



**MONIKA BUHL**

# **WAS IST WICHTIG, UM SICH SICHER ZU FÜHLEN?**

Resilienz von Kindern und  
Jugendlichen im Kontext von  
Katastrophen



[https://doi.org/10.11588/  
fmk.2025.25.109296](https://doi.org/10.11588/fmk.2025.25.109296)

**MARSILIUS-  
KOLLEG**

2023 / 2024



Monika Buhl

# WAS IST WICHTIG, UM SICH SICHER ZU FÜHLEN?

## Resilienz von Kindern und Jugendlichen im Kontext von Katastrophen

Monika Buhl · Bildungswissenschaft

Ereignisse wie die Corona-Pandemie, der Krieg in der Ukraine oder klimawandelbedingte Naturereignisse zeigen, dass gesellschaftliche Systeme, wie das Gesundheits- oder Bildungssystem und die öffentliche Sicherheit vor große Herausforderungen gestellt werden. Die damit einhergehenden Belastungen haben Einfluss auf unseren Alltag und auf die Entwicklung und Sozialisation von Kindern und Jugendlichen. Rund um diese Zusammenhänge fokussiert unser Projekt das Zusammenspiel von Individuen, Institutionen und Gesellschaft. Aus unterschiedlichen Perspektiven wird betrachtet, welche Rolle die Schule und der Katastrophenschutz spielen kann, damit Heranwachsende besser auf Unsicherheiten vorbereitet sind und die Belastungen herausfordernder Großereignisse besser von ihnen bewältigt werden können.

Der erste Schritt unseres Projekts war die Arbeit an einem globalen Scoping Review mit dem aufgezeigt wurde, welche Ansätze des Zusammenspiels von Katastrophenschutz, Gesundheitswesen, und Bildungseinrichtungen in der Forschung im internationalen Vergleich bestehen. Die Analyse zeigt, dass Aktivitäten vor allem dort in das Bildungssystem hineinspielen, wo extreme Naturereignisse häufiger erlebt werden oder politische Herausforderungen den Alltag der Heranwachsenden und ihrer Familien belasten. Aus den weltweiten Studien zur Krisenprävention aus bildungswissenschaftlicher, pädiatrischer und katastrophenmedizinischer Sicht, lassen sich inhaltlich drei Bereiche ableiten, welche für die Förderung von Resilienz bedeutsam sind.

- **Förderung der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen**  
Gezielte Förderung von Resilienz zur Sicherung der Entwicklung von Heranwachsenden in herausfordernden Zeiten

- **Teilhabe und Selbstwirksamkeit**  
Aktive Beteiligung von Kindern und Jugendlichen an Krisenbewältigungsprozessen, zur Stärkung ihrer Selbstwirksamkeit und ihres Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten
- **Psychische Gesundheit**  
Unterstützungssysteme die sowohl präventiv als auch interventiv die mentale Stärke von Heranwachsenden fördern, um langfristige Folgen abzupuffern

In einem zweiten Schritt beschäftigten wir uns stärker mit lokalen Aktivitäten. Am konkreten Beispiel eines Pilotprojekts des baden-württembergischen Innen- und Kultusministeriums zum Katastrophenschutz an Schulen fokussierten wir die Rolle der Schule auf das Zusammenspiel von Individuen, Institutionen und Gesellschaft. Aus dem Bildungsplan lassen sich hierfür übergeordnete Bildungsziele ableiten, die im Zusammenhang der Sozialisationswirkung von Schule deutlich werden. Schule kann hier integrative Effekte haben und über die Kinder und Jugendlichen in die Familien und dadurch in die Gesellschaft hineinwirken. Die Analyse konkreter Beispiele schulischer Aktivitäten in diesem Kontext zeigt, dass die Ansätze ganz konkrete Katastrophenszenarien und den Umgang damit fokussieren können – beispielsweise, wie verhalte ich mich bei ganz bestimmten Wetterextremlagen – bis hin zu einer grundsätzlichen Stärkung der Selbstwirksamkeit und Handlungskompetenzen, in herausfordernden Situationen.

