RESILIENZ FÖRDERN – KINDER BEGLEITEN

Bedürfnisorientierte Religionspädagogik als Weg zu einer starken Kirche mit Kindern



Kontakt: Corinna Link

link@comenius.de, Instagram: @colibiri260



Bild: erstellt mit Hilfe von Canva AI

Das Emotionskarussell

„Unsere Aufgabe ist nicht, das Karussell anzuhalten – **sondern Kinder sicher darin zu begleiten**."

Kinder erleben täglich ein Karussell der Gefühle: Freude, Wut, Angst, Scham, Trauer und Stolz wechseln sich ab.

UNSERE AUFGABE IST NICHT, DAS KARUSSELL ANZUHALTEN – SONDERN KINDER DARIN ZU BEGLEITEN.

Welche Gefühle fallen uns bei Kindern besonders schwer auszuhalten?

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um über diese Frage nachzudenken.

Was bedeutet Resilienz?

Resilienz ist die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und an Herausforderungen zu wachsen.
Wichtig: Resilienz bedeutet nicht dauerhafte Stärke oder Problemlosigkeit – sondern Unterstützung, Hoffnung und Vertrauen.

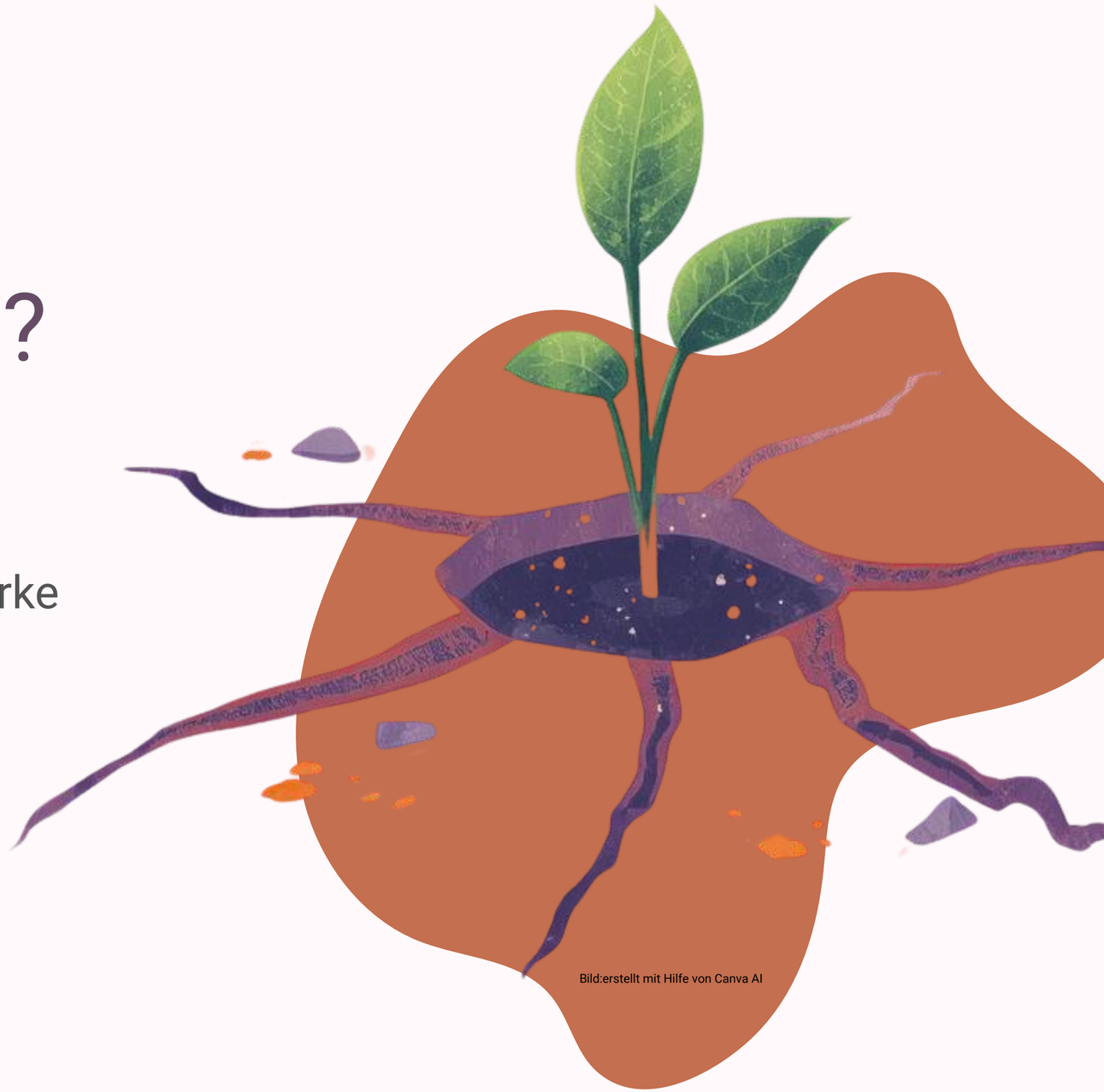
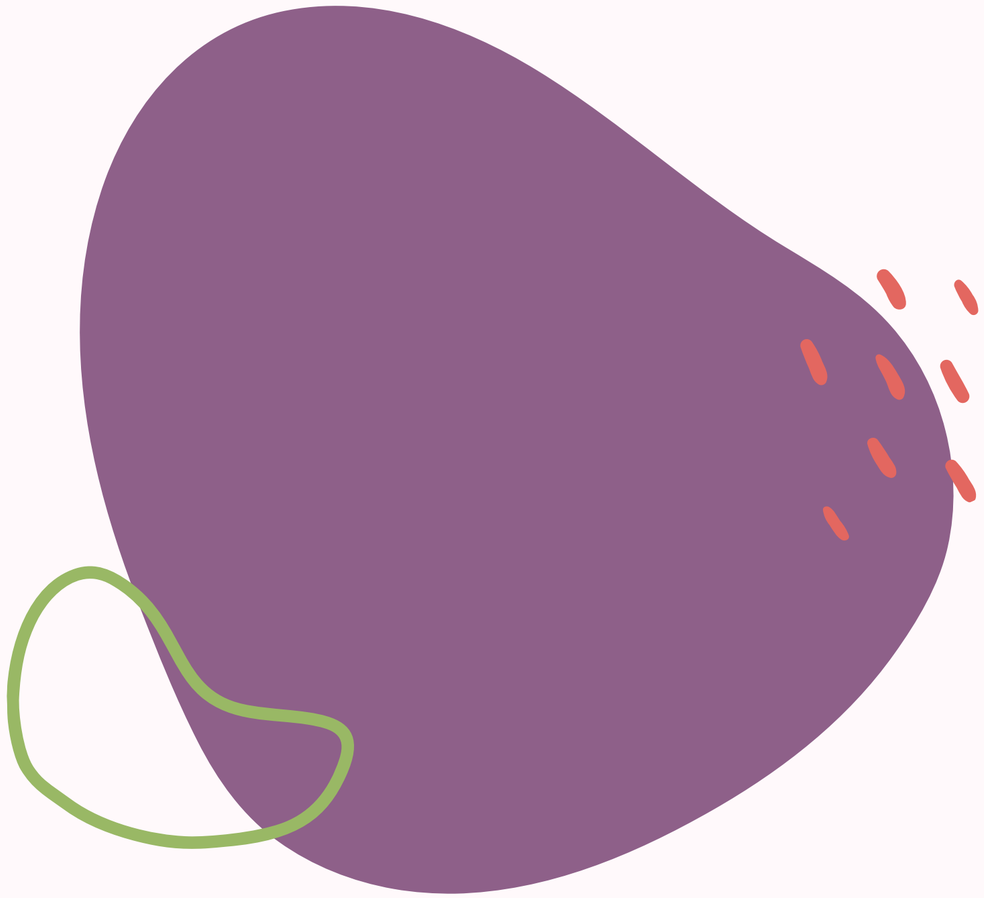


Bild:erstellt mit Hilfe von Canva AI

Schutzfaktoren für Resilienz



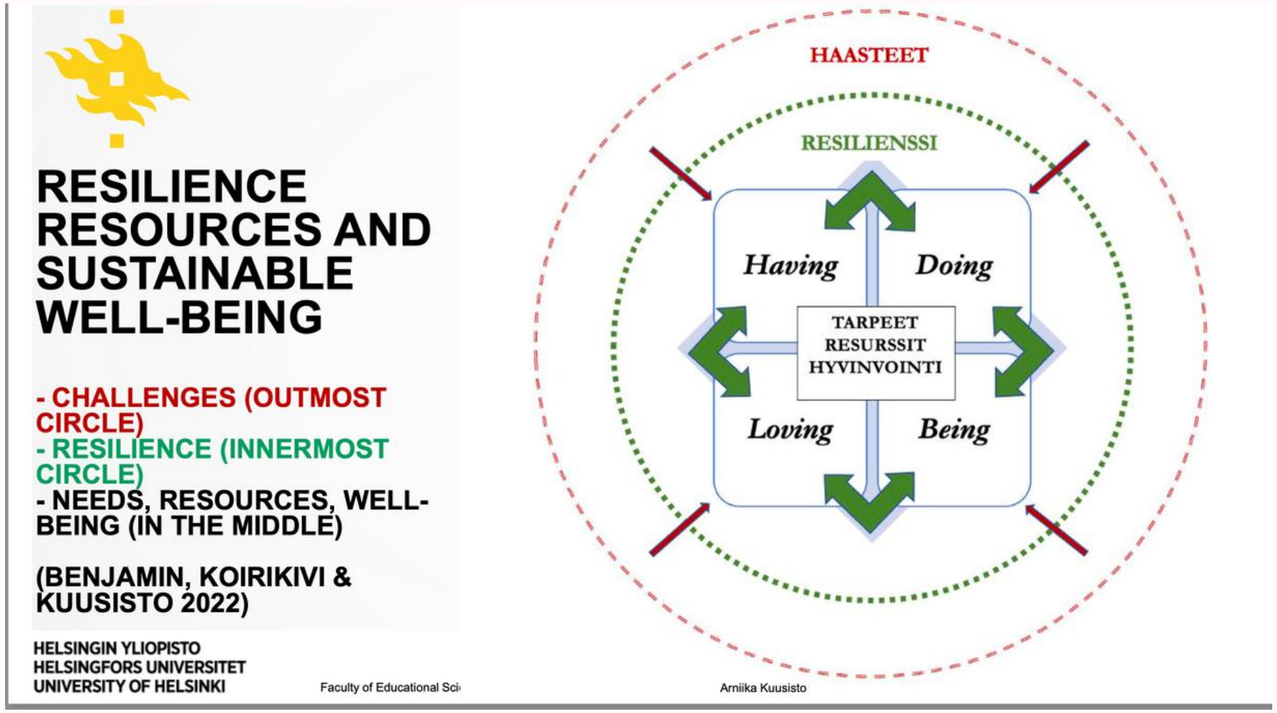
Beziehungen	Verlässliche Beziehungen und emotionale Sicherheit bilden das Fundament für resiliente Kinder.
Zugehörigkeit	Selbstwirksamkeit und das Gefühl der Zugehörigkeit stärken das innere Vertrauen.
Hoffnung	Rituale, Sinn und Hoffnung geben Kindern Halt in schwierigen Zeiten.

RESILIENCE RESOURCES AND SUSTAINABLE WELL-BEING

Forschung der Universität Helsinki

Arniika Kuusisto

https://www.helsinki.fi/en/projects/resilience-and-well-being-early-childhood



Resilienz braucht mehr als Stärke

HAVING

Sicherheit, Schutz, Beziehungen und Zugehörigkeit bilden das Fundament für resiliente Entwicklung.

DOING

Selbstwirksamkeit, Mitgestaltung und Erfahrungen von Können fördern aktive Resilienz.

LOVING

Liebe, emotionale Verbundenheit und Mitgefühl stärken die innere Widerstandskraft von Kindern.

BEING

Identität, Würde, Selbstwert und Sinn geben Kindern Halt und Orientierung im Leben.

„Resilienz entsteht dort, wo Kinder sich

getragen, geliebt, wirksam und bedeutsam erleben."

Kirche kann Räume schaffen, in denen Kinder:

- dazugehören und Vertrauen erleben
- Fragen stellen und Gefühle ausdrücken
- Hoffnung entwickeln dürfen

Bedürfnisorientierte Religionspädagogik

Im Mittelpunkt steht nicht Leistung und Funktionieren, sondern **Beziehung, Bedürfnisse, Gefühle und Würde**.

"Kinder sollen sich gesehen, gehört und getragen fühlen."

Diese Haltung prägt eine Pädagogik, die Kinder stärkt.

Subjektorientierte Religionspädagogik

Im Mittelpunkt stehen die Erfahrungen, Gefühle, Fragen und Deutungen der Kinder selbst.
Welche Erfahrungen machen Kinder mit Hoffnung, Angst und Vertrauen?

Kinder sind Theolog:innen

Beispielfrage eines Kindes:
"Hat Gott auch Bauchweh, wenn ich traurig bin?"

Unsere Aufgabe: Zuhören, Raum geben,
Gefühle ernst nehmen, gemeinsam suchen.
Kinder verdienen Resonanz und Wertschätzung.

Emotionen sind wichtiger Kompass

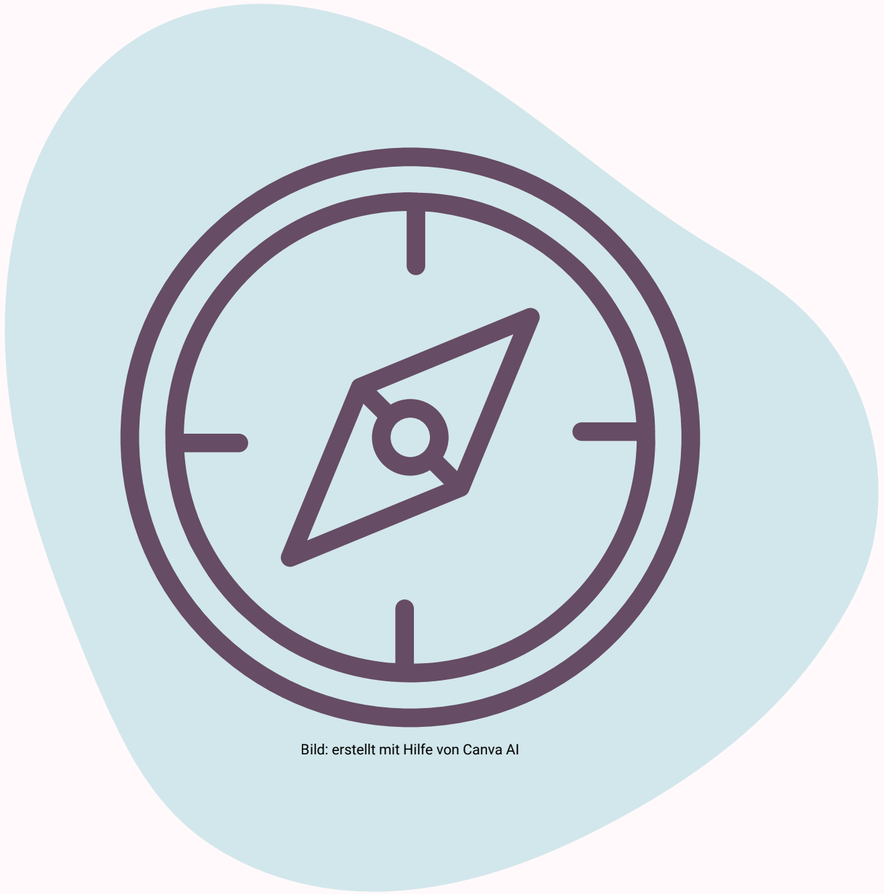


Bild: erstellt mit Hilfe von Canva AI

Gefühle zeigen

Gefühle zeigen uns, was wirklich wichtig ist – sie sind unser innerer Wegweiser.

Motivation

Ohne Emotion keine Motivation – Gefühle sind der Motor für Handeln und Lernen.

Moral & Werte

Emotionen prägen unsere Moral und Werte – sie formen, wer wir werden.

Vier Arten des Umgangs mit Gefühlen

Dismissing

"Du musst keine Angst haben."
Gefühle werden heruntergespielt oder ignoriert.

Laissez-faire

"Dann sei halt wütend."
Gefühle werden akzeptiert, aber keine Grenzen gesetzt.

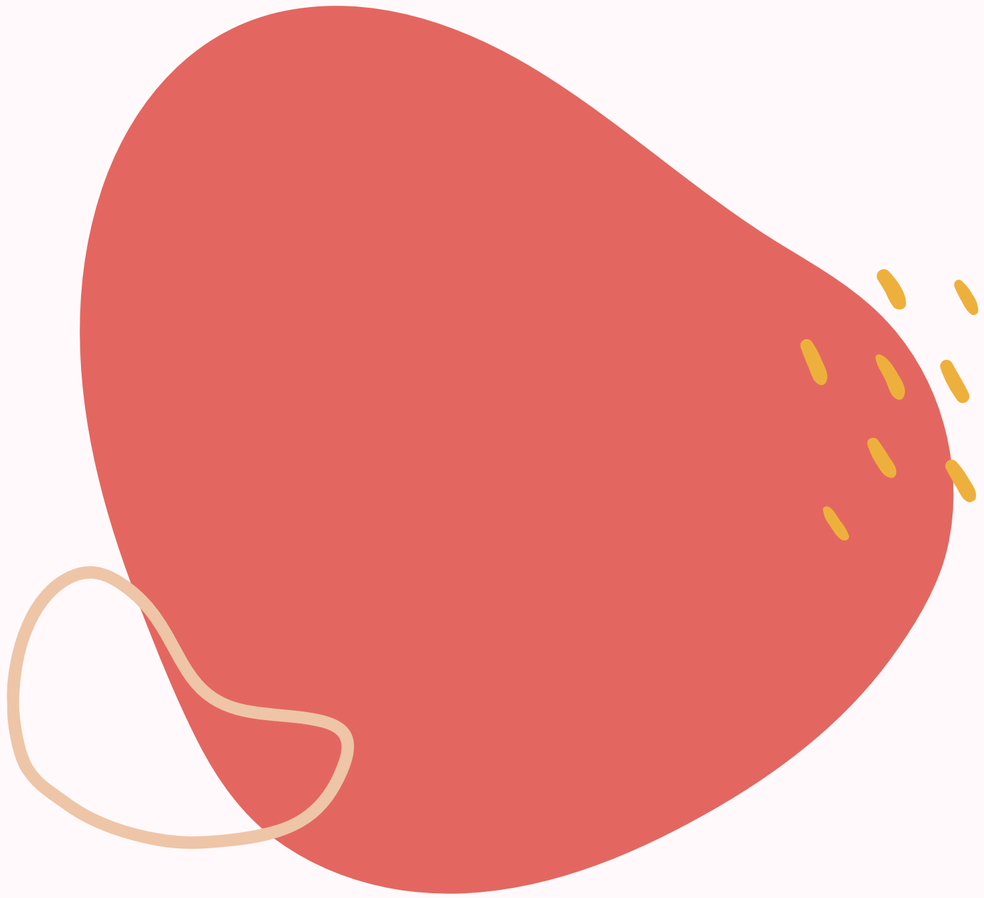
Disapproving

"Jetzt reiß dich zusammen!"
Gefühle werden kritisiert oder bestraft.

Emotionscoaching

"Ich sehe, du bist traurig, weil..."
Gefühle werden begleitet und verstanden.

Kinder werden stark, wenn...



Gefühle	Ihre Gefühle werden gesehen und ihre Bedürfnisse ernst genommen.
Zuhören	Jemand hört zu und sie fühlen sich sicher und geborgen.
Lösungen	Sie dürfen eigene Lösungen entwickeln. **"Herzensbildung beginnt mit unserer Haltung."**

Kirche als sicherer Ort

Kinder brauchen Räume, in denen sie nicht funktionieren müssen.

Orte, an denen:

- Fragen erlaubt sind
- Gefühle Platz haben
- Hoffnung wachsen kann
- Sie einfach sein dürfen, wie sie sind.

Herzensbildung bedeutet



Gefühle	Gefühle wahrnehmen und benennen lernen – der erste Schritt zur emotionalen Kompetenz.
Mitgefühl	Mitgefühl entwickeln und Hoffnung erfahren – Grundlagen für ein starkes Herz.
Vertrauen	"Glaube und Emotion gehören zusammen" – Vertrauen aufbauen und sich selbst achten.

Rituale geben Halt

Kerze anzünden	Ein einfaches Ritual, das Ruhe und Besinnung schafft – der Moment des Lichts gibt Gefühlen Raum.
Segensrituale	Worte des Segens vermitteln Kindern Geborgenheit und das Gefühl, getragen zu sein.
Gefühlsrunden	Gemeinsames Teilen von Emotionen stärkt Vertrauen und zeigt: Alle Gefühle dürfen da sein.



Beziehung vor Programm

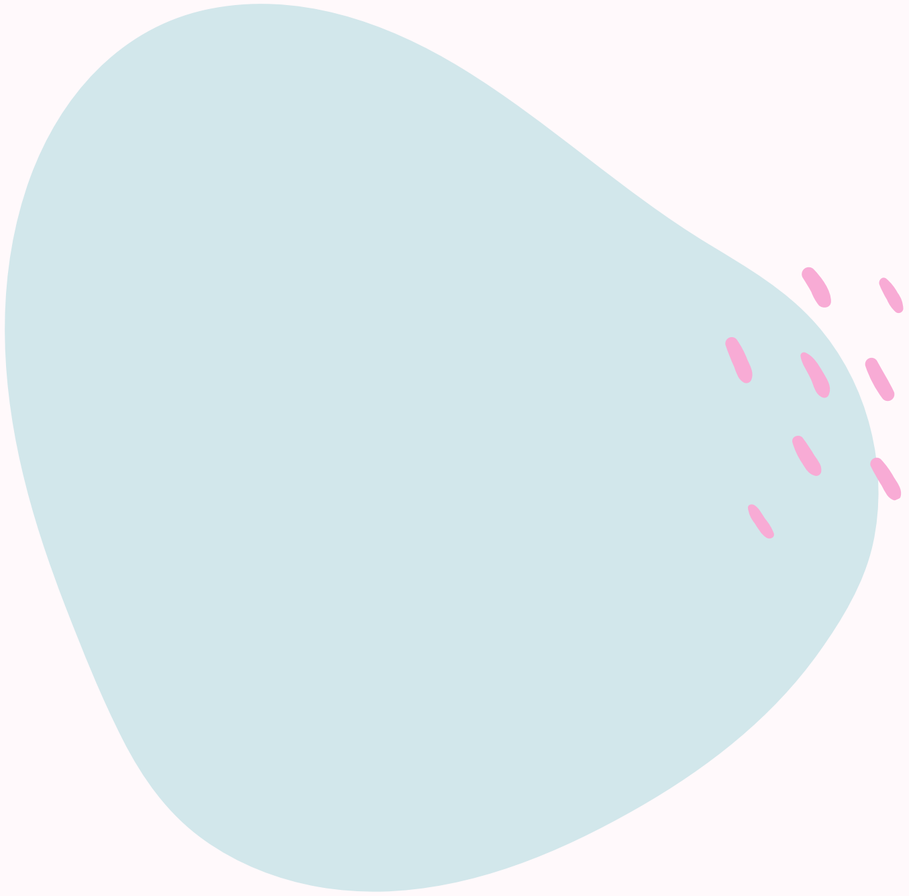
Kinder erinnern sich selten an Inhalte.

Aber sie erinnern sich daran, ob sie gesehen wurden.

Ob jemand Zeit hatte.

Ob sie ernst genommen wurden.

Beziehung ist der Kern jeder Pädagogik.



Willkommen	Ich bin willkommen – meine Anwesenheit ist gewünscht und wertvoll.
Gehört	Ich werde gehört – meine Gefühle dürfen da sein und werden ernst genommen.
Wachsen	Ich bin nicht allein – und ich kann an Herausforderungen wachsen.

"Kirche der Zukunft entsteht in Begegnungen:
wenn wir uns authentisch und auf Augenhöhe begegnen."

Kinder brauchen Selbstwirksamkeit.
Sie müssen erleben:
„Ich kann etwas gestalten.“



Kontakt: Corinna Link

link@comenius.de, Instagram: @colibiri260

VIELEN DANK!

LITERATURHINWEISE

Burkhardt, Susan C. A. (2025): Der gesunde Umgang mit (kindlichen) Emotionen. In: Wicki, Monika T. & Törmänen, Minna R. K. (Hrsg.): Bildung für alle stärken. Ein Handbuch für die evidenzbasierte Entwicklung inklusiver Schulen. Bad Heilbrunn, Verlag Julius Klinkhardt, 2025, S. 164–174.

Graf, Johanna (2005): Familienteam – das Miteinander stärken. Das Geheimnis glücklichen Zusammenlebens. Freiburg: Verlag Herder.

Gottman, John (1998): Kinder brauchen emotionale Intelligenz. Ein Praxisbuch für Eltern. Heyne Verlag.

Wollasch, Ursula (2023): Mit Kindern über Gott reden – auch in Krisen. In: Kita-Fachtexte, Nr. 4/2023. https://www.kita-fachtexte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/4-2023_Kita-Fachtext_Ursula_Wollasch_Mit_Kindern_ueber_Gott_reden.pdf , 06.11.25

FamilienTeam Elterntrainer, Präventionsprogramm zur Stärkung der Erziehungskompetenz und der Eltern-Kind- Beziehung. https://www.institut-erziehungskompetenz.de/eltern/ueber-familienteam

KlasseTeam – Trainingsprogramm zur Stärkung der Interaktions- und Beziehungskompetenz von Lehrkräften. Institut für Erziehungskompetenz. https://www.institut-erziehungskompetenz.de/lehrkraefte/ueber-klasseteam

Altmeyer, S., Grümme, B., Kohler-Spiegel, H., Naurath, E., Schröder, B., & Schweitzer, F. (Hrsg.). (2025). Im Mittelpunkt: Kinder (Jahrbuch der Religionspädagogik, Bd. 41). Vandenhoeck & Ruprecht. https://doi.org/10.13109/9783666700248