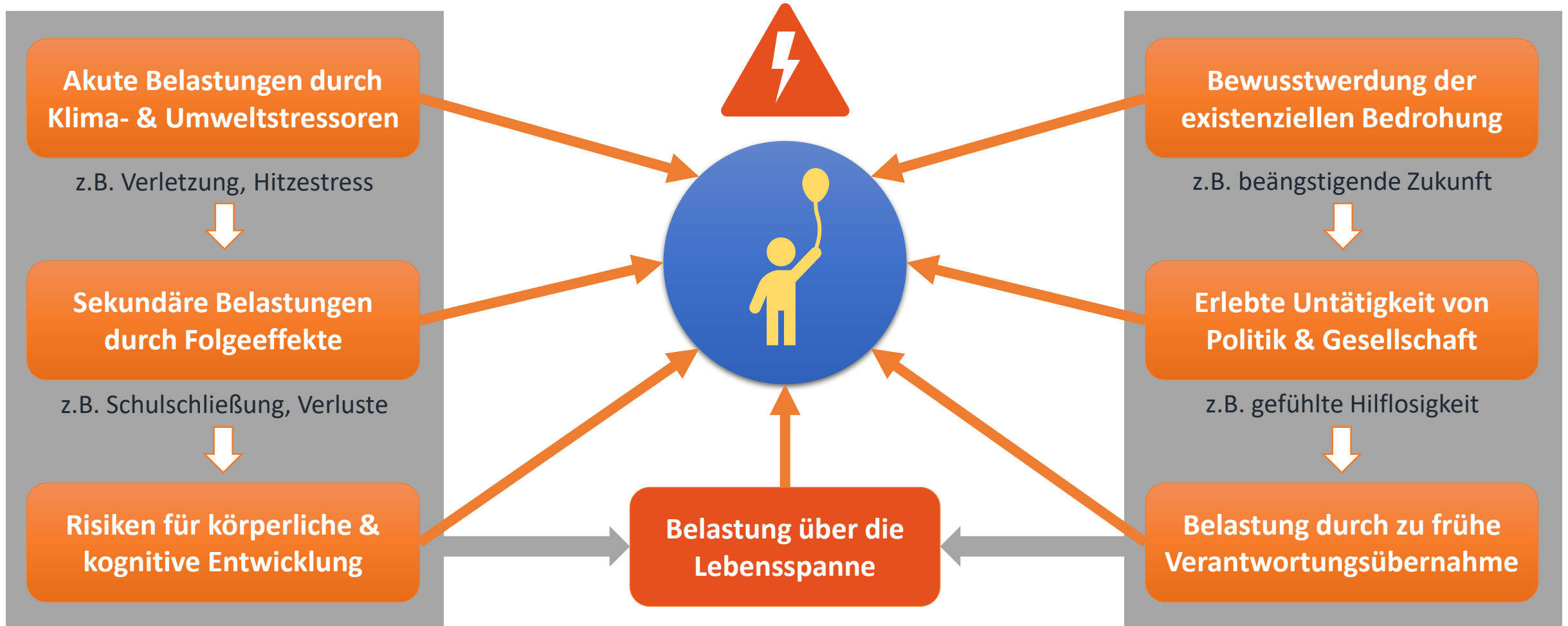
Hickman et al. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)





Peter, F., Dohm, L., & Krimmer, M. (2023). Psychische Konsequenzen der Klimakrise. Mehrfachbetroffenheit von Kindern und Jugendlichen angesichts sich verändernder Lebensbedingungen. *Monatsschrift Kinderheilkunde*, 171(2/2023), 130–137. <https://doi.org/10.1007/s00112-022-01670-x>

Sozial-ökologische Krisen als reale Bedrohung





Resilienz stärken



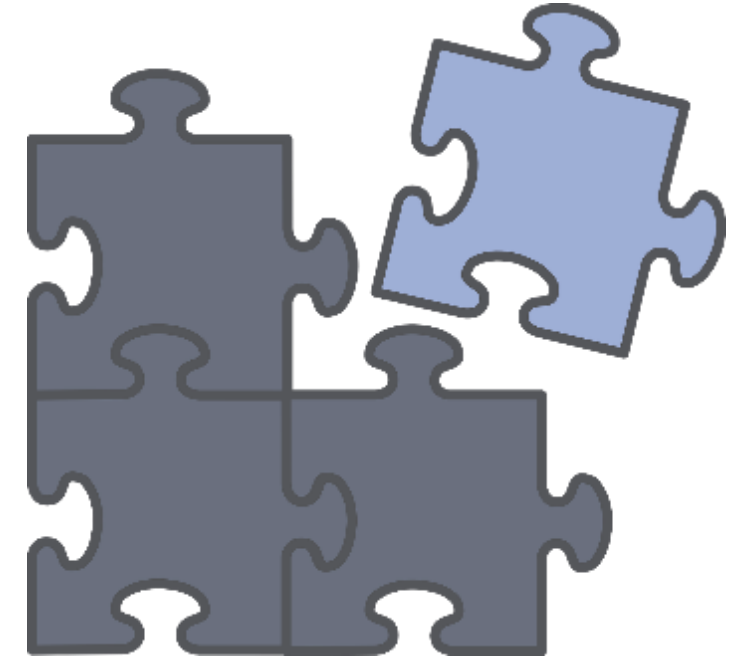
©JAI'21

BILD: JAI WANIGESINGHE | CC BY-SA 4.0



Drei zentrale Herausforderungen

- 1. Bewältigung:** akute Auswirkungen möglichst gesunderhaltend verarbeiten
(→ *Belastungsspitzen abfedern, ins Handeln kommen*)
- 2. Adaptation:** individuelle und kollektive Anpassung an die sich verändernden Lebensbedingungen
(→ *Gesundheit, Wohlbefinden, Verlässlichkeit ...*)
- 3. Transformation:** den notwendigen Wandel in den sozialen und ökonomischen Verhältnissen mitgestalten
(→ *nachhaltige Entwicklung als Leitbild*)



Peter, F., & Niessen, P. (2022). Resilienz als Konzept für die Klimakrise. Ein Wegweiser zu einem ganzheitlichen Resilienzverständnis. In K. van Bronswijk & C. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 229–255). Psychosozial-Verlag.



Katastrophale Versorgungslage

- fehlender gesellschaftlicher Schutz (*gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit, soziale Medien, Desinformation, Aufmerksamkeitsökonomie ...*)
- Schule am Limit (*Personal/-entwicklungskrise; zunehmende Heterogenität; räumlich-sächliche Unzulänglichkeiten ...*)
- steigende psychische Belastungen bei jungen Menschen und Eltern (*Krisenerleben, Leistungsdruck, finanzielle Notlagen, Fluchterfahrungen, Reizüberflutung ...*)
- überlastetes Gesundheitssystem (*kaum Prävention, lange Wartezeit für Intervention, viel zu wenig Plätze ...*)

Wartezeit auf psychotherapeutische Unterstützung

prä-pandemisch	post-pandemisch
Erstgespräch: 5,8 Wochen	Erstgespräch: 10,2 Woche
Therapieplatz: 14,4 Wochen	Therapieplatz: 25,3 Wochen

Plötner, M., Moldt, K., In-Albon, T., & Schmitz, J. (2022). Einfluss der COVID-19-Pandemie auf die ambulante psychotherapeutische Versorgung von Kindern und Jugendlichen. *Die Psychotherapie*, 67(6), 469–477. <https://doi.org/10.1007/s00278-022-00604-y>



Wie nur mit dieser Komplexität umgehen?