Aus der Literatur lassen sich verschiedene Zugänge der Resilienzförderung ableiten:

- **Selbstwirksamkeit und Problemlösefähigkeiten**, um das Gefühl zu entwickeln, schwierige Situationen bewältigen zu können
- **Strukturen und Routinen**, die Sicherheit vermitteln und Normalität im Alltag schaffen
- **Stabile emotionale Unterstützung**, durch Familie, Freund:innen oder andere Bezugspersonen, um emotionale Sicherheit zu gewährleisten
- **Soziale Netzwerke**, die Gemeinschaft und Zusammenhalt stärken
- **Zugang zu psychosozialer Betreuung**, um traumatische Erlebnisse zu verarbeiten

Für die Schule lassen sich hiervon verschiedene Aktivitäten ableiten, welche für die Resilienzentwicklung von Kindern und Jugendlichen förderlich sein können und die

Heranwachsenden auf physische und emotionale Herausforderungen vorbereiten.

- **Bildung und Aufklärung:** Notfallpläne und Übungen für Katastrophenszenarien (bekannt ist der Feueralarm) sowie aktive Förderung des Katastrophenbewusstseins
- **Förderung von Problemlösungsfähigkeiten** durch Erfahrungen im kritischen Denken (beispielsweise Planspiele und Fallstudien), welche Selbstmanagement und Handlungskompetenz fokussieren
- **Förderung von physischen Sicherheitsmaßnahmen** durch ein sicheres Schulgebäude mit der entsprechenden Sicherheitsausrüstung
- **Soziale und emotionale Unterstützung:** Psychosoziale Schulprogramme und Schulung der Lehrpersonen zum Umgang mit Traumata und psychischen Belastungen
- **Förderung von Gemeinschaft und Zusammenhalt**, um Schule in Krisenzeiten als Rückhalt und Unterstützung zu erleben. Dies kann auch über die Zusammenarbeit und Kooperationen mit Einrichtungen des Katastrophenschutzes erfolgen.
- **Elternarbeit und Gemeindebeteiligung** zur Stärkung des Zusammenhalts in der Gemeinde oder im Stadtteil

Über unsere Beteiligung an der Diskussionsveranstaltung im Format *Marsilius kontrovers* mit dem Titel *Krisenprävention - Warum? Wie? Wieviel?*, erreichten wir mit den ersten Ergebnissen unseres Projekts eine breitere Öffentlichkeit. Die Veranstaltung fand eine gute Resonanz und führte über den Abend hinaus zu zahlreichen Diskussionsanlässen. In der Auseinandersetzung mit der Thematik wird immer wieder deutlich, dass die konkreten Unterstützungsoptionen von einer sehr allgemeinen Entwicklungsförderung bis hin zur Vorbereitung auf sehr spezifische Katastrophenszenarien reichen.

Als theoretischer Rahmen eines im Projekt entwickelten empirischen Zugangs wurde der Ansatz der Developmental Assets (<https://searchinstitute.org/resources-hub/developmental-assets-framework>) herangezogen. Inhaltlich wurde das konkrete Bedrohungsszenario der Umweltkatastrophen gewählt und methodisch ein Q-Set entwickelt, mit dem sowohl auf der Ebene von Lehrpersonen und pädagogischem Personal als auch aus Sicht der Schüler:innen subjektive Vorstellung zum Erleben von Sicherheit erfasst werden können.

### Marsilius Q-Sort zum Thema Naturkatastrophen

#### Was ist für Jugendliche aus Ihrer Sicht wichtig, um sich im Falle von Naturkatastrophen sicher zu fühlen?

Am wenigsten wichtig -3	-2	-1	0	1	2	Am meisten wichtig 3
(15) Hoffnung darauf haben, dass durch technischen Fortschritt Herausforderungen durch Naturkatastrophen begegnet werden kann.	(12) Mit anderen darüber diskutieren, was im Falle einer Naturkatastrophe alles auf uns zukommen kann.	(14) Verstehen, wie Naturkatastrophen entstehen.	(21) Die Stadt/den Stadtteil als sicheren Ort erleben.	(13) Die Familie als sicheren Ort erleben.	(6) Wissen, an wen sie sich in einer Notsituation wenden können	(23) Trotz aktueller Ereignisse und Naturkatastrophen positiv in die Zukunft blicken.
(16) Einen eigenen Beitrag leisten, um Naturkatastrophen zu vermeiden oder Folgen zu reduzieren.	(4) Empfehlungen zum Umweltschutz und zum Umgang mit Naturkatastrophen umsetzen.	(11) In Organisationen des Katastrophenschutzes vertrauen (Feuerwehr, Polizei, Ordnungsbehörden).	(9) Probleme aus eigener Kraft lösen können.	(17) Die Schule als sicheren Ort erleben.	(7) Motiviert zu sein, im Notfall andere zu unterstützen und Hilfe zu leisten.	(2) Wissen, was sie selbst in einer Notsituation tun können.
	(8) Sich aktiv dafür einsetzen, Maßnahmen des Umweltschutzes in die Breite zu tragen.	(1) Vertrauen in sich zu haben, für jedes Problem eine Lösung zu finden.	(3) Sich verantwortlich fühlen, Naturkatastrophen vorzubeugen (z.B. durch Umweltschutz).	(24) Sich aktiv in der Jugendorganisation einer Hilfsorganisation oder beim Katastrophenschutz engagieren.	(5) Mit überraschenden und ungewohnten Situationen umgehen können.	
		(10) Die Zusammenhänge zwischen Naturkatastrophen und direkten Gefahren für sich selbst zu kennen.	(22) Wissen, wie Naturkatastrophen vorgebeugt werden kann.	(20) Konkrete Handlungskompetenzen für bestimmte Rettungsmaßnahmen erwerben und regelmäßig üben.		
			(19) Zuversichtlich sein, dass die Probleme im Zusammenhang mit Naturkatastrophen gelöst werden können.			
			(18) Wissen, welche Risiken von bestimmten Naturkatastrophen ausgehen.			

**Gruppe Voluntaries**

- Most agree statements
- Most disagree statements
- Distinguish Statements

Abbildung: Beispiel Grid Markus Ries, Gruppe „Voluntaries: Im Notfall bereit und in der Lage sein, anderen zu helfen“

Eine Q-Studie ist eine Forschungsmethode, die dazu verwendet wird, subjektive Meinungen, Einstellungen oder Perspektiven zu erfassen und systematisch zu analysieren. Im Gegensatz zu klassischen quantitativen Methoden, bei denen statistische Verteilungen im Vordergrund stehen, konzentriert sich die Q-Studie darauf, wie Menschen ihre Ansichten zu einem bestimmten Thema ordnen und priorisieren. Bei einer Q-Studie werden den Teilnehmenden eine Reihe von Aussagen (Q-Set) zu einem bestimmten Thema vorgelegt. Die Teilnehmenden sollen diese Aussagen dann nach ihrer subjektiven Zustimmung oder Ablehnung auf einem vorgegebenen Raster ordnen. Anschließend wird die Anordnung der Aussagen statistisch analysiert (beispielsweise mittels Faktorenanalyse), um Muster und verschiedene Meinungsgruppen zu identifizieren. Die Methode eignet sich besonders gut, um komplexe und differenzierte Perspektiven zu erfassen, die in standardisierten Umfragen oft schwer zu erkennen sind.

Für die von uns untersuchte Fragestellung wurde der Prompt eingesetzt: „Was ist für dich (Jugendliche aus ihrer Sicht) wichtig, um dich (sich) im Falle von Naturkatastrophen sicher zu fühlen?“. Die aus der Theorie abgeleiteten 24 Aussagen (Q-Set) beschreiben sowohl affektive, kognitive als auch verhaltensbezogene Aussagen zum Themenbereich. Die Pilotierung des Q-Sort wurde in einer Seminarsitzung der Fellowklasse vorgenommen, in der die Fellows inklusive Marsiliusdirektorium, Geschäftsführung und die Nature Marsilius Gastwissenschaftlerin als Expert:innengruppe fungierten. Die Abbildung gibt beispielhaft das Legemuster meines Projektkollegen Markus Ries wieder, der sich mit seiner Vorstellung in der Gruppe der „Voluntaries“ befindet. Insgesamt ließen sich vier verschiedene Gruppen differenzieren, die z.B. auch Skeptiker:innen, Zupackende und Selbstwirksame beschreiben. Das Instrument wurde in einer weiteren Erhebung mit Lehramtsstudierenden in der Studienabschlussphase getestet. Auch hier zeigen sich vier trennscharfe, vergleichbare Gruppen. Vor den Sommerferien wurden an einer Heidelberger Gemeinschