

## Resilienzforschung **Starke Kinder**

VON MARTIN MÜLLER-BIALON

Ein Gedicht kann Wunder bewirken. Nicht nur wegen der schönen Verse, sondern wegen der - je nach Versmaß - beruhigenden oder anregenden Wirkung. Ein Hexameter-Gedicht entfalte "regenerierende und erholsame Wirkung", sagt der Schweizer Wissenschaftler und Buchautor Thomas Marti. Dagegen sei ein Stabreim, eine Alliteration in germanischen Versmaßen, eher "leistungsorientiert und vitalisierend".

Rhythmisierenden Unterricht nennt der Biologe und Anthropologe Marti die Kunst, Kinder und Jugendliche in der Schule so zu fördern, dass sie körperlich wie seelisch gesund bleiben. Die Notwendigkeit zum Handeln sei gegeben. Marti nennt alarmierende Zahlen. So greife bereits jeder dritte Zwölfjährige einmal pro Woche nach Schmerz-, Beruhigungs- oder Aufputzmitteln. Zunehmend zeigten Kinder heute Erwachsenen-Symptome wie Stress, Abgespanntheit oder chronische Müdigkeit.

### Die Resilienzforschung boomt

Es wird also höchste Zeit für eine gesunde Schule. Das glaubt nicht nur der Berner Buchautor Marti ("Wie kann Schule die Gesundheit fördern?"). Die sogenannte Resilienzforschung boomt derzeit unter Erziehungswissenschaftlern und Psychologen. Ziel ist, gesundheitsfördernde Konzepte für Kindergärten und Schulen zu entwickeln, statt krankmachende Faktoren zu bekämpfen.

So fand das Sigmund-Freud-Institut in der "Frankfurter Präventionsstudie" heraus, dass Gewalt und auffälliges Verhalten von Kindern durch therapeutische Angebote sowie Elternberatung und Fortbildungen für Erzieher verhindert werden können. Die Vergabe des Medikaments Ritalin sei zumeist unnötig. Weitere Programme wie etwa "Starke Kinder - starke Eltern" oder das Anti-Gewalt-Programm "Faustlos" setzen ebenfalls auf Stärkung statt Heilung. Einer der ersten, der diesen Perspektivenwechsel vollzog, war der israelisch-amerikanische Medizin-Soziologe Aaron Antonovsky. In einer Studie mit jüdischen Frauen 1970 fiel ihm auf, dass einige von ihnen trotz schwerster Schicksalsschläge psychisch wie physisch eine bemerkenswerte Vitalität zeigten. Er entwickelte den Begriff der "Salutogenese", der unter anderem auf einem Zusammengehörigkeitsgefühl der Menschen mit ihrer Umwelt (Kohärenzgefühl) beruhe. Salutogene (gesundheitsfördernde) Einflüsse schreibt Marti etwa der Waldorfpädagogik zu. In diesen Schulen würden Kinder als ganze Menschen betrachtet.

"Caring Communities" nennt der Erziehungswissenschaftler Professor Michael Fingerle (Frankfurt am Main) solche Schulmodelle. Hier wirke eine ganze Schule als "Resilienz-Faktor". Die Resilienzforschung fußt auf der Salutogenese und hat deren Verfahren weiterentwickelt. "Die Prävention gerät immer mehr in den Fokus", sagt Fingerle, der gerade ein Buch zur Resilienzforschung ("Was Kinder stärkt") herausgegeben hat. Wobei die Forschung inzwischen alle Kinder, nicht nur auffällige oder kranke, einbeziehe.

Modelle wie das der Waldorfschulen seien auf Staatsschulen nicht übertragbar, sagt Fingerle. "Staatsschulen haben nicht diese Ressourcen, sie können sich ihre Lehrer nicht aussuchen." So seien zwar die Modelle für eine gesündere Schule vorhanden. Um sie umzusetzen, bedürfe es aber "mehr Investitionen in Bildung, mehr Autonomie der Schulen und einer besseren Ausbildung der Lehrer".

**Michael Fingerle, Günther Opp (Hrsg.): Was Kinder stärkt, Erziehung zwischen Risiko und Resilienz, E. Reinhardt, München 2007, 29,90 Euro.**

**Thomas Marti: Wie kann Schule die Gesundheit fördern? Erziehungskunst und Salutogenese, Verlag Freies Geistesleben, 18,50 Euro.**