→ **Resilienz** als Konzept zur Bewältigung von Krisen





Resilienz auf der individuellen Ebene

Individuum

Entwicklungspsychologisches Verständnis:

... *positive Ergebnisse* bei *ernsthaften Bedrohungen* der individuellen Entwicklung (Masten, 2001)

Klinisch-psychologisches Verständnis:

...ein *dynamischer Prozess*, der während und nach einem potenziell *traumatisierenden Ereignis* oder einer längeren Periode von *Widrigkeiten* zu einer intakten, stabilen psychischen Gesundheit führen kann (Kalisch et al., 2015, S. 2)

Sozialwissenschaftliches Verständnis:

...Individuen, Organisationen oder Gemeinschaften – und ihre Fähigkeiten oder *Kapazitäten*, *ökologische und soziale Bedrohungen* verschiedener Art zu ertragen, zu absorbieren, zu bewältigen und sich darauf einzustellen (Keck & Sakdapolrak, 2013, S. 8).

Kalisch, R., Müller, M. B., & Tüscher, O. (2015). A conceptual framework for the neurobiological study of resilience. *Behavioral and Brain Sciences*, 38. <https://doi.org/10.1017/S0140525X1400082X>

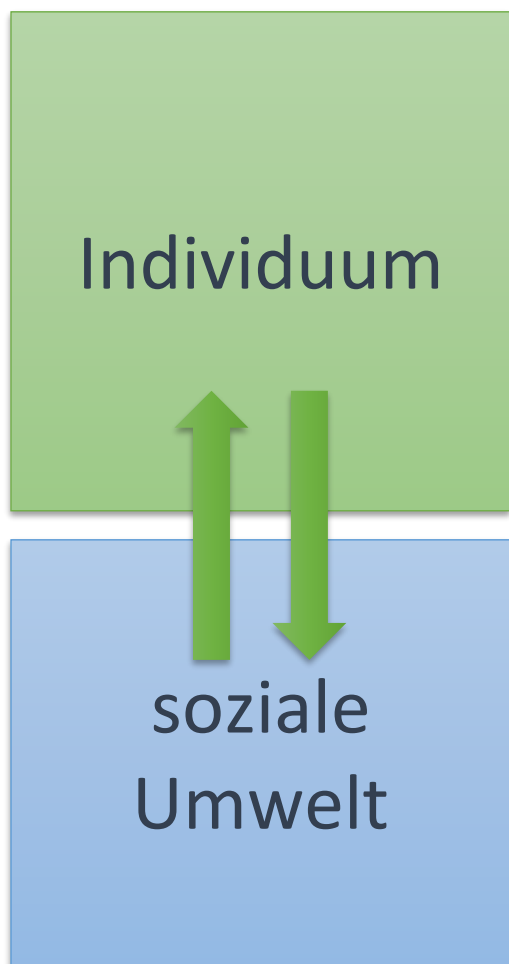
Keck, M., & Sakdapolrak, P. (2013). What is social resilience? Lessons learned and ways forward. *Erdkunde*, 67(1), 5–19. <https://doi.org/10.3112/erdkunde.2013.01.02>

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic. Resilience processes in development. *The American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.227>



Entwicklungspsychologische Perspektive

Fröhlich-Gildhoff, K., & Rönnauböse, M. (2015). *Resilienz*. utb/Reinhardt.



Dynamische Resilienzfaktoren:

- Selbstwahrnehmung & Selbstregulation
- Selbstwirksamkeitserwartung („*ich kann das...*“)
- Stressbewältigungskompetenzen
- Problemlösefähigkeiten (Zielfindung, Planung, Entscheidung, Umsetzung ...)
- soziale Kompetenzen (Kontakt, Konfliktlösung, Empathie ...)



individuelle
Entwicklung
mit Bildung und
Beratung
unterstützen

Stabile Schutzfaktoren in der Entwicklung:

- familiäre Ressourcen (z.B. stabile Bezugsperson[en]; höheres familiäres Einkommen & Bildungsniveau ...)
- institutionelle Ressourcen (z.B. transparente Regeln; wertschätzendes Klima; positive soziale Beziehungen...)
- soziales Umfeld (fürsorgliche Erwachsene; prosoziale Rollenmodelle; kommunale Ressourcen ...)

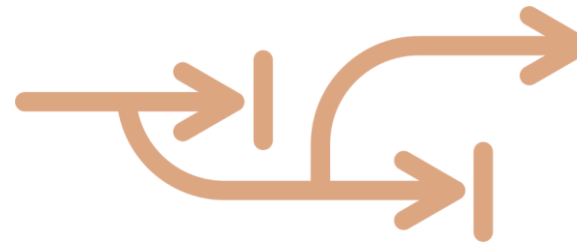
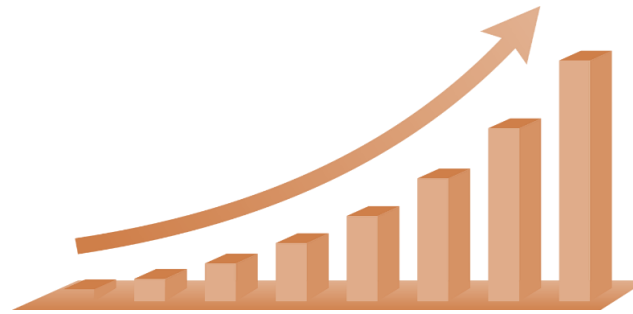


oft „vorgegeben“
schwer veränderbar



Zentrale Einwände zum Resilienzkonzept

1. Resilienz als Konzept zur **Selbstoptimierung**
2. Primat der Eigenverantwortung
„Survival of the fittest“
3. Resilienz als reine **Anpassungsleistung**



Liu, J. J. W., Reed, M., & Girard, T. A. (2017). Advancing resilience: An integrative, multi-system model of resilience. *Personality and Individual Differences*, 111, 111–118.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.007>

medico international (Hrsg.). (2017). *Fit für die Katastrophe? Kritische Anmerkungen zum Resilienzdiskurs im aktuellen Krisenmanagement*. Psychosozial-Verlag. <https://www.psychosozial-verlag.de/2670>

Peter, F., & Niessen, P. (2022). Resilienz als Konzept für die Klimakrise. Ein Wegweiser zu einem ganzheitlichen Resilienzverständnis. In K. van Bronswijk & C. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 229–255). Psychosozial-Verlag.



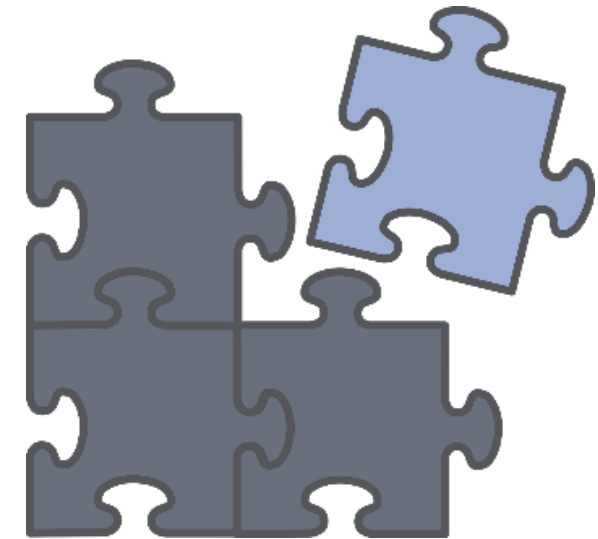
Integriertes Resilienz-Konzept zum Umgang mit globalen Krisen

(1) Transformationale Perspektive:

- **Adaptation:** Kapazität zur Anpassung an die Krisen-Folgen
- **Transformation:** Kapazität zur Mitgestaltung von Transformationsprozessen (zur Eindämmung der Krise)

(2) Mehrebenenperspektive:

- **Individuum:** Resilienz als individuelle Ressource
- **Kollektiv:** Resilienz als Ressource von Gruppen, Gemeinschaften, Organisationen, Gesellschaften



Peter, F., & Niessen, P. (2022). Resilienz als Konzept für die Klimakrise. Ein Wegweiser zu einem ganzheitlichen Resilienzverständnis. In K. van Bronswijk & C. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 229–255). Psychosozial-Verlag.



Zielstellung

Individuum

Kollektiv

Adaptation

individuell bewältigen
und anpassen

gesund & handlungsfähig
bleiben

Unterstützung der
individuellen Bewältigung

Schocks absorbieren
sich anpassen



Transformation

Veränderungsprozesse
mitgestalten u./o. initiieren

Konsequenzen von
Veränderungsprozessen
bewältigen

Veränderungsprozesse
ermöglichen:

- durch Zeit
- durch Struktur
- ...



Peter, F., & Niessen, P. (2022).
Resilienz als Konzept für die
Klimakrise. Ein Wegweiser zu
einem ganzheitlichen
Resilienzverständnis. In K. van
Bronswijk & C. Hausmann
(Hrsg.), *Climate Emotions.
Klimakrise und psychische
Gesundheit* (S. 229–255).
Psychosozial-Verlag.



Ressourcen

Individuum

Kollektiv

Adaptation (gesund & handlungsfähig bleiben)

- Stressbewältigung
- Selbstregulation
- Optimismus/Zuversicht
- soziale Kompetenz
- Hilfe suchen
- Fortbildung
- ...

- Kultur & Klima
- Leitung
- soziale Beziehungen
- Möglichkeiten der Autonomie
- Fortbildungsangebote
- ...

Transformation (Krise eindämmen, Wandel gestalten)

- Problemlösefähigkeiten
- Initiative
- partizipative Selbstwirksamkeit
- Kommunikation
- Weiterbildung
- ...

- Kultur & Klima
- Kooperation
- Möglichkeiten der Mitgestaltung
- kollektive Wirksamkeit
- Weiterbildungsangebote
- ...

Beispiele angelehnt an:

Fröhlich-Gildhoff, K., & Rönnau-Böse, M. (2015). *Resilienz*. utb/Reinhardt.

Mansfield, C. F., Beltman, S., Broadley, T., & Weatherby-Fell, N. (2016). Building resilience in teacher education: An evidenced informed framework. *Teaching and Teacher Education*, 54, 77–87.

<https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.11.016>

Aufgaben

Adaptation

(gesund & handlungsfähig bleiben)

Transformation

(Krise eindämmen, Wandel gestalten)

Individuum

Handlungswissen bei Extremereignissen:

*Was ist im Ernstfall zu tun?
Wie funktioniert das Warnsystem?
Wie kann ich mit dem Stress umgehen? ...*

Selbstwirksamkeit in Veränderungsprozessen:

*Wie kann ich (politisch) wirksam werden?
Wo kann ich mitmachen?
Wie komme ich zu einem spürbaren Ergebnis? ...*

Kollektiv

adaptive Reaktion stärken:

Wirksame Katastrophenhilfe im Ernstfall; belastbare öffentliche Daseinsvorsorge; Bereitstellung von Informationen und Ressourcen; Durchführung von Übungen ...

kollektive Wirksamkeit in Veränderungsprozessen:

breite Mitgestaltung institutionell verankern; Transformation finanziell priorisieren; rechtliche Grundlagen anpassen; Ökoroutinen ...

Peter, F., & Niessen, P. (2022). Resilienz als Konzept für die Klimakrise. Ein Wegweiser zu einem ganzheitlichen Resilienzverständnis. In K. van Bronswijk & C. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 229–255). Psychosozial-Verlag.

Hitzestress & Schule

Individuum

Kollektiv

Adaptation
(gesund & handlungsfähig bleiben)

Handlungswissen:

- *im Schatten bleiben*
- *ausreichend trinken*
- *nicht zu viel herumtoben*
- ...

adaptive Reaktion stärken:

- *Schüler*innen informieren*
- *Pausenaufsicht*
- *Gelände beschatten*
- ...

Transformation
(Krise eindämmen, Wandel gestalten)

Selbstwirksamkeit in Veränderungsprozessen:

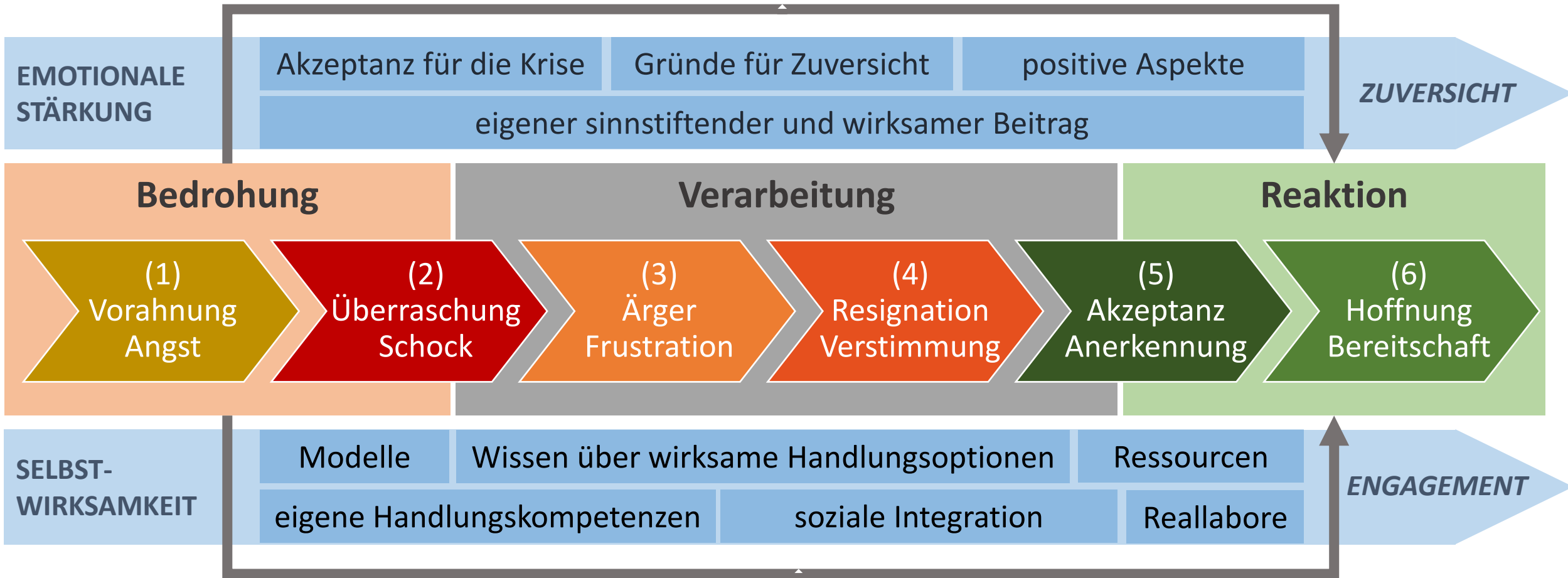
- *an nachhaltigen Projekten mitwirken im Zusammenhang mit dem Erleben von Hitze*
- *z.B. konkretes Projekt ...*

kollektive Wirksamkeit in Veränderungsprozessen:

- *Bereitstellung von Zeit und Ressourcen für Projekte*
- *Integration von BNE*
- *Demokratiebildung ...*

Peter, F., & Niessen, P. (2022). Resilienz als Konzept für die Klimakrise. Ein Wegweiser zu einem ganzheitlichen Resilienzverständnis. In K. van Bronswijk & C. Hausmann (Hrsg.), *Climate Emotions. Klimakrise und psychische Gesundheit* (S. 229–255). Psychosozial-Verlag.

Individuelle Bewältigungsreaktion stärken



EMOTIONALER PROZESS IN ANLEHNUNG AN EICHINGER & BAMBERGER (UNVERÖFFENTLICHTE STUDIENERGEBNISSE)

Literaturempfehlung

