

# »Wann hast du gemerkt, dass du stark bist?«

## STÄRKEERLEBNISSE VON KINDERN WELTWEIT

Maya Götz

**In einer bisher einzigartigen Studie wurden über 700 Stärkeerlebnisse von Kindern und Jugendlichen aus 50 Ländern gesammelt, analysiert und im Sinne der Resilienzförderung in stärkende Geschichten in Kurzfilmen umgesetzt.**

»Die Welle drückte mich nach unten und schleuderte mich herum. Ich sank schnell. »Keine Panik!«, sagte ich zu mir. Hoch über mir sah ich, wie sich die Sonne immer weiter entfernte. Unter mir kam der Meeresboden näher. Ich musste etwa 10 Meter unter der Wasseroberfläche sein und mit einem Mal waren meine Gedanken ganz klar: »Keine Panik! Warte, bis deine Füße den Boden erreicht haben. Sieh zur Sonne und stoß dich vom Boden so stark ab, wie du kannst.« Das Wasser rauschte in meinen Ohren und die Zeit, die ich durchs Wasser flog, erschien mir wie eine Ewigkeit. Kurz vor der Oberfläche dachte ich, es würde nicht mehr gehen. Doch dann war ich oben, holte so tief Luft wie noch nie in meinem Leben und sah die blassen Gesichter meiner Kumpels am Ufer. Sie dachten wohl, sie würden mich nie wieder lebendig sehen.«

Alejandro aus Kuba zeigt sein Bild in die Runde: eine Sonne, die durch die blaue Oberfläche schimmert. Stille im Raum. Dann Applaus.

Es ist eine von über 600 Geschichten aus 50 Ländern, die ich in den letzten 5 Jahren von Fernsehverantwortlichen und Menschen, die beruflich für Kinder arbeiten, gehört habe. 485 Geschichten durfte ich mit nach Deutschland nehmen. Hinzu kamen noch weitere Erzählungen aus Storytelling Clubs und aus dem PRIX JEUNESSE Art Contest 2018, sodass



Abb. 1: Alejandro aus Kuba teilte seine Geschichte, als er beim Surfen beinahe ertrank

es letztendlich über 700 Geschichten waren, alle erzählt auf dieselbe Frage hin: »Wann hast du gemerkt, dass du stark bist?« Sie bilden die empirische Grundlage des im Folgenden kurz zusammenfassend vorgestellten Projektes »Starke Geschichten für starke Kinder«.

### DIE KRAFT DES STORYTELLINGS

Geschichtenerzählen – oder Storytelling, wie es international heißt – erreicht Menschen auf besonders wirkungsvolle Weise. Durch die erzählte, dramatisierte Darstellung bindet Storytelling die ZuhörerInnen emotional ein, involviert sie und eröffnet so eine Chance, in die Erlebniswelten anderer einzutauchen. Es entstehen

Spiegel und Projektionsflächen für eigene Erfahrungen, Storytelling ermöglicht ein tieferes Verständnis von Zusammenhängen und fordert so zur Reflexion auf (Kottler, 2015). Im therapeutischen Kontext können bedeutsame Geschichten und Metaphern u. a. Handlungsoptionen eröffnen, Problemlösestrategien erweitern und Verhalten ändern, Selbstwertgefühl, Selbstfürsorge und Empathie für andere stärken und selbstzerstörerisches Verhalten vermindern (Boyd, 2009). Sollen Geschichten gezielt für die Förderung von Resilienz eingesetzt werden, ist es theoretisch zunächst entscheidend, dass es eine für Kinder bedeutsame Geschichte ist, die sie dort abholt, wo sie emotional und kognitiv stehen, und ihnen Hoffnung und eine positive Sicht auf die Zukunft gibt (Simmons, 2006).



Abb. 2: Die 3 Erlebnisdimensionen und 12 Haupttypen von Selbstwirksamkeitserlebnissen der analysierten Geschichten

### ERHEBUNG BIOGRAFISCH BEDEUTSAMER STÄRKE-ERLEBNISSE WELTWEIT

Im ersten Schritt wurde gezielt nach Erlebnissen gesucht, die von Selbstwirksamkeit geprägt und so bedeutsam waren, dass sie biografisch als wichtige Punkte der Selbstentwicklung eingeordnet werden konnten. Ansatzpunkt war zunächst die mittlere Kindheit mit Schwerpunkt auf 8 bis 9 Jahre. Die Erhebung von 485 dieser bedeutsamen Erlebnisse der Kindheit aus 44 Ländern fand in Workshops mit über 600 Fernsehverantwortlichen<sup>1</sup> aus mehr als 50 Ländern statt. »Strong Stories for Strong Children« ist ein Tagesworkshop, in dem sich die Teilnehmenden u. a. praxisnah mit Rezeptionsforschung, Identitätsbildungsprozessen und Resilienz auseinandersetzen. Nach einer grundsätzlichen Einführung zur Frage, wie Kinder und Jugendliche Fernsehfiguren für ihre Identitätsentwicklung nutzen, und einer ersten

Übung zur eigenen Erinnerung an die HeldInnen der Kindheit wurden die Teilnehmenden gebeten, sich an einen Zeitpunkt zurückzuerinnern, an dem sie etwa 8 oder 9 Jahre alt waren. Nach einer kurzen Meditation kam dann die entscheidende Frage: »Wann hast du gemerkt, dass du stark bist?« Es wurden sinngebundene Erinnerungen wie Farbigkeit, Gerüche, Geräusche und die mit der Situation verbundenen Gefühle erinnert. Anschließend malten und beschrieben die Teilnehmenden die Situation und formten sie später zu einer Geschichte mit einem klassischen dramaturgischen Bogen mit Einführung, Anbahnung des Problems, Höhepunkt und Lösung aus. Die Geschichte von Alejandro aus Kuba war eine von ihnen (Abb. 1). Schon nach den ersten Workshops in Kuba, Uganda und Malaysia wurde deutlich, dass sich bei aller Unterschiedlichkeit der regionalen Bedingungen und kulturellen Kontexte der Geschichten weltweit deutlich Ähnlichkeiten darin zeigen, was von Erwachsenen rückblickend

auf ihre Kindheit als Momente erinnert werden, in denen sie bemerkten, wie stark sie eigentlich sind. Diese biografischen Rückblicke bildeten den Hauptkern der Auswertung, sollten jedoch durch Geschichten von Kindern und Jugendlichen erweitert werden, um auch – zumindest in einem ersten Ansatz – zu sehen, ob sich die Erlebnisse von Kindern im Wesenskern von den eigenen Erinnerungen der Workshop-TeilnehmerInnen unterscheiden und ob sich typische Alterstendenzen andeuten. Für die Erhebung der Selbstwirksamkeitserfahrungen von heutigen Kindern wurden im Rahmen des pädagogischen Konzeptes des Storytelling Clubs (siehe auch Taher et al. in dieser Ausgabe) n = 73 Geschichten und Zeichnungen aus dem Libanon und aus Taiwan ausgewertet. Hinzu kommen n = 173 Bilder und Geschichten, die Kinder und Jugendliche im Rahmen des PRIX JEUNESSE Art Contest 2018 einreichten. Zusammen ergeben sie die 3 Teilstudien mit etwas über 700 Geschichten

und Bildern aus 50 Ländern – alle auf denselben Erzählimpuls hin berichtet und ein biografisch bedeutsames Erlebnis der Selbstwirksamkeit festhaltend, welches 2 Wochen oder auch 40 Jahre her sein kann. In der Auswertung wurden die Geschichten mehrfach Fall für Fall analysiert und codiert. Im Team wurden anschließend empirisch begründete Typen gebildet (Reith & Kelle, 2017), d. h. nach Ähnlichkeiten und Unterschieden entlang konkreter

Fälle und stets offen für neue Zuteilungen. Die Vergleichsdimensionen waren dabei die Fragen, welche Erlebnisdimension im Mittelpunkt stand und in welchem Setting das Erlebnis stattfand.<sup>2</sup> Anschließend wurde nach Überschneidungen und Oberkategorien gesucht.

### DAS ERGEBNIS

#### Ähnliche Erlebnisdimensionen und typische Geschichten weltweit

In der Auswertung zeigten sich bei den erinnerten Stärkerlebnissen 3 typische Erlebnisdimensionen: das Erreichen eines (selbst gesetzten) Ziels, die Bewältigung einer Krisensituation und die soziale Verbindung mit anderen – meist im Sinne von »anderen helfen und sich dadurch selbst als stark empfinden« (care). Unter diesen im Vordergrund stehenden Erlebnisdimensionen zeigen sich dann für die ca. 7- bis 10-Jährigen (gefragtes Alter war »8 bis 9 Jahre, es kann aber auch ein bisschen früher oder später passiert sein«) 12 Haupttypen von Selbst-



Abb. 3: Ann kann sich über das neue Fahrrad, das ihr Vater ihr geschenkt hat, nicht freuen, weil sie kein »Rosa-Fahrrad-Mädchen« ist

wirksamkeitserlebnissen (Abb. 2), die sowohl von Erwachsenen biografisch rückblickend als auch von Kindern als besonders bedeutsam erlebt wurden.

#### Typische Selbstwirksamkeitserlebnisse von Kindern

##### 1. Ausgezeichnet werden

In einer ganzen Reihe von Geschichten geht es um eine Auszeichnung und Anerkennung für gezeigte Leistung. Oft sind es Sportwettbewerbe, gelungene Auftritte, das Erreichen des nächsten Levels oder der Erhalt einer Auszeichnung wie bei Anjana aus Sri Lanka, die sich vornahm, das zu erreichen, was bisher noch keiner geschafft hatte: sowohl eine herausragend gute traditionelle Tänzerin zu sein als auch eine Auszeichnung für gute schulische Leistungen zu erhalten.

##### 2. Versagen überwinden

Manchmal wird auch der Moment, in dem die TeilnehmerInnen ihr Ziel nicht erreichten, als besonders wirksam erlebt. Dabei sind es nie ausschließliche Versagemomente, die erzählt werden, sondern diese werden immer von Momenten besonderer Leistung

umrahmt. Daniel aus Bahrain beispielsweise gewann bei einem Schwimmwettbewerb, bei dem er durch seine stämmigere Statur offensichtlicher Außenseiter war, in einer Disziplin. Bei einer anderen Schwimmdisziplin blamierte er sich jedoch total. Er war enttäuscht und fühlte sich wertlos, bis er – zum Erstaunen aller Anwesenden – seine Medaille für den ersten Wettkampferhielt. Er schwor, sich von einer Niederlage nie wieder emotional niederschmettern zu lassen.

##### 3. Etwas erlernen

Eine weitere typische Variante von Selbstwirksamkeitserlebnissen sind gelungene Lernprozesse. Der Moment, in dem Kinder, nachdem sie sich durch einen längeren Prozess gekämpft haben, trotz Schmerzen und Ermüdung zum Beispiel Schwimmen oder Radfahren lernten. Für Kem aus Vietnam war dies, als sie sich das erste Mal selbst ein Rührei zubereitete. Zunächst gelang es ihr nicht, die Eier so aufzuschlagen, wie sie es brauchte. Sie gab aber nicht auf und schaffte es schließlich, was es zu einem noch Jahrzehnte später erinnerten Moment von Stärke machte.



Screenshot von *The Day I Became a Star* © IZiFris, Kunesse

Abb. 4: Die 11-jährige Tangtang hat genug von den ewigen Streitereien ihrer Eltern

Eltern trennen, kommt den Kindern in diesen Geschichten eine neue Rolle zu, in der sie eine geliebte erwachsene Person durch ihr Sein bestärken können. Manchmal ist es auch erst die Aktion der Kinder, die ein Problem deutlich macht, welches die Eltern so nicht sehen wollten. Tangtang aus Taiwan beobachtete jahrelang, wie sich die Eltern immer häufiger und heftiger stritten. Wie ihr Haustier, eine Schildkröte, versteckte sie sich zunächst

#### 4. Etwas erschaffen

In einigen Geschichten aus aller Welt ist das zentrale Erlebnis von Stärke die Erinnerung an das selbst gebaute Baumhaus oder die geheime Höhle. Bei Maria aus Argentinien ist es ihre Fertigkeit, besondere Schmuckstücke zu erschaffen, die ihr zeigte, dass sie stark und wertvoll ist.

#### 5. In seiner Identität erkannt werden

Einige Geschichten erzählen davon, dass Kinder ihre Stärke finden, wenn es ihnen gelingt, anderen etwas von sich zu zeigen oder begreiflich zu machen, was ihnen besonders wichtig ist. Bei Amelia aus Kanada war es ihr langes gekräuseltes Afrohaar, welches die anderen Mädchen nie zu Gesicht bekamen, weil sie es stets in Knoten auf dem Kopf trug; bei Ann aus Norwegen war dies der Moment, in dem sie dem bewunderten Vater gestehen konnte, dass das neue rosafarbene Fahrrad einfach nicht zu ihr passt (Abb. 3, siehe auch Holler in dieser Ausgabe).

#### 6. Mit Autoritäten umgehen

Eine typische Geschichtenvariante umfasst die Begegnung und den Umgang mit einschränkenden Autoritäten. Finden die Kinder dann einen geschickten

Weg, sich ihnen entgegenzusetzen und zu bestehen, kann dies zu einem biografisch bedeutsamen Erlebnis werden. So beispielsweise bei Issada aus Thailand, deren beste Freundin von der Lehrerin für etwas hart bestraft wird, was eigentlich die ganze Gruppe getan hatte. Sie steht auf und bittet ebenfalls um eine Strafe. Ein Akt des Mutes und der Freundschaft, der sogar von der Lehrerin wertgeschätzt wird.

#### 7. Angst überwinden

Eine ganze Reihe von Geschichten dreht sich um Momente, in denen es Kindern gelang, ihre Angst etwa vor einem Hund oder einer Spinne zu überwinden oder den Sprung von einer hohen Klippe zu wagen. Zum Teil erinnern sie noch ganz genau die Strategien, die sie angewandt hatten, wie Lucia aus Ecuador, die schreckliche Angst vor dem Hund der Nachbarn hatte und einen Weg fand, diese Stück für Stück zu überwinden.

#### 8. Mit den Problemen der Eltern zurechtkommen

Ein unerwarteter Geschichtentypus dreht sich um den Umgang mit den Problemen der Eltern. In Momenten extremer Armut oder wenn sich die

und versuchte, das ständige Streiten auszublenden. Eines Tages kann sie es aber nicht mehr aushalten, reißt die Tür zum Schlafzimmer der streitenden Eltern auf und schreit diese an, sie sollen endlich aufhören zu streiten (Abb. 4). Der entscheidende Moment, um die Situation für alle zum Besseren zu wenden.

#### 9. Mit einer gefährlichen Situation umgehen

Mehrere Geschichten handeln davon, wie Kinder ihre eigene Stärke in Gefahrensituationen erkennen konnten. Das jüngere Geschwisterkind im letzten Augenblick vor dem Fall ins tiefe Loch zu bewahren (Slowenien), anderen bei einem Erdbeben Sicherheit zu bieten (Chile) oder sich, wie Alejandro aus Kuba, selbst aus einer lebensbedrohlichen Situation zu befreien, kann die eigene Stärke vor Augen führen.

#### 10. Mit Mobbing umgehen

Weltweit finden sich immer wieder auch Erlebnisse der Selbstwirksamkeit im Kontext von Mobbing. Entweder wurde ein/e andere/r ausgegrenzt oder bedroht oder der/die Erzählende selbst. Schaffen Kinder es in diesen Situationen, den Mut zu finden und aktiv zu



Screenshots von 'The Day I Became a Star' © IZi/Pris, kumense

Abb. 5: Amraa aus der Mongolei bekommt 5 Küken, von denen eines krank ist. Sie möchte es so lange wie möglich gut pflegen

Dafür rückt das Thema Identität, sich erkennen und von anderen erkannt werden, in den Mittelpunkt vieler Geschichten (Götz, 2018).

Sie können in diesem Sinne als ein Pool von biografisch bedeutsamen Selbstwirksamkeitserlebnissen gesehen werden, die potenziell als Kern für Geschichten, die Resilienz fördern, geeignet sind. Forschung zur Resilienzförderung bietet aber noch deutlich mehr konkrete Hinweise, wie Geschichten, die

werden, anderen zu helfen oder für sich selbst aufzustehen, kann dies ein biografisch bedeutsames Erlebnis von Stärke sein. Christin aus Kanada beispielsweise erlebt die Beschämung eines Mädchens ihrer neuen Klasse. Als alle sie auffordern, selbst gegen das Mädchen vorzugehen, bringt sie dies nicht übers Herz und gewinnt dadurch eine Freundin für die gesamte Schulzeit.

### 11. Anderen helfen

In einigen Geschichten erleben sich Kinder als stark, wenn sie anderen helfen. Oft ist es das Retten eines Tieres oder sind es die Almosen für einen obdachlosen Menschen. Manchmal ist es aber auch die Verantwortung für ein Geschwisterkind wie bei Ahmet aus Ägypten. Eigentlich ist er vor allem eifersüchtig auf den kleinen Bruder, der alle Aufmerksamkeit auf sich zieht. Er kann kaum positive Gefühle für den Bruder entwickeln, bis zu dem Nachmittag, als er unerwartet für diesen sorgen muss. Ihm wird die Abhängigkeit des Babys von seiner Hilfe bewusst, er schafft es, die vollen Windeln zu wechseln, und schwört dem jüngeren Bruder, immer für ihn da zu sein.

### 12. Mit Verlust und Tod umgehen

In einigen Geschichten erleben Kinder ihre eigene Stärke in dem Augenblick, als sie eine geliebte Person oder ein geliebtes Haustier verlieren. Amraa aus der Mongolei beispielsweise wird damit konfrontiert, dass eines der 5 Küken, die sie bekommen hat, sterbenskrank ist. Die Erwachsenen versuchen, es vor ihr zu verbergen, was ihr aber nicht wirklich hilft. Sie findet einen Weg, mit der Situation umzugehen, ist sehr traurig, kann sich aber durch das Durchführen einer würdigen Beerdigung und der Versorgung der anderen Küken mit der Situation auseinandersetzen und daran emotional wachsen (Abb. 5).

In diesen 12 Typen von Geschichten lassen sich so gut wie alle erzählten Erlebnisse zu Momenten, in denen Kinder merkten, wie stark sie eigentlich sind, fassen. Auch die von Jugendlichen erzählten und gemalten Geschichten lassen sich im Prinzip unter diesen Dimensionen zusammenfassen, jedoch spielen Dimensionen wie etwas lernen oder Angst überwinden mit dem Alter zunehmend kaum noch eine Rolle (Abb. 6).

Kinder potenziell bestärken sollen, erzählt sein sollten.

## WIE RESILIENZ BEI KINDERN DURCH GESCHICHTEN GEFÖRDERT WERDEN KANN

Aufbauend auf einer Auswertung des Forschungsstandes arbeiteten Klaus Fröhlich-Gildhoff und Maïke Rönnau-Böse 6 Ansatzpunkte heraus, mithilfe derer die individuellen Schutzfaktoren von Kindern gefördert werden können: Selbst- und Fremdwahrnehmung,

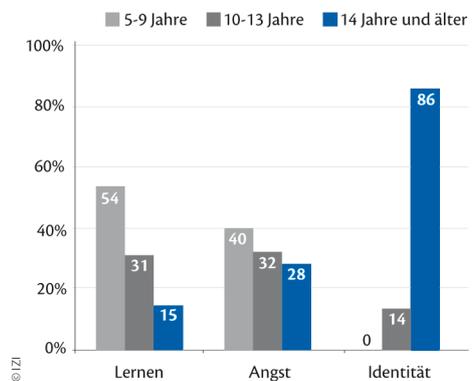


Abb. 6: Prozentsatz der 3 Geschichtentypen nach Altersgruppen (n = 173)

Selbstwirksamkeit, Selbstregulation, soziale Kompetenz, Problemlösefähigkeiten und aktive Bewältigungskompetenzen (siehe auch Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse in dieser Ausgabe). Jede dieser Säulen bietet einen geeigneten Ansatzpunkt, um Resilienz gezielt durch Geschichten zu fördern (Fröhlich-Gildhoff et al., 2012).

**Selbstwahrnehmung: Förderung durch das Aufzeigen und Benennen von Gefühlsqualitäten**

»Resiliente Kinder kennen die verschiedenen Gefühle und können sie altersadäquat ausdrücken (mimisch und sprachlich); sie können Stimmungen bei sich und anderen erkennen und einordnen; sie können sich, ihre Gefühle und Gedanken reflektieren und in Bezug zu anderen setzen« (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 46). Bei diesem Lernprozess brauchen Kinder Unterstützung. Geschichten haben die Chance, Selbstwahrnehmung zu fördern, wenn sie zum einen geeignete Anknüpfungspunkte und Projektionsflächen bieten und zum anderen die in den Geschichten inhärenten Chancen zur Beförderung der Selbstwahrnehmung nutzen. Entsprechend formuliert z. B. Ahmet, der ägyptische Junge, der mit den unterschiedlichen Gefühlen im Zusammenhang mit der Geburt seines kleinen Bruders kämpft, explizit: »Um ehrlich zu sein, ich war eifersüchtig auf meinen kleinen Bruder.«

**Selbstwirksamkeit und Geschichten von Kindern, die durch ihr Handeln etwas bewegen können, und von positiven Autoritäten, die wertschätzen können**

Resiliente Kinder haben eher das Gefühl, Situationen kontrollieren zu können, wissen, dass ihr Handeln etwas bewirkt, und können die Ereignisse auf ihre wirklichen Ursachen hin beziehen (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 46). Das konkrete Erleben von Erfahrung ist dabei nicht zu ersetzen, aber Kinder können aus entsprechenden Geschichten Kraft und Zuversicht schöpfen. Stärkende Geschichten er-

zählen von Mädchen und Jungen, die Verantwortung im Alltag übernehmen, denen etwas zugemutet wird, die eine realistische Einschätzung ihrer Stärken und Fähigkeiten haben und die durch ihr Handeln etwas bewegen.

Essra, ein syrisches Mädchen mit Fluchthintergrund, beobachtet, wie ihr Bruder von einem Lehrer völlig unverhältnismäßig stark körperlich für eine kleine Regelübertretung bestraft wird. Die Geschichte zeigt, wie sie sich bewusst entscheidet, aktiv zu werden, und den brutalen Lehrer damit konfrontiert. Sie stellt für sich fest, dass es ihn zumindest zum Nachdenken gebracht hat, vor allem aber hat es sie verändert.

**Soziale Kompetenz**

Resiliente Kinder können soziale Situationen wahrnehmen und angemessen interpretieren. Sie können Kommunikation herstellen und auf Basis von emotionaler Kompetenz und Empathie von verschiedenen Seiten zum Beispiel zur Lösung eines Konfliktes beitragen (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 52).

Issada aus Thailand erkennt, dass es unfair ist, dass ihre Freundin hart für etwas bestraft wird, was sie eigentlich als Gruppe getan haben – Ballspielen im Klassenzimmer. Gegen die Lehrerin zu protestieren, wäre strategisch unangebracht und in ihrem kulturellen Kontext unpassend. Sie wählt eine andere Strategie: Sie steht neben ihrer Freundin auf, gesteht ihr Fehlverhalten und bittet ebenfalls um eine Bestrafung. Eine moralisch richtige Handlung, die von Mut und Freundschaft zeugt. Die Lehrerin ist überrascht, zumal mit Issada noch 3 weitere Mädchen aufstehen. Sie lobt die Mädchen für ihre Ehrlichkeit und wandelt die Bestrafung in eine Gruppenstrafe um, die deutlich besser zu ertragen ist.

**Selbstregulation: Gefühle verstehbar machen und Strategien zur Regulation aufzeigen**

Resiliente Kinder können sich und ihre Gefühlszustände selbst regulieren

und steuern, wenn/denn sie wissen, was ihnen dabei hilft, sich selbst zu beruhigen, innere Anforderungen zu bewältigen und diesen zu begegnen (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 50). Entsprechend wird zum Beispiel explizit erzählt, wie Rufus aus Namibia sich selbst motiviert, als sein langer Fußmarsch durch den wilden Busch immer langweiliger wird und seine Schritte immer schwerer werden.

**Problemlösefähigkeiten**

Resiliente Kinder haben gelernt, sich realistische Ziele zu setzen, und trauen sich, Probleme direkt anzugehen. Sie kennen Problemlösestrategien und sind in der Lage, verschiedene Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln. Sie sind weniger reaktiv als proaktiv und übernehmen selbstständig Verantwortung (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 56). In Geschichten können sie erfahren, wie andere Kinder oder Kinderfiguren sich Problemen bewusst stellen, sie analysieren, sich verschiedene Alternativen überlegen und deren mögliche Konsequenzen abwägen oder sogar durchspielen und schließlich das Problem lösen.

Isa hat sich vorgenommen, auf einen hohen Kirschbaum zu klettern. Zunächst geht es ganz einfach, doch dann weiß sie nicht, wie sie weiterkommen kann. Sie überlegt und wechselt die Baumseite, um eine andere Perspektive zu haben, und kann dann einen neuen Weg erkennen. Doch je höher sie kommt, desto mehr bläst der Wind. Ihr wird klar, wie gefährlich die Situation ist. Sie überlegt, welche Optionen sie hat, und beschließt, nicht mehr ganz nach oben zu klettern, sondern sich einen sicheren Platz zu suchen und die süßen Kirschen mit Aussicht zu genießen.

**Aktive Bewältigungskompetenzen**

Resiliente Kinder setzen sich mit Stress- und Krisensituationen aktiv auseinander, kennen ihre eigenen Reaktionen, können Stress reduzieren und im Krisenfall Handlungsoptionen

entwickeln, bewerten und umsetzen. Gefördert werden können die aktiven Bewältigungskompetenzen durch gedankliches Vorwegnehmen von realistischen Krisensituationen und möglichen Reaktionsmöglichkeiten (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 56).

Ein Prototyp für diese Art von Geschichte ist die von Alejandro, der, nahe dem Ertrinken, sich selbst zur Ruhe zwingt (Selbststeuerungsmechanismus) und eine gute Strategie entwickelt, um sich selbst zu retten: Keine Panik! Warte, bis deine Füße den Boden erreicht haben, und stoße dich dann fest ab.

### Von erzählten Geschichten zur internationalen Kinderserie

Aufbauend auf den authentischen Erzählkernen der Stärkerlebnisse, aktualisiert und mit Anknüpfungspunkten für Kinder heute und gezielt mit Momenten der Resilienzförderung angereichert, entstanden aus einigen der 700 Geschichten Folgen einer internationalen Kinderserie mit dem Titel: *Starke Geschichten aus aller Welt*. Organisiert ist das Format als »Shared Pool«, d. h. jedes teilnehmende Land produziert mindestens eine Folge und erhält dann die Rechte zur Ausstrahlung der anderen Folgen in der eigenen Sprache. Mindestens 15 Länder nehmen an dem Projekt teil (Stand: Juni 2018) und erzählen jeweils in visuell hochwertiger Form in einem 5- bis 6-minütigen Kurzfilm von einem Stärkerlebnis eines Kindes in ihrem Land.

Ausgewählt wurden typische Geschichten, die auf die eine oder andere Art in aller Welt vorkamen. Der Inhalt der Geschichten ist bildvermittelt, d. h. über die visuelle Darstellung für Kinder gut nachvollziehbar. Die zur Einordnung der Geschichte notwendigen Erklärungen und Gedanken des Kindes werden in der jeweiligen Landessprache von einer Kinderstimme aus dem Off erzählt. Die Original-Landessprache des Kurzfilms bleibt im

Hintergrund erhalten und wird nicht wie sonst üblich synchronisiert, um der Vielsprachigkeit der Welt angemessen zu bleiben. Parallel zur Ähnlichkeit, die die zusehenden Kinder in den Grunderlebnissen erkennen werden, bleiben so die authentische Umgebung und Sprache durchgängig spürbar.

Jede Folge hat denselben dramaturgischen Aufbau: Nach einem »Hook«, einer direkten Ansprache der Zuschauerenden, und dem Vorspann folgen einige Bilder aus der Alltagswelt der Heldin/des Helden, bei denen diese/r mit ihren/seinen besonderen Stärken und Charakteristika gezeigt wird. Zügig werden das Problem und die Gedanken der Heldin/des Helden hierzu deutlich.

Oftmals kann der/die ProtagonistIn die ersten Schritte noch leicht selbst lösen, kommt dann aber an einen kritischen Punkt. Im Schnitt ist es dabei in allen Folgen wichtig, genügend Zeit für das Eindenken, Nachvollziehen des Problems und die Entwicklung eigener Handlungsoptionen zu lassen. Durch sogenannte »Thinking-Pictures« – Großaufnahmen der Heldin/des Helden in der kritischsten Situation, die jeweils 2 bis 3 Sekunden länger stehen gelassen werden als es für Erwachsene notwendig erscheint – wird gezielt das Mitfühlen und Mitdenken angeregt. Die Lösung, in der stets die Heldin/der Held die aktive Rolle übernimmt, stellt die Kompetenz des Kindes in den Mittelpunkt und wird mit Wertschätzung aus dem Umfeld beantwortet. Da viele der Geschichten, weil sie dicht an den Erlebniswelten der Kinder liegen und sie dramaturgisch gezielt involvieren, für die Kinder emotional aufwühlend sind, ist es umso wichtiger, genügend Zeit zur Verabschiedung zu lassen. Ein kurzer Epilog, in dem von der Kinderstimme die Konsequenzen dieses Erlebnisses noch einmal rückblickend zusammengefasst werden, rundet die Geschichten ab.

Die Sendung bietet so mit hohem Anschlusspotenzial einen kleinen Einblick in die Erlebniswelten von Kindern in anderen Ländern. Sie lädt durch alters-

gerechte Dramaturgie zum Mitfühlen und Eindenken ein und ist so angelegt, dass sie gezielt die innerpersonalen Schutzfaktoren von Kindern befördert und damit Resilienz potenziell fördern kann. ■

## ANMERKUNGEN

<sup>1</sup> Sowie einige PädagogInnen und TherapeutInnen, die ebenfalls die Workshops besuchten.

<sup>2</sup> Ein ähnliches Verfahren wurde bereits in Fanstudien zu Soap-Opera-Fans (Götz, 2002) und Studien zu Medien in den Fantasiewelten von Kindern (2005) und Angst und Alpträume vom Fernsehen (Götz, Lemish & Holler, 2019) eingesetzt.

## LITERATUR

Boyd, Brian (2009). On the origin of stories: Evolution, cognition, and fiction. Cambridge: Harvard University Press.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus, Becker, Jutta & Fischer Sybille (2012). Prävention und Resilienzförderung in Grundschulen – PriGS. Ein Förderprogramm. München/Basel: Reinhardt.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus & Rönnau-Böse, Maika (2015). Resilienz. München: Reinhardt.

Götz, Maya (Hrsg.) (2002). »Alles Seifenblasen? Die Bedeutung von Daily Soaps im Alltag von Kindern und Jugendlichen«. München: Kopäd.

Götz, Maya (Hrsg.) (2018). The day I became strong. Strong stories for strong children from around the world. München: IZI.

Götz, Maya, Lemish, Dafna & Holler, Andrea (2019). Fear in front of the screen. Children's fear, nightmares and thrill from TV. (im Erscheinen)

Götz, Maya, Lemish, Dafna, Aidman, Amy & Moon, Hyesung (2005). Media and the make-believe worlds of children. When Harry Potter meets Pokémon in Disneyland. Mahwah: Lawrence Erlbaum.

Kottler, Jeffrey (2015). Stories we've heard, stories we've told: life-changing narratives in therapy and everyday life. New York: Oxford University Press.

Reith, Florian & Kelle, Udo (2017). Typenbildung. In Claudia Wegener & Lothar Mikos (Hrsg.), Qualitative Medienforschung (S. 571-579). Konstanz: utb.

Simmons, Annette (2006). The story factor: Inspiration, influence, and persuasion through the art of storytelling. New York: Basic Books.

## DIE AUTORIN

Maya Götz, Dr. phil., ist Leiterin des IZI und des PRIX JEUNESSE INTERNATIONAL, München.

