

Sabine Höflich

Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Campus Baden

WERTvolle Wünsche für eine resiliente Zukunft

DOI: <https://doi.org/10.53349/schuleverantworten.2025.i3.a600>

Auf der Suche nach Resilienz, also der psychischen Widerstandskraft, wurden Lehrkräfte aus Pflichtschulen nach stärkenden Momenten für Schüler*innen, Erziehungspersonen und Lehrkräfte befragt. Die Analyse der Antworten zeigt, dass hinter den Wünschen Werte wie Individualität und Kooperation, Kommunikation und Ruhe sowie Optimismus und Realismus stehen. Diese sollen resilienzförderlich wirken und können die Basis für die Entwicklung einer gesundheitsförderlichen, stärkenden Schulkultur bilden.

Resilienz, wertorientierte Schulkultur, resilienzförderliche Werte

Einleitung

Schulkultur spiegelt Werte und Beziehungen wider. Um eine Schule weiterzuentwickeln, sollte man sich auf gemeinsame Werte verständigen, damit Veränderungen als Verbesserungen wahrgenommen werden, Entwicklungen mitgetragen werden und nachhaltig Bestand haben (Booth & Ainscow, 2019).

Während der abklingenden Corona-Pandemie und zu Beginn des Krieges in der Ukraine wurden Lehrkräfte befragt, was Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte benötigen, um resilient zu werden bzw. zu sein. Die Aussagen analysierend, wurden Werthaltungen und Überzeugungen sichtbar, die nicht nur die psychische Widerstandskraft stärken sollen, sondern auch über die Art des Zusammenlebens und Interagierens in der Schule Auskunft geben.

Resilient in Gegenwart und Zukunft

Werte sind wünschenswerte, situationsübergreifende Ziele (Schwartz, 1994), die das Verhalten und die Auswahl der Mittel beeinflussen. Als kulturelle Antworten auf biologische, soziale, psychologische oder ökonomische Bedürfnisse und Ressourcen haben Werte einen expli-

ziten Handlungsbezug sowie eine starke motivationale Eigenwirkung (Beckers, 2018; Schmidt et al., 2007). Diese Motivation kann die notwendige Kraft und Energie bereitstellen, um Veränderungen, die oft mit Widerstand, Ängsten, Verunsicherung und jedenfalls mit Anstrengung verbunden sind, in Gang zu setzen und Entwicklungen zu ermöglichen. Verständigt sich eine Schule mit allen Beteiligten auf Werte als gemeinsame Orientierung, beeinflusst dies schulische Kulturen, Strukturen und Praktiken (Booth & Ainscow, 2019).

Psychische und physische Gesundheit als bedeutsames Ziel, das seit der Gesundheitskrise durch die COVID-19-Pandemie stärker in den Fokus gerückt ist, hat die Bedeutsamkeit von Resilienz hervorgehoben. Diese psychische Widerstandskraft entwickelt sich lebenslang situativ, dynamisch und prozesshaft im Austausch mit der Umwelt. Als Resilienzfaktoren nehmen adäquate Fremd- und Selbsteinschätzung, gelingende Selbststeuerung und positive Selbstwirksamkeitserwartungen und darauf aufbauend soziale Kompetenzen, adaptive Bewältigungskompetenzen bzw. positiver Umgang mit Stress sowie Problemlösefähigkeit eine bedeutsame Rolle ein. Sowohl personale, soziale als auch umweltbedingte Schutz- oder Risikofaktoren können sich dabei stärkend auswirken bzw. die Person verletzlich, also vulnerabel, machen. Dabei gilt es zu bedenken, dass resiliente Entwicklung anstrengend ist, Kraft benötigt und die Bewältigung von Herausforderungen auch mit unangenehmen Emotionen verbunden sein kann. Soziale Faktoren wie die Schule können zum Schutzfaktor werden und dabei unterstützen, personale Ressourcen zu erkennen und dabei begleiten, diese zu entwickeln und zu nutzen (Hiebel et al., 2020; Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015).

Mithilfe von Leitfadeninterviews (Helfferich, 2014) wurde im Mai 2022 an Volks- und Mittelschulen in Niederösterreich querschnittlich erhoben, was Schüler*innen, Eltern und Lehrpersonen aus der Perspektive von Lehrpersonen benötigen, um in der Gegenwart und Zukunft resilient agieren zu können. Neunzehn Lehrpersonen schilderten aus ihrer subjektiven Sicht, was Schüler*innen und Lehrpersonen in Zeiten der Veränderung stärkt. Achtzehn Lehrpersonen reflektierten auch die Situation der Eltern. Eine Lehrperson äußerte sich nicht dazu, da sie zwar ihre eigene Perspektive als Elternteil oder Großelternteil reflektieren könne, aber keinen ausreichenden Einblick in die Welt der Erziehungspersonen sowie deren Bedürfnisse habe. Die aus den Interviews gewonnenen Antworten der Lehrpersonen wurden induktiv mittels Qualitativer Inhaltsanalyse (Mayring, 2019) ausgewertet und mit den Werten des WELEX-Werte-Lexikons abgeglichen. Dieses umfasst 133 Werte und 20 begriffliche Wertesysteme. Die darin beschriebenen erstrebenswerten Werte beschreiben in einer soziologischen bzw. kulturellen Gemeinschaft positiv bewertete Wesensmerkmale. Wertesysteme werden durch individuell zugeordnete Wertebegriffe konkretisiert. Dem Wertesystem der Lernbereitschaft werden beispielsweise Werte wie Aufgeschlossenheit, Aufmerksamkeit, Ausdauer, Beharrlichkeit, Engagement, Fleiß, Hingabe, Neugier, Offenheit, Selbstdisziplin, Willenskraft und Zielstrebigkeit zugeordnet (Sauer, 2024).

Blick auf Schüler*innen

Ermutigung aussprechen, Erfolgszuversicht ausstrahlen und Erfolgsrückmeldung geben sind wichtige soziale Schutzfaktoren, welche die Schule bieten kann. In Bezug auf schulische Beziehungs- und Lerngestaltung ist eine optimistische Grundhaltung bedeutsam. Zu vermitteln, dass man nicht hilfloses Opfer der Umstände ist, sondern die Realität annimmt und Probleme als Herausforderung und als Lernchance versteht, stellt einen wichtigen Faktor für die Resilienzentwicklung dar. Die Form der Unterrichtsgestaltung, in der herausfordernde Aufträge und Anforderungen, die von jeweiligem Kind bzw. Jugendlichen bewältigbar sind, gestellt werden, und die Bedeutung individuell passgenauer Unterstützung bzw. Adaptierungen (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015), wird auch von den befragten Lehrpersonen als relevant erachtet.

In Bezug auf die Schüler*innen wurden am häufigsten die förderliche Unterrichtsgestaltung (in 50 % der Dokumente) reflektiert sowie gelingende Interaktions- und Kommunikationserfahrungen (40 %), das Eingehen auf die Individualität der Schüler*innen (35 %) und Ruhe (30 %) als stärkende Momente genannt.

Der Fokus der Lehrpersonen liegt auf der Unterrichtsgestaltung. In der Primarstufe steht insbesondere die Ritualisierung und Rhythmisierung des Unterrichts sowie dessen abwechslungsreiche Gestaltung im Zentrum der Überlegungen. In der Sekundarstufe thematisieren die Lehrpersonen persönlichkeitsbildenden Unterricht. Darüber hinaus erachten sie die Möglichkeit, Unterricht auch außerhalb des Schulgebäudes abzuhalten, als bedeutsam. Projektunterricht, Kooperation mit dem Umfeld und erlebnisorientierte Aktivitäten werden als stärkend genannt. Der Bezug zur Natur wird in allen Altersbereichen als wertvolle Ressource erkannt. Selbstständiger zu werden und Strategien für das Selbstmanagement zu erwerben, stellen ebenso wichtige Ziele dar. Die verstärkte Wahrnehmung des Leistungsdrucks nach der Pandemie bietet Anlass zur Reflexion. Während in der Sekundarstufe kritisch auf die Prüfungskultur und die Vielzahl punktueller Erhebungen in zeitlich gedrängter Form hingewiesen wird, bemerken die Lehrkräfte in der Primarstufe, dass das Abfragen von Malreihen oder das Beantworten von Fragen vor der Klasse auch ohne Bewertungsanspruch Stress auslöst. Rückmeldung und positive Feedbackkultur tragen zu einer stärkenden Unterrichtskultur bei. Präzise Benennung von Gelingenem sowie auch von Noch-Nicht-Erfolgreichem soll Weiterentwicklung auf Basis von Gelingendem mit Blick auf den nächsten Lernschritt ermöglichen. Auch mit Scheitern und Misserfolgen umzugehen, Distanz zu Negativem zu gewinnen und Bewältigungs- bzw. Problemlösungsstrategien zu entwickeln, sind wichtige Lernschritte. Gelingen und Erreichtes bewusst zu machen und das Erleben von Selbstwirksamkeit zu fördern, stärkt die Zuversicht in künftige Erfolge. Hinter diesen Aussagen stehen Werte wie Abenteuer, Aktivität, Individualität, Teamgeist und Zuversicht sowie das Wertesystem der Lernbereitschaft (Sauer, 2024).

Eine Schule, die positive Interaktions- und Kommunikationserfahrungen ermöglicht und Angebote bereithält, die der individuellen Persönlichkeit der Schüler*innen entsprechen, kann zu einem Ort der Entwicklung werden. Insbesondere in der Sekundarstufe hat sie Einfluss da-

rauf, dass Jugendliche das Schulsystem nicht vorzeitig verlassen, wenn sie sich zugehörig und sozial eingebunden fühlen, wenn sie ihre Stärken entdecken, die möglicherweise abseits des regulären Fächerkanons erstrebenswert sind, und wenn sie Perspektiven entwickeln können. Damit ein Ort zu einem solchen werden kann, braucht es Sicherheit und die Möglichkeit, Neues auszuprobieren. Um ein Ort der Entfaltungsmöglichkeiten zu sein, braucht es einen geschützten Rahmen, in dem Neues ausprobiert werden kann. Während in der Primarstufe Geborgenheit stärker im Mittelpunkt steht, soll in der Sekundarstufe Mut gefunden werden, sich und die Welt in einem weiteren Aktionsfeld kennenzulernen, Neues auszuprobieren, sich in der Gruppe zu erleben und in verschiedene Rollen zu schlüpfen sowie Verantwortung für sich, seine Entscheidungen und auch für andere zu übernehmen. Dazu braucht es auch Selbstmanagementstrategien, die kennengelernt, erprobt und angewendet werden sollen. Unterstützung und beziehungsorientierte Begleitung seitens des schulischen Umfelds sollte dabei sichergestellt sein.

Neben den aktivierenden Tätigkeiten wurde auch der Aspekt der Ruhe zum Thema. Zeit zu bekommen, die man zur Erledigung einer Aufgabe benötigt, nimmt Stress und Druck und ermöglicht ein Vertiefen in das Tun. In der Primarstufe wurde in diesem Zusammenhang auch die Zeit angesprochen, die Kinder zum Spielen – und zwar in analoger Form – benötigen, um sich in eine selbstgewählte Tätigkeit zu vertiefen. Diese Zeit kommt in einem oft durchgetakteten Schul- und Freizeittag sichtlich zu kurz, ist aber wichtig für die Entwicklung der Kinder. Auch Entspannungs- und Erholungsphasen sollten bewusster mitgedacht werden, um zur Ruhe zu kommen, Gelerntes zu verarbeiten und nachhaltig zu integrieren. Der Wert von Achtsamkeit, Ausgeglichenheit und Ruhe erscheint demnach wichtig.

Der unterstützende, begleitende Einfluss von Freundschaft und Familie, die Wertesysteme darstellen, fördert ebenfalls die Resilienzentwicklung. Weitere Wertesysteme wie Kommunikation und Verbundenheit sowie in der Schule gelebte Werte wie Mut, Individualität, Realismus, Sicherheit und Verantwortung (Sauer, 2024) stärken die Schüler*innen aus Sicht der Lehrpersonen.

Blick auf Erziehungspersonen

Eine konstante, unterstützende und zugewandte Beziehung gilt als stabilster Prädiktor für eine resiliente Entwicklung (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015). Den Eltern bzw. familiären Bezugspersonen kommt daher eine bedeutsame Rolle zu, die von den Lehrpersonen reflektiert wurde.

Die Lehrpersonen berichten, dass Erziehungspersonen bzw. Eltern häufig unter Druck stehen. Viele von ihnen sind erwerbstätig und leiden unter Zeitmangel. Andere wiederum sehen sich aufgrund von Sprachproblemen oder ihres Alleinerzieherstatus mit erschwerten Bedingungen bei der Kooperation mit der Schule konfrontiert. Schicksalsschläge bzw. Krankheiten, der Suizid eines Vaters, die Depression einer Mutter oder andere psychische Probleme, die mitunter mit veränderter Realitätswahrnehmung einhergehen, belasten Familiensysteme. In an-

deren Familien wiederum üben Eltern Druck auf ihre Kinder aus, um sie zu motivieren und herausragende Leistungen und gute Noten zu erreichen. Manchmal sind Erziehungspersonen in ihrem Mitteilungsbedürfnis und ihren Wünschen so engagiert, dass Lehrpersonen ihre eigenen Grenzen nicht mehr gewahrt sehen. Andererseits erfahren Lehrer*innen auch Wertschätzung durch die Eltern, wenn diese Entscheidungen der Schule mittragen, Initiativen unterstützen und Vereinbarungen eingehen. So kann gemeinsam zum Wohle der Kinder gearbeitet werden. Das Einbringen in und das Interesse am schulischen Geschehen können Entwicklungs- und Lernprozesse fördern.

Auf die Frage, was sie den Eltern wünschen, um in Gegenwart und Zukunft gesund und resilient zu sein, nannten die Lehrpersonen Bereiche, denen Werte zugrunde liegen. Ruhe (35 %) sowie Vertrauen (10 %) und Sicherheit (5 %) bzw. Optimismus (15 %) brauche es ebenso wie Geduld (5 %). Ebenso wichtig sei es, weltoffen zu agieren (5 %). Eine gute Kommunikation (25 %) und auch Unterstützung (25 %) in schwierigen Lebenslagen stärke die Eltern, sodass sie ihre Kinder gut in der Schule begleiten.

Ruhe, Erholung, Entspannung und Kontemplation sowie Zeit für ein bewusstes Familienleben können der ganzen Familie guttun. Einen positiven Blick auf ihre Kinder und deren Stärken zu werfen, könnte die Eltern ebenso stärken. Das Vertrauen darauf, dass sich die Kinder gut entwickeln und in der Schule verlässlich, wertschätzend und förderlich begleitet werden sowie der Optimismus, der durch den positiven Blick auf das Kind entsteht, stärken ein Gefühl der Sicherheit. Das braucht neben der Zuversicht auch Geduld. Sicherheit und Vertrauen kann durch Kommunikation und Kooperation entstehen. So wünschen sich letztendlich die Lehrer*innen, dass die Eltern Kontakt suchen, aber auch, dass sich diese ein realistisches Bild machen wollen und weltoffen agieren.

Somit erweisen sich aus der Sicht der Lehrpersonen die Werte Geduld, Offenheit, Optimismus, Realismus, Ruhe und Sicherheit ebenso sowie das Wertesystem der Kommunikation (Sauer, 2024) als resilienzförderliche Aspekte, die die Eltern bzw. Erziehungspersonen widerstandsfähiger machen sollen.

Blick auf Lehrpersonen

Resilienz beruht auf stabilen und verlässlichen Beziehungen. Auch Bezugspersonen aus dem erweiterten Familienkreis oder Pädagog*innen können kompensatorische Beziehungen eingehen (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015). Dies kann jedoch nicht verordnet werden, da hierfür die Offenheit beider Seiten sowie eine langandauernde, konstante Verfügbarkeit der Bezugsperson notwendig sind.

Neben Anerkennung und Wertschätzung (10 %) thematisieren die Lehrpersonen am häufigsten das Bedürfnis nach Ruhe (30 %) sowie Kooperation (30 %) und Kommunikation (10 %). Weitere Themen sind der Bedarf an Unterstützung (20 %), die Bedeutung von Selbstreflexion (20 %) und Gesundheit (20 %). Klarheit (10 %) sowie professionelle Distanz (10 %) und Berufszufriedenheit (10 %) wurden ebenfalls in den Kontext von Resilienz gestellt. Das Auseinander-

setzen mit der Realität (5 %), die Fähigkeit zur Flexibilität (5 %), Optimismus (5 %) und ein stärkendes soziales Umfeld und Freund*innen (5 %) sind ebenfalls bemerkenswert.

Auch die Lehrpersonen sehen den Wert der Ruhe als bedeutsam an. Es braucht Zeit für Erholung. Genannt wurden der Wunsch, einmal das Gefühl zu haben, mit der Arbeit fertig zu sein, sowie der Wunsch, ausreichend Zeit zu haben, um sich in ein Thema bzw. eine Aufgabe vertiefen zu können anstatt es „abzuarbeiten“.

Das Bedürfnis nach Kooperation kann darauf hinweisen, dass das Bild der Lehrperson als „Einzelkämpfer*in“ in Zeiten des Wandels und in einer pluralistischen Gesellschaft nicht mehr zielführend ist. Es ist bedeutsam, die Vielfalt von Stärken bzw. Rollen im System Schule zu nutzen, da nicht jede*r in sämtlichen Bereichen im gleichen Ausmaß kompetent ist. Professionelle Kompetenzen wie Kommunikation, Flexibilität, professionelle Distanz und Selbstreflexion tragen zur Resilienzförderung bei. Auch Optimismus und Berufszufriedenheit stärken die Widerstandskraft. Dabei wird auf die vorgefundene Realität Bezug genommen, mit der es sich im engeren wie im weiteren Sinne auseinanderzusetzen gilt, und im vorhandenen Wirkungsrahmen agiert. Wenn es einerseits einen Handlungsspielraum und andererseits einen klaren Rahmen gibt, in dem agiert werden kann, ermöglicht dies einerseits Flexibilität und andererseits Sicherheit.

Während neben dem Lob und der Bestätigung von Gelungenem auch die ehrliche Rückmeldung darüber, wenn etwas nicht in Ordnung war, bei den Schüler*innen thematisiert wurde, äußern die Lehrpersonen selbst den Wunsch nach Anerkennung, Wertschätzung und positiver Rückmeldung für ihre Arbeit. Dies zeige sich unter anderem durch Verständnis für ihre Arbeitssituation und das Nachvollziehen der Anstrengung und der Bemühungen, die sie leisten.

Auf psychische und physische Gesundheit zu achten, achtsam mit sich und der Umwelt umzugehen und individuell passende Selbstfürsorgestrategien in den Alltag zu integrieren, soll hervorgehoben werden. Stärkung durch das soziale Umfeld und Freund*innen wirkt auch in das berufliche Feld hinein. Diese genannten Resilienz förderlichen Aspekte thematisieren die Werte der Achtsamkeit, Aktualität, Akzeptanz, Anerkennung, Engagement, Familie, Freundschaft, Gesundheit, Individualität, Realismus, Ruhe, Teamgeist und Zufriedenheit. Wertesysteme wie Kommunikation, Kompetenz, Wertschätzung und Zufriedenheit (Sauer, 2024) werden angesprochen.

Fazit

Die erste Analyse der Daten zeigt, dass Resilienz – im WELEX-Werte-Lexikon (Sauer, 2024) ebenfalls als Wert aufgelistet – mit vielen anderen Werten in Verbindung steht. Lehrpersonen benennen Individualität und Kooperation, Kommunikation und Ruhe sowie Optimismus und Realismus als für alle bedeutsam. Bevor diese Werte als für alle bedeutsam herangezogen werden können, um eine inklusive Schulkultur zu entwickeln, gilt es, sie mit der tatsächlichen Wahrnehmung von Schüler*innen und Erziehungspersonen abzugleichen.

Die Ergebnisse weisen auf Tendenzen hin, die einen Zusammenhang zwischen einer werteorientierten, inklusiven Schulkultur und der Förderung von Resilienz herstellen. Dabei wird die soziale Verantwortung angesprochen, kindgerechte und förderliche schulische bzw. gesellschaftliche Rahmenbedingungen herzustellen (Rönnau-Böse & Fröhlich-Gildhoff, 2015). Es erscheint lohnenswert, dies als Ausgangspunkt zu nehmen, um im Sinne einer gesunden und widerstandsfähigen Gesellschaft Schule auf Basis von gemeinsamen Werten wie Gesundheit, Kommunikation, Kooperation und Wertschätzung der Individualität jedes Einzelnen unter Berücksichtigung des Bedürfnisses nach Ruhe weiterzuentwickeln.

Literaturverzeichnis

- Beckers, T. (2018). Werte. In J. Kopp & A. Steinbach (Hrsg.), *Grundbegriffe der Soziologie*. Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-20978-0_98
- Booth, T. & Ainscow, M. (2019). *Index für Inklusion. Ein Leitfaden für Schulentwicklung*. Beltz.
- Helfferich, C. (2014). Leitfaden- und Experteninterviews. In N. Baur & J. Blasius (Hrsg.), *Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung*. (S. 669-686). Springer VS.
- Hiebel, N., Rabe, L. M., Maus, K., & Geiser, F. (2021). Gibt es die „resiliente Persönlichkeit“? Is there a „resilient personality“? *Spiritual Care*, 10(2), 117–127. <https://doi.org/10.1515/spircare-2020-0125>
- Mayring, P. (2019). Qualitative Content Analysis: Demarcation, Varieties, Developments. *Forum: Qualitative Social Research*, 20(3). <https://doi.org/10.17169/fqs-20.3.3343>
- Rönnau-Böse, M. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2015). Resilienz als Gelingensfaktor. *Public Health Forum*, 23(4), 215–217.
- Sauer, F. (2024). *WELEX-Werte-Lexikon*. <https://www.values-academy.de/werte-lexikon/alle-werte/>
- Schmidt, P., Bamberg, S., Davidov, E., Herrmann, J. & Schwartz, S. H. (2007). Die Messung von Werten mit dem „Portrais Value Questionnaire“. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*. 38 (4), 261–275.
- Schwartz, S. H. (1994). Are There Universal Aspects in the Structure and Contents of Human Values? *Journal of Social Issues*, 50, 19–45. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1994.tb01196.x>

Autorin

Sabine Höflich, Mag. Dr. BEd.

Hochschullehrende an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich, zuvor Volks- und Sonderschul- sowie Ausbildungslehrerin, Arbeitsschwerpunkte: Diversität und Inklusion; Publikationen in den Bereichen Resilienz, Traumapädagogik, Autismus, Pädagogisch-praktische Studien und „stille“ Kinder; Forschungsprojekte „Autismus und Schule“ und „SKS Stille Kinder stärken“

Kontakt: sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at