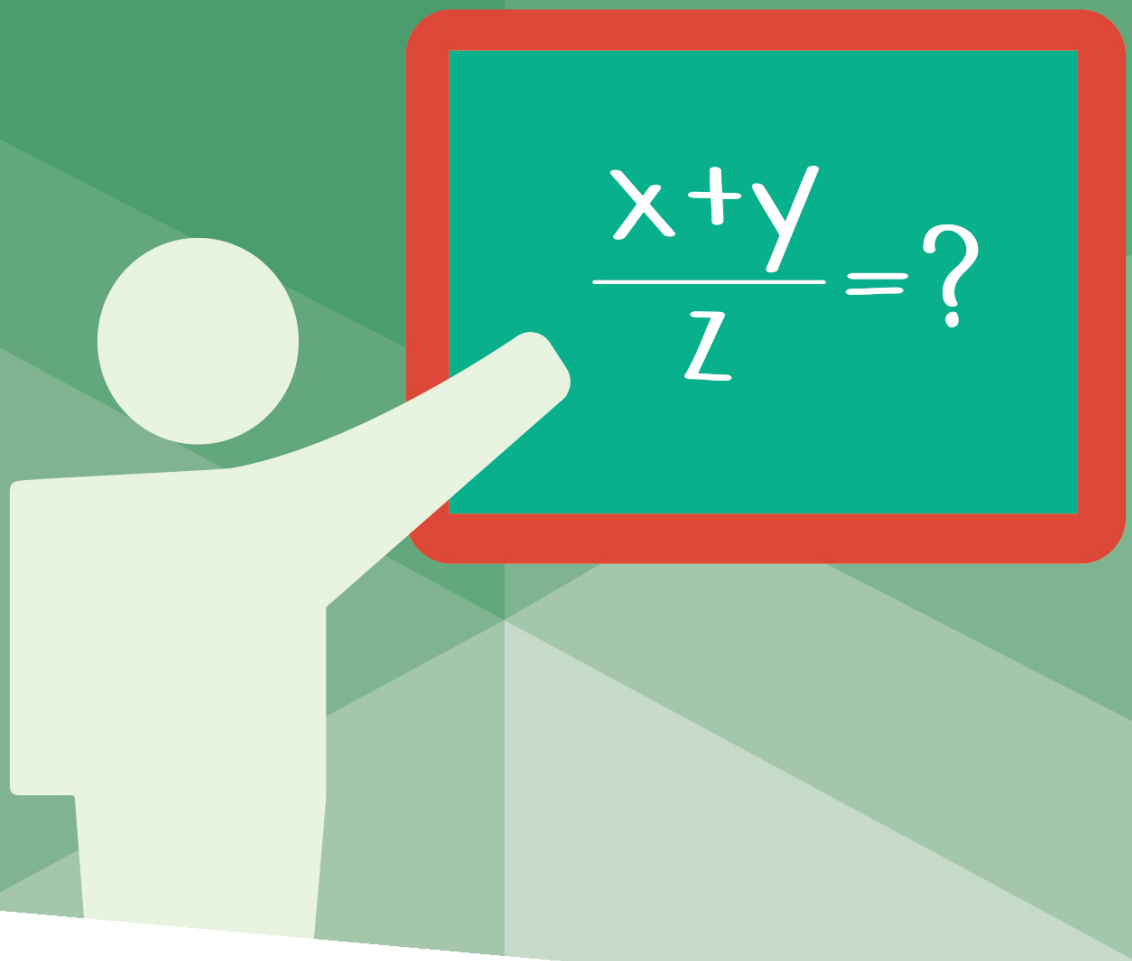
PÄDAGOGIK

Studylab



MATS TUTTAS

DIE SELBSTWIRKSAMKEIT IN DER GRUNDSCHULE UND IHR EINFLUSS AUF DIE RESILIENZ

FÖRDERUNG DER STRESSBEWÄLTIGUNG IN DER SCHULE

Mats Tuttas

Förderung der Stressbewältigung in der Schule

Die Selbstwirksamkeit in der Grundschule und ihr Einfluss auf die Resilienz

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Impressum:

Copyright © Studylab 2018

Ein Imprint der Open Publishing GmbH

Druck und Bindung: Books on Demand GmbH, Norderstedt, Germany

Coverbild: Open Publishing GmbH | Freepik.com | Flaticon.com | ei8htz

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis **5**

Tabellenverzeichnis **6**

1 Schulpädagogische und bildungspolitische Aktualität **7**

1.1 Thesenformulierung und Vorgehensweise 7

2 Zentrale Aspekte der Resilienzforschung **10**

2.1 Theoretische Einbettung des Resilienzkonzepts 10

2.2 Die Entstehung der Resilienzforschung 14

2.3 Risikoerhöhende und –mildernde Faktoren in der Entwicklung Heranwachsender 18

2.4 Das Resilienzfaktorenkonzept 31

3 Exemplarische Aufarbeitung des Resilienzfaktors Selbstwirksamkeit **37**

3.1 Die Selbstwirksamkeitstheorie nach Bandura 38

3.2 Entwicklungskontexte der Selbstwirksamkeit 41

3.3 Quellen der Selbstwirksamkeit 45

4 Empirische Aufarbeitung des Forschungsstandes **49**

4.1 Ausgewählte Forschungsergebnisse mit resilienzorientierter Ausrichtung 49

4.2 Ausgewählte Forschungsergebnisse mit selbstwirksamkeitsorientiert Ausrichtung 58

5 Selbstwirksamkeit von Schülerinnen und Schülern der Klasse 10 verschiedener Schulformen **63**

5.1 Fragestellung und Forschungshypothese 63

5.2 Rahmenbedingungen 64

5.3 Methode 65

5.4 Evaluation der Forschungsergebnisse 68

5.5 Zusammenfassung und Diskussion ausgewählter Forschungsergebnisse 79

6 Förderung der Selbstwirksamkeit in der pädagogischen Praxis 85

7 Ausblick 89

Literaturverzeichnis 92

Anhang: Fragebogen der durchgeführten Pilotstudie zur allgemeinen und schulbezogenen Selbstwirksamkeit 99

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Risikoerhöhende und risikomildernde Faktoren in der kindlichen Entwicklung 19

Abbildung 2: Flussdiagramm zur Bestimmung von Risikofaktoren 22

Abbildung 3: Entwicklungsmodell zur Entstehung von Resilienz nach Werner 1993 32

Abbildung 4: Rahmenmodell von Resilienz 36

Abbildung 5: Grundlagenpyramide für die Ausbildung von Resilienz 37

Abbildung 6: Unterscheidung von Wirksamkeits- und Ergebniserwartung 39

Abbildung 7: Jahrgangskohorten 59

Abbildung 8: Clusteranalytische Verlaufsformen zur schulbezogenen Selbstwirksamkeit 60

Abbildung 9: Schulbezogene Selbstwirksamkeitsentwicklung (oben links) in Beziehung zu den Leistungen in Mathematik, Deutsch und Englisch 61

Abbildung 10: Anzahl der Teilnehmer sortiert nach der Schulform 65

Abbildung 11: Die „Bücherfrage“ mit den entsprechenden Antwortmöglichkeiten 66

Abbildung 12: Hoch-, Niedrig- & Mittelwerte der allgemeinen Selbstwirksamkeit aufgeteilt auf die untersuchten Schulformen 69

Abbildung 13: Gesamtverteilung der Punktzahl zur allgemeinen Selbstwirksamkeit 69

Abbildung 14: Hoch-, Niedrig- & Mittelwerte der untersuchten Schulen der schulbezogenen Selbstwirksamkeit 74

Abbildung 15: Auswertung der schulbezogenen Selbstwirksamkeit 75

Abbildung 16: Allgemeine Selbstwirksamkeit in Korrelation zur schulbezogenen Selbstwirksamkeitserwartung 83

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Entwicklungsaufgaben nach Havighurst für die ersten sieben Lebensjahre.... 12

Tabelle 2: Familiäre Schutzfaktoren 29

Tabelle 3: Soziale Schutzfaktoren 29

Tabelle 4: Matrix der totalen Effekte (LISREL Modell) 62

Tabelle 5: ITEMS für Allgemeine Selbstwirksamkeit 67

Tabelle 6: ITEMS für schulbezogene Selbstwirksamkeit 68

Tabelle 7: Mittelwerte der einzelnen Items des Fragebogens zur allgemeinen Selbstwirksamkeit 71

Tabelle 8: Allgemeine Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit von der Anzahl der Geschwister 71

Tabelle 9: Allgemeine Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit zum Geschlecht 72

Tabelle 10: Allgemeine Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit zum Alter 73

Tabelle 11: Allgemeine Selbstwirksamkeit im Verhältnis zu der Anzahl der vorhandenen Bücher im Elternhaus 74

Tabelle 12: Mittelwerte der einzelnen Items zur schulbezogenen Selbstwirksamkeit..... 76

Tabelle 13: Schulbezogene Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit von der Anzahl der Geschwister 76

Tabelle 14: Schulbezogene Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit zum Geschlecht..... 77

Tabelle 15: Schulbezogene Selbstwirksamkeit in Abhängigkeit zum Alter..... 78

Tabelle 16: Selbstwirksamkeit im Verhältnis zu der Anzahl der vorhandenen Bücher im Elternhaus 78

1 Schulpädagogische und bildungspolitische Aktualität

Text Generation Z, so werden diejenigen genannt, die unter 20 sind und aktuell auf den Arbeitsmarkt kommen. Die Erwartungen an die Arbeitswelt sind hoch: geregelte Arbeitszeiten, unbefristete Verträge und klare Strukturen. Dies erfordert eine Umstellung der Unternehmen, die jedoch nicht weniger hohe Erwartungen an die Arbeitssuchenden haben: hohe Flexibilität und Leistungsvermögen sowie Stressresistent sollen sie sein (vgl. Bedürftig 2016). Frisch aus der Schule kommend, welche ihnen gerade noch als „sozialer Erfahrungsraum" (Ulich 2001, S.1) zur Verfügung stand konnten die Schülerinnen und Schüler[1] geschützt ihre Rolle in der Gesellschaft finden und Kompetenzen erwerben. Nun müssen sie beweisen, ob ihr erworbenes Selbstkonzept den Belastungen der Gesellschaft und des Arbeitsmarktes standhält. Welcher Gymnasiast sein Studium stressbedingt aufgeben wird oder welcher Hauptschüler seine intensive Ausbildung mit Bravour meistern wird, ist häufig primär auf dessen Stressbelastung und die subjektive Empfindung zurückzuführen. Hieraus ergibt sich die Frage, wie es dazu kommt, dass Menschen unterschiedlich auf stressbelastende Erlebnisse reagieren, diese bewältigen und sogar an ihnen wachsen.

1.1 Thesenformulierung und Vorgehensweise

Der Begriff *Resilienz* beschreibt eben diese Eigenschaft. Ursprünglich aus der Werkstoffkunde kommend beschreibt er Materialien, die sich unter Druck verbiegen und nach der Belastung zu ihrem Ausgangszustand wieder zurückkehren (vgl. Wellensiek 2011, S. 18). Im psychologischen Kontext umfasst *Resilienz* die menschliche Fähigkeit nach einer Stressbelastung in den psychischen Ursprungszustand zurückzukehren. Diese Ressource aufzubauen und zu fördern, findet aktuell Einzug in alle Bereiche der Gesellschaft. Trainingsprogramme sollen Mitarbeiter aus Unternehmen stressresistent machen. Auch in den verschiedenen Sozialisationsinstanzen wie Kindergarten oder Schule fasst der Begriff *Resilienz* immer mehr Fuß. Kinder sind in diesen Räumen biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken ausgesetzt. Resilienz, nicht als stabile Charaktereigenschaft, sondern als zu erlernende Fähigkeit, muss daher zu unterschiedlichen Entwicklungszeitpunkten immer wieder neu erworben werden (vgl. Wustmann 2009, S.18). Als Grundlage eines resilienten Wesens sehen Forscher

[1] Im folgenden Verlauf der Arbeit wird Schülerinnen und Schüler mit SuS abgekürzt.

die Selbstwirksamkeit. Diese bestimmt wie wirksam ein Mensch sein eigenes Verhalten einschätzt und das Denken darüber bzw. die Erwartung daran, wie eine zu bewältigende Situation ausgehen wird. Sie entscheidet, wie kreativ Menschen an Probleme herantreten und ist eine wichtige Voraussetzung für das „psychische und körperliche Wohlbefinden und für hohe Berufs- und Lebenszufriedenheit" (Schwarzer & Jerusalem 2002, S. 36).

Studien zeigen das Ausmaß von schulischem Stress auf. So lässt sich zusammenfassend sagen, dass ein Drittel der Schülerinnen und Schüler den Schulalltag als stressig wahrnehmen (vgl. LBS Kinderbarometer 2015). Dies endet laut Edelstein (2002) „häufig mit Resignation, Hoffnungslosigkeit und Selbstwertverlust" (ebd., S. 16). Stressresistent zu sein wird jedoch nicht nur im schulischen Alltag, sondern auch auf dem späteren Arbeitsmarkt eine immer größere Bedeutung zugesprochen. Der Schule kommt diesbezüglich jedoch eine besondere Bedeutung zu. Mit der Umstellung des Schulalltags auf eine Ganztagssituation verbringen Schülerinnen und Schüler mehr Zeit in der Schule als in anderen Institutionen. Diesbezüglich wird die Notwendigkeit von resilienz- bzw. selbstwirksamkeitsfördernden Schulprogrammen deutlich. Die im schulischen Alltag entstehenden sozialen Interaktionen sehen Ulich und Jerusalem (1996) als „Nährboden für das Selbstkonzept" (1996, S.18). Studien belegen, dass Menschen mit einer höheren Selbstwirksamkeit eine höhere Leistung erbringen (vgl. Bierhoff 2012). Dieser Aussage soll daher im Rahmen der vorliegenden Masterarbeit mit folgender auf den schulischen Kontext bezogenen Hypothese nachgegangen werden:

> Schülerinnen und Schüler der 10ten Klasse eines Gymnasiums haben eine höhere Selbstwirksamkeit als Schülerinnen und Schülern der 10ten Klasse einer Gesamtschule und einer Hauptschule?

Um diese These umfangreich beantworten zu können, setzt sich die Arbeit aus differenten Teilen zusammen. Nachdem bereits in Kapitel 1, welches die Einleitung bildet, die schulpädagogische und bildungspolitische Aktualität sowie die Wichtigkeit des Themas beschrieben wurde, soll nun die Vorgehensweise der vorliegenden Arbeit dargelegt werden mit der das Thema *Selbstwirksamkeit als Resilienzfaktor in der Sekundarstufe I* strukturiert aufgeschlüsselt wird. Im Anschluss an die Einleitung wird sich in Kapitel 2 die theoretische Einbettung des Resilienzkonzepts (Kapitel 2.1) und dessen Entstehung (Kapitel 2.2) aus der Entwicklungspsychopathologie anknüpfen. Dabei wird in Kapitel 2.2.1 die begriffliche Annäherung an die Resilienzforschung und eine versuchte Definition des Wortes *Resilienz* vorgenommen. Das Kapitel 2.2.2 wird mit den Charakteristika der Resili-

enzforschung abschließen. Um einen besseren Überblick über die Wirkungsweisen von risikoerhöhenden und –mildernden Faktoren zu erhalten, befasst sich Kapitel 2.3 mit dem Risikofaktorenkonzept (Kapitel 2.3.1.1) und dem Schutzfaktorenkonzept (Kapitel 2.3.2.1) wie auch den dazugehörigen Wirkungsweisen bzw. -mechanismen. Abschließen wird das Kapitel 2 mit dem Resilienzfaktorenkonzept (Kapitel 2.4) um innerhalb des Rahmenmodells von Resilienz (Kapitel 2.4.1), die zuvor genannten Theorien und Konzepte zu verorten. Die Selbstwirksamkeit, ein Faktor der aus dem Resilienzfaktorenkonzept stammt, wird in Kapitel 3 exemplarisch aufgearbeitet. Dabei wird zuerst die Theorie nach Albert Bandura (Kapitel 3.1) beschrieben, um anschließend über die Entwicklungskontexte der Selbstwirksamkeit (Kapitel 3.2) zu sprechen. Abschließend wird das Kapitel 3 mit den Quellen der Selbstwirksamkeit (Kapitel 3.3). Um ein besseres Verständnis über die Entstehung der vorliegenden Theorie zu erlangen, wird in Kapitel 4 mit Bezug zum Thema der empirische Forschungsstand aufgearbeitet. Dabei dienen Forschungsergebnisse mit resilienz- (Kapitel 4.1) und selbstwirksamkeitsorientierter (Kapitel 4.2) Ausrichtung zur Orientierung. Kapitel 5 präsentiert den eigenständigen Forschungsteil der Masterarbeit, der sich der bereits erwähnten Hypothese widmet. Dazu wird zuerst die Fragestellung sowie Forschungshypothese (Kapitel 5.1) herausgestellt. Die Rahmenbedingungen werden in Kapitel 5.2 beschrieben, die der Durchführung der Methode (Kapitel 5.3) zugrunde lagen. Die Ergebnisse werden in Kapitel 5.4 evaluiert und daraufhin in Kapitel 5.5 ausreichend diskutiert wie auch neue Forschungsansätze herausgearbeitet. Auf die Forschungsergebnisse und die präsentierten Theorien wird sich in Kapitel 6 die Förderung in der pädagogischen Praxis beziehen. Abschließen wird die Arbeit mit einem Ausblick (Kapitel 7) über weitere Forschungsansätze sowie einem Blickwinkel auf die pädagogische Praxis.

2 Zentrale Aspekte der Resilienzforschung

Zunächst wird die theoretische Verortung des Resilienzkonzepts vorgenommen. Daran wird sich die Entstehung der Resilienzforschung als zentrale Begrifflichkeit anschließen und demnach eine begriffliche Annäherung an *Resilienz* vorgenommen werden. Die unterschiedlichen Auffassungen von *Resilienz* sowie die Charakteristika der *Resilienzforschung* sollen dargelegt werden. Im weiteren Verlauf werden die risikoerhöhenden und –mildernden Faktoren in der Entwicklung von Heranwachsenden kontrastiert. Abschließen wird das Kapitel mit dem *Resilienzfaktorenkonzept*, durch welches ein zusammenfassender Abschluss der Resilienzforschung gegeben werden kann.

2.1 Theoretische Einbettung des Resilienzkonzepts

Kommt ein Kind auf die Welt, ist es direkt dem Prozess der Sozialisation ausgesetzt. Hurrelmann (2012) beschreibt diesen als wechselseitige Beziehung und Auseinandersetzung des Individuums und seiner Umwelt zur Entwicklung einer eigenen Persönlichkeit (ebd., S.12f). Die Familie als primäre Sozialisationsinstanz hat für die ersten Jahre einen wesentlichen Einfluss auf den Entwicklungsverlauf des Kindes. „Die frühe Kindheit ist die kritischste und für Störungen anfälligste Phase im Leben des Menschen“ (Barzelton & Greenspan 2002, S.10). In dieser Zeit hat jedes Kind elementare Bedürfnisse, deren Förderung durch ihre Bezugsperson/en geschehen sollte, jedoch, laut Barzelton und Greenspan (2002), in keinem Land wirklich erfüllt werden (vgl. ebd., S.9). Diese Bedürfnisse unterteilen sich in sieben Grundbedürfnisse: