



Klein, aber stark mitten in der großen Welt

Warum sind manche Kinder widerstandsfähiger (resilienter) als andere? Welche Faktoren und Umstände verhelfen ihnen zur Ausbildung von Kompetenzen – trotz und unter aktuellen Belastungen? Die Resilienzforschung ist zu interessanten Antworten auf diese zentralen Fragen gekommen.

Resilienz –

Konsequenzen aus der Forschung für die Praxis

Jürg Frick

Der wichtige Einfluss von frühen Kindheitserfahrungen wurde und wird durch die verschiedenen Forschungszweige der Entwicklungspsychologie und der Psychotherapie sowie in neuester Zeit auch der Entwicklungspsychopathologie in zahlreichen Untersuchungen¹ und anhand vieler Beispiele zu Recht immer wieder betont. Auch die neuere Neurobiologie² weist auf die starke Prägung der Großhirnregion durch frühe Erfahrungen hin. In den meisten Therapien Erwachsener (und bei Kindern und Jugendlichen) wird deshalb auch die frühe Lebensgeschichte der KlientInnen als wichtiger Faktor für die Entstehung ihres seelischen Leidens mitberücksichtigt. Allerdings wurde die Psychologie immer wieder auch mit Lebensgeschichten konfrontiert, die von gravierender Armut, Gewalt, Ablehnung und Lieblosigkeit gekennzeichnet waren und deren „Opfer“ trotzdem überraschende Beispiele für ein gelungenes, zufriedenes Leben darstellten. Sind diese etwa unverwundbar?

Hatte die Entwicklungspsychologie früher vorwiegend negative Einflüsse auf die Biografie von Kindern und Jugendlichen im Blickfeld, so sind neuere Untersuchungen mehr und mehr auf die systematische Erforschung der Bewältigungsfaktoren bei schwierigen frühen Lebensbedingungen fokussiert. Anfänglich ist man bei diesen Arbeiten vom (falschen) Konzept der „Unverwundbarkeit“ („Invulnerabilität“) ausgegangen: Die ForscherInnen glaubten, einige Heranwachsende seien eben einfach widerstandsfähiger (resilienter) als andere. Sorgfältige Studien führten schließlich zu differenzierten und interessanten Antworten auf die zentrale Frage: Welche Faktoren und Umstände ermöglichen die Aufrechterhaltung von Kompetenzen unter aktuellen Belastungen oder verhelfen zu einer Erholung von schwerwiegenden Einwirkungen? Die Ergebnisse sind von großer Bedeutung für alle, die mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben, denn die Resilienzforschung der letzten beiden Jahrzehnte hat die Sichtweise der traditionellen Risiko- und Defizitmodelle erheblich erweitert. Die Resilienzforschenden bestätigen aber gleichzeitig auch neuere Erkenntnisse aus der

Entwicklungspsychologie, die uns zeigen, dass schon kleine Kinder nie nur passive Sozialisationsobjekte sind, sondern von Anfang an (fast) alle Einflüsse – also auch Belastungen – in ihrer Entwicklung aktiv und individuell sehr unterschiedlich mitgestalten.

Wichtige Ergebnisse aus der Resilienzforschung

Resilienz („resiliency“) lässt sich mit „psychische Widerstandsfähigkeit“ übersetzen. Die

Resilienzforschung hat ihren Schwerpunkt vor allem auf die protektiven (schützenden) Faktoren im Mikrobereich gelegt. Dieser umfasst im Wesentlichen die Merkmale/Eigenschaften der Person, die familiären Beziehungen und außerfamiliäre Kontakte/Personen. Protektive Faktoren sind psychologische Merkmale oder Eigenschaften des Individuums und/oder der sozialen Umwelt, die die Wahrscheinlichkeit psychischer Störungen oder Auffälligkeiten herabsetzen. Ich werde mich in diesem Beitrag auf diesen Bereich

Resilienz lässt sich mit „psychische Widerstandsfähigkeit“ übersetzen.

beschränken. Protektive Faktoren im Makrobereich wären etwa die „Rechte des Kindes“ der UNO-Konvention von 1989³, in der basale Rechte wie das Recht auf Identität, soziale Sicherheit, Glaubens- und Gewissensfreiheit, Bildung, sowie ein Diskriminierungsverbot und ein Verbot der Kinderarbeit u. a. festgehalten werden

Neuere Erkenntnisse zeigen, dass kleine Kinder von Anfang an (fast) alle Einflüsse – also auch Belastungen – in ihrer Entwicklung aktiv und individuell mitgestalten.

Im Folgenden werden angesichts der enormen Bedeutung der Forschungsergebnisse die wichtigsten protektiven Faktoren dargestellt und erläutert⁴:

- Zumindest eine stabile emotionale Beziehung zu (mindestens) einem Elternteil oder zu einer anderen zuverlässigen Versorgungsperson
- Soziale Unterstützung außerhalb der Familie (z. B. durch Verwandte, Nachbarn, Tagesmutter, eine Erzieherin in einer Vorschuleinrichtung oder eine Lehrperson in der Schule, später auch durch Freunde und Gleichaltrige) Kinder erleben so einen Zufluchtsort vor einer belastenden Familiensituation
- Ein emotional warmes, offenes, aber auch (nicht stur!) strukturierendes und normorientiertes Erziehungsverhalten
- Soziale Modelle – z. B. Eltern, ältere Geschwister, Lehrpersonen, außerfamiliäre Vorbilder –, die Kinder und Jugendliche zu konstruktivem Bewältigungsverhalten ermutigen und anregen
- Dosierte soziale Verantwortlich-

keiten und individuell angemessene Leistungsanforderungen (z. B. in Kindergarten und Schule, Mithilfe im Familienalltag)

- Kognitive Kompetenzen (z. B. ein mindestens durchschnittliches Intelligenzniveau, kommunikative Fähigkeiten, eine realistische Zukunftserwartung und -planung)
- Temperament- bzw. Charaktereigenschaften, die eine effektive Bewältigung begünstigen (z. B. Flexibilität, Freundlichkeit, Annäherungsverhalten, Impulskontrolle, Beharrlichkeit)
- Günstige Selbstwirksamkeits- und Kontrollüberzeugung; Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, interne Kontrollüberzeugungen („Ich bin dem gewachsen, ich kann das bewältigen“), Selbstvertrauen sowie ein positives Selbstbild
- Aktive Bemühung um Problembewältigung, aktiver (nicht ausweichender!) Umgang mit Belastungen (Coping)
- Erfahrung von Sinn, Struktur und Bedeutung in der eigenen Entwicklung, Gefühl von Kohärenz („Ich weiß, wozu ich lebe, ich werde gebraucht, ich bin den anderen nicht gleichgültig“), normative Verankerung
- Eine Beziehung zur Natur (z. B. durch Pflege eines Haustiers)
- Fantasie: Resiliente Kinder stellen sich vielfach für ihr weiteres Leben eine bessere Zukunft vor und diese Hoffnung gibt ihnen Halt
- Ab dem Schulalter: Schreiben (Tagebücher, Gedichte) und Lesen. Schreiben hilft, Belastendes zu verarbeiten; Lesen

erschließt neue, andere Welten und kann resiliente Kinder stärken

- Hobbies, gute Leistungen in der Schule
- Positives Welt- und Menschenbild: Auch im Schlechten das Gute sehen, Optimismus, Humor

Diese Zusammenfassung stellt keine definitive Liste ursächlich wirkender protektiver Faktoren dar. Deren Wirkungsweise muss immer im Einzelfall untersucht und betrachtet werden, ebenso die jeweilige Gewichtung eines einzelnen Faktors im Gesamtzusammenhang. Meistens finden sich in einer Lebensgeschichte mehrere Faktoren über eine kürzere oder längere Zeit, gelegentlich auch nacheinander kombiniert. Die Berücksichtigung der Ergebnisse aus der Resilienzfor-

Es zeichnen sich viele Übereinstimmungen zwischen sicher gebundenen und resilienten Kindern ab.

schung scheint mir besonders für Eltern, ErzieherInnen, Lehrpersonen, PsychologInnen und SozialpädagogInnen von erheblicher Bedeutung

Bedeutung im Hinblick auf die Bindungstheorie

Das Bindungsverhalten kann als Aufsuchen und Beibehaltenwollen der Nähe eines Menschen⁵ definiert werden. Als Grundvoraussetzung dafür, dass Bindung überhaupt entstehen kann, gilt, dass eine Person einigermaßen regelmäßig anwesend ist. Eine Bindung – allerdings eine ungünstige – entsteht aber auch, wenn die Pflege- oder Bezugsperson das Kind schlecht behandelt oder gar misshandelt. Entscheidend bleibt die regelmäßige Kontaktnahme zum Kind.

Sichere Bindungen zeichnen sich primär durch Feinfühligkeit der Bezugsperson aus, unsichere durch Desinteresse oder mangelndes Einfühlungsvermögen in die Bedürfnisse des Kindes. Über die Auswirkungen von Bindungen in der frühen Kindheit und im Vorschulalter liegt heute gesichertes Wissen vor⁶. Kinder mit einer sicheren Bindung zeigen die folgenden Verhaltensweisen und Merkmale deutlich ausgeprägter als unsicher-vermeidend oder ambivalent-unsicher gebundene Kinder:

- ☒ Neugier, Interesse an der Umgebung
- ☒ Auffallendes Erkundungsverhalten
- ☒ Selbstsicheres, ausgeglichenes Wesen
- ☒ Eigenständige Spielweise
- ☒ Große Flexibilität und Spontaneität
- ☒ Kompetente Konfliktlösungsmuster
- ☒ Wenig Furcht vor Fremden
- ☒ Einfühlungsvermögen, Empathie

Diese Merkmale haben große Bedeutung für die weitere Entwicklung der Kinder: Neugier, Selbstsicherheit oder Mut sind beispielsweise für das Lernen oder für soziale Beziehungen sehr günstige Voraussetzungen. Es zeichnen sich viele Übereinstimmungen zwischen sicher-gebundenen und resilienten Kindern ab: Ein sicheres Bindungsmuster gilt als zentraler Schutzfaktor für die weitere kindliche Entwicklung. Diese Kinder reagieren mit einer größeren Widerstandskraft auf emotionale Belastungen wie etwa eine Trennung⁷. Sogar

über verschiedene Lebensalter hinweg erweisen sich sichere Bindungen als Schutzfaktor für die Persönlichkeitsentwicklung, unsichere hingegen als Risikofaktor. Zudem erhöhen gute Bindungserfahrungen auch den so genannten „Locus of control“, die persönlichen Kontrollüberzeugungen. So vermögen selbstsichere, resilientere Kinder mit Fehlschlägen und Problemen besser umzugehen als unsicher gebundene. Wenn etwas schief läuft, kommen bei ihnen internale Kontrollüberzeugungen deutlicher zum Einsatz: Sie glauben (im Vorschulalter auf einer noch weitgehend emotionalen, unbewussten Ebene), mit Motivation, „Willen“, Kompetenz die Ereignisse beeinflussen zu können (positive Kontrollüberzeugung: stark vom Individuum abhängig und damit beeinflussbar), gehen davon aus, dass Misserfolge auch

einmal Zufall und/oder beeinflussbar/korrigierbar sind. Unsicher gebundene Kinder sind tendenziell stärker negativen Kontrollüberzeugungen unterworfen: Sie glauben, sie allein seien an Misserfolgen schuld und diese seien von ihnen nicht/kaum beeinflussbar oder das sei eben ihr Schicksal.

Erfolge werden eher dem Zufall als eigenem Können zugeschrieben (negative Kontrollüberzeugung: vom Individuum weitgehend unab-

hängig, wenig/nicht beeinflussbar). Es zeigen sich schließlich im Weiteren auch klare Zusammenhänge zwischen Bindungsqualität und frühkindlicher, vorschulischer und schulischer Psychopathologie, die hier jedoch nicht näher ausgeführt werden sollen.

Nachfolgend möchte ich eine Auswahl spezieller Risikokonstellationen⁸ auflisten, die einen tendenziell ungünstigen Einfluss sowohl auf die Resilienz- wie auf die Bindungsentwicklung eines Kindes nehmen können. Es sind dies:

- ☒ Längere, stark konfliktuöse Trennungs- und Scheidungsprozesse
- ☒ Andauernde disharmonische Partnerschaft der Eltern
- ☒ Tod eines/beider Elternteile/e
- ☒ Psychisch kranke Eltern(teile), die ihrer Erziehungsaufgabe nicht mehr gerecht werden können

- ☒ Chronische Krankheiten des Kindes, die ihm ein normales Teilhaben am sozialen Geschehen erheblich erschweren
- ☒ Sexuelle Gewalt
- ☒ Süchtige Eltern, die nur noch auf die Sucht fixiert sind
- ☒ Ungünstige Erziehungsstile: Autoritäres, permissives oder stark vernachlässigendes elterliches

Eine Erzieherin, die Kinder auf ihrem Weg zur eigenen Person unterstützen möchte, muss sich zuerst über ihre eigenen Erfahrungen, Stärken und Schwächen klar werden.

Verhalten

- ☒ Migration mit mangelnder Akzeptanz und Unterstützung oder gar mit Ablehnung und Diskriminierung im Aufnahmeland
- ☒ Grenzstörungen der Familie (z. B. Verwischung der Generations-

grenzen zwischen Eltern und Kindern in Verhalten und Erwartungen)

Das Zusammenkommen mehrerer Risikofaktoren erhöht die Wahrscheinlichkeit einer Entwicklung psychischer Auffälligkeiten bei Kindern deutlich. Die über Jahre verinnerlichten frühen Bindungserfahrungen werden von Kindern im Laufe der Zeit generalisiert und auf andere Menschen ihres Umfeldes übertragen (z. B. ErzieherInnen, LehrerInnen). Kinder entwickeln so entsprechende Bilder von ihrer Umwelt (mit bestimmten Erwartungen an sie) wie auch ein entsprechendes Selbstbild. Aus Vertrauen in die Umwelt und Erwartung von Unterstützung ergibt sich ein positives Selbstbild, aus Misstrauen gegenüber der Umwelt ein negatives Selbstbild. Schließlich entwickeln sich so – den Betroffenen meistens unbewusst – innere Arbeitsmodelle und Einschätzungen von Beziehungen im Leben überhaupt. Nach Kobak/Sceery⁹ lassen sich drei Arbeitsmodelle von Bindungen unterscheiden: Bindungen werden tendenziell 1. mit Abwertung, 2. mit Wertschätzung oder 3. mit Überbewertung verknüpft. Sie erweisen sich demnach für die erste Gruppe als wenig wert, für die zweite als wichtig und hilfreich, während sie von der dritten Gruppe überschätzt werden, was zu Unselbstständigkeit und geringer Individuation führen kann.

Kinder besitzen viele Fähigkeiten, die wir im Alltag häufig übersehen und ihnen deshalb auch nicht bewusst widerspiegeln können.

Die Erzieherin als wichtige Entwicklungsbegleiterin

Eine Erzieherin, die Kinder auf ihrem Weg zur eigenen Person unterstützen möchte, muss sich zuerst über ihre eigenen Erfahrungen, Stärken und Schwächen klar werden. Sehr nützlich ist es, sich wiederholt – allein und im Team – die beiden folgenden Fragen zu stellen sowie be-

wusst daran zu arbeiten:

- Wie sehen meine eigenen Erfahrungen mit protektiven Faktoren aus: Was hat mir geholfen, mich gestützt, gestärkt, ermutigt? Was hätte ich noch mehr gebraucht?
- Wo kann ich welche protektiven Faktoren bei Kindern/Jugendlichen innerhalb meines Berufsfeldes erkennen?

Die erste Frage verhilft zu einem vertieften Bewusstsein und initiiert im günstigen Fall eigene Entwicklungsprozesse, die zweite Frage schärft den Blick für vorhandene protektive Faktoren und hilft, diese in der eigenen täglichen Erziehungsarbeit bewusst zu stärken. Kindern und Jugendlichen sollte möglichst auf allen Ebenen und in allen Bereichen das Gefühl und die Erfahrung vermittelt werden, einer Sache nicht hilflos ausgeliefert zu sein, akzeptiert zu sein, immer aktiv etwas tun zu können, auch wenn dies in bestimmten Situationen nur wenig sein mag. Heranwachsende müssen gebraucht werden und geschätzt sein: So erfahren sie auch das Gefühl von Bedeutung, Sinn und Struktur.

Einen weiteren wichtigen Aspekt sehe ich in der richtigen Ermutigung: Kinder und Jugendliche sollten unterstützt und zu einer angemessenen Anstrengung und Ausdauer angeregt werden. Es sollte ihnen so viel Mut eingeflößt werden¹⁰, dass sie sich selber ermutigen können und an sich glauben (Ermutigungskreislauf: Ermutigung – Erfolg ermutigt – Selbstermutigung – Erfolg –)



Von der sicheren Warte aus ...



... die Welt beobachten

Konkrete Möglichkeiten, die Kinder zu stärken und ihre Kompetenzen zu erweitern, bestehen für ErzieherInnen u. a. in folgendem Verhalten:

- Eine positive Grundstimmung in der Kindertagesstätte schaffen
- Jedes Kind in seinen individuellen Möglichkeiten stärken und ihm seine Fähigkeiten – einzeln und in der Gruppe – spiegeln („Mir gefällt, wie du ...“, „Habt ihr gesehen, wie gut Petra ...“)
- Kinder auf ihre Fortschritte aufmerksam machen – wiederum einzeln und in der Gruppe („Toll, wie du das gelernt hast. Habt ihr das auch beobachtet? Wie hast du das geschafft?“)
- Die gegenseitige Hilfe unter den Kindern fördern und hervorheben
- Förderung einer realistischen, dem Kind und seinem Entwicklungsstand angemessenen Kontrollüberzeugung. Wenn Kinder auf vielfältige Weise die Erfahrung machen, dass sie der Umwelt nicht ausgeliefert sind, sondern sie mitgestalten dürfen (und sollen!), entsteht das Gegenteil einer passiven, abwartenden oder resignativen Grundhaltung
- Nur problematisches Verhalten, nicht das Kind selbst kritisieren (z. B. „Warum hast du eigentlich so eine große Wut bekommen?“)
- Neugier und Interesse fördern
- Rollenspiele zur Verarbeitung von Alltagserlebnissen anbieten
- Spiele und Übungen zur Empathie und Perspektivübernahme in den Alltag einbauen („Wie könnten wir den Schmerz von Sarah lindern?“ „Wie fühlt sich das Kaninchen jetzt wohl?“)
- Kinder als Helfer, TutorInnen, „BeraterInnen“ usw. einsetzen („Ich bin mir nicht sicher, ob ... Was würdest du mir raten?“ „Ich überlege mir schon längere Zeit ... Was denkst du dazu?“)

- Gemeinsames Spiel von soziokulturell benachteiligten bzw. ichschwächeren Kindern mit emotional stabileren und im Umgang mit anderen Personen (Kindern und Erwachsenen) kompetenteren Kindern fördern
- Ausweichverhalten von Kindern als Entmutigung (statt als Bosheit oder Faulheit) erkennen und durch Anteilnahme, Anleitung und Unterstützung ermutigend-korrigierende Erfahrungen ermöglichen
- Unsicherheit und Schwächen von Kindern nicht übersehen, verharmlosen oder ignorieren, sondern sie feinfühlig mit den Kindern schrittweise und aufbauend angehen
- Partizipative Beteiligungsmöglichkeiten anbieten (z. B. Sammelrunde zu Tagesbeginn, in der jedes Kind Vorschläge, Wünsche oder Verbesserungsideen einbringen kann und an deren Umsetzung es dann nach Möglichkeit

Ein resilientes Kind sagt:

Ich habe (I have)

- Menschen um mich, die mir vertrauen und die mich bedingungslos lieben,
- Menschen um mich, die mir Grenzen setzen, an denen ich mich orientieren kann und die mich vor Gefahren schützen,
- Menschen um mich, die mir als Vorbilder dienen und von denen ich lernen kann,
- Menschen um mich, die mich dabei unterstützen und bestärken, selbstbestimmt zu handeln,

- Menschen um mich, die mir helfen, wenn ich krank oder in Gefahr bin und die mich darin unterstützen, Neues zu lernen

Ich bin (I am)

- eine Person, die von anderen wertgeschätzt und geliebt wird,
- froh, anderen helfen zu können und ihnen meine Anteilnahme zu signalisieren,
- respektvoll gegenüber mir selbst und anderen,
- verantwortungsbewusst für das, was ich tue,
- zuversichtlich, dass alles gut wird.

Ich kann (I can)

- mit anderen sprechen, wenn mich etwas ängstigt oder mir Sorgen bereitet,
- Lösungen für Probleme finden, mit denen ich konfrontiert werde,
- mein Verhalten in schwierigen Situationen kontrollieren,
- spüren, wann es richtig ist, eigenständig zu handeln oder ein Gespräch mit jemandem zu suchen,
- jemanden finden, der mir hilft, wenn ich Unterstützung brauche.

(Einteilung risikomildernder Faktoren nach Grotberg 1995 aus dem Aufsatz „Was Kinder stärkt“ von C. Wustmann in „Elementarpädagogik nach PISA“. Freiburg 2003, das wir Ihnen zur Vertiefung des Themas, speziell im Hinblick auf das Arbeitsfeld der KiTas und Kindergärten, sehr empfehlen)

- beteiligt ist; oder spezielle Helferprojekte: zwei/drei freiwillige Kinder dürfen der Erzieherin bei einer wiederkehrenden Aufgabe mitverantwortlich behilflich sein)
- Selbstständigkeit und Selbstverantwortung fördern (Aufgaben erledigen, sich ankleiden/umziehen)
 - Sprache, Lesefähigkeit, Denken, Kreativität und Antizipation fördern („Was kann man tun, wenn man z. B. die Schlüssel verliert, momentan keinen Spielpartner für seine Pläne gewinnen kann, für einen Fehler getadelt wird, von größeren Kindern bedroht wird...?“)

Kindern werden auf diese Weise Gelegenheiten geboten, ihre Beziehungsfähigkeit, ihre Kompetenzen, ihre Resilienz zu stärken und durch vertrauensvolle, sichere, berechenbare und freundliche Betreuungspersonen ihr Verhaltensspektrum zu erweitern, neue Erfahrungen zu sammeln und dabei – nicht nur körperlich – zu wachsen.

Die Ergebnisse der Resilienzforschung lenken den Blick auf eine stärkere Beachtung der Potenziale und Ressourcen junger Menschen in Kindertagesstätten, in der kinder- und jugendpsychologischen Arbeit, in der Beratung von Kindern und Eltern sowie in der Elternarbeit von ErzieherInnen und Lehrpersonen. Kinder besitzen viele Fertigkeiten, die im Alltag häufig übersehen und ihnen deshalb nicht bewusst widergespiegelt werden. An diese Ressourcen gilt es vermehrt anzuknüpfen und darauf aufzubauen. Statt ausschließlich

das Augenmerk auf Problematisches und (noch) Mangelhaftes zu richten, entkrampft eine Perspektivverlagerung vielfach den Blick und richtet ihn auf die positiven Ansätze oder noch nicht erschlossenen Potenziale des Kindes und legt Wege frei zu neuen, gelegentlich überraschenden Entwicklungen. Die Schulen fördern leider häufig das Gegenteil: Die Konzentration auf Fehler, Nicht-Können und Noten verhindert zum Teil systembedingt diese nötige Perspektivweiterung.

Selbstverständlich sind ErzieherInnen in Kindertagesstätten ebenso wie Lehrpersonen in der Schule auch Grenzen gesetzt: Sie sind weder TherapeutInnen noch die hauptverantwortlichen Bezugspersonen für das Kind. Wenn allerdings ein Kind unter den familiären Beziehungen anhaltend leidet oder die Eltern nicht mehr weiter wissen, soll und darf eine professionelle Pädagogin Eltern ansprechen und auf Hilfsmöglichkeiten wie unterstützende Systeme (z. B. Erziehungsberatung, kinderpsychologische Abklärung usw.) verweisen. ■

Professor Dr. Jürg Frick, Psychologe FSP, ist Dozent und Berater an der Pädagogischen Hochschule Zürich und seit Jahren in der Fort- und Weiterbildung tätig.
E-Mail: juerg.frick@phzh.ch

Anmerkungen:

- ¹vgl. dazu: Resch, Franz u. a.: Entwicklungspsychopathologie des Kindes- und Jugendalters. Beltz Verlag, Weinheim 1999.
- ²wie etwa in: Roth, Gerhard: Das Gehirn und seine Wirklichkeit. Suhrkamp Verlag, Frankfurt 1999, oder: Spitzer, Manfred: Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens. Spektrum Verlag, Berlin 2002.
- ³UNICEF (Hrsg.): Kinder haben Rechte. auch bei uns. UNO-Konvention über die Rechte des Kindes. Unicef, Zürich 1989.
- ⁴Lösel, Friedrich/Bender, Doris: Lebenstüchtig trotz schwieriger Kindheit. in: Psychoscope Nr. 7/1994.
- Opp, Günther u. a. (Hrsg.): Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz. Reinhardt Verlag, München 1999.
- Brisch, Karl-Heinz/Hellbrügge, Theodor: Bindung und Trauma. Risiken und Schutzfaktoren für die Entwicklung von Kindern. Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2003.
- ⁵Bowlby, John: Elternbindung und Persönlichkeitsentwicklung. Dexter Verlag, Heidelberg 1995.
- ⁶Bowlby, a. a. O., Spangler, Gottfried/Zimmermann, Peter (Hrsg.): Die Bindungstheorie. Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 1999.
- ⁷Brisch, Karl-Heinz: Bindungsstörungen und Trauma. in: Zeitschrift für Individualpsychologie Nr. 1/2003.
- ⁸vgl. Resch, a. a. O.
- Felder, Wilhelm/Herzka, Heinz Stefan: Kinderpsychopathologie. Schwabe Verlag, Basel 2000.
- Petermann, Franz u. a.: Risiken in der frühkindlichen Entwicklung. Hogrefe Verlag, Göttingen 2000.
- Bowlby, a. a. O.
- ⁹Kobak, R. Rogers/Sceery, Amy: Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation and representations of self and others. in: Child Development. 59/1988. S. 135-146.
- ¹⁰Frick, Jürg: Die Droge Verwöhnung. Beispiele, Folgen. Alternativen. Huber Verlag, Bern 2001.

Literatur:

- Cyrułnik, Boris*: Die Kraft, die im Unglück liegt. Goldmann Verlag, München 2001.
- Frankl, Victor*: Trotzdem ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. dtv, München 1980.
- Frick, Jürg (2001a)*: Protektive Faktoren in Kindheit und Jugend. In: Psychologie und Erziehung, Nr. 1/2001.
- Seligman, Martin E.P.*: Kinder brauchen Optimismus. Rowohlt Verlag, Reinbek 1999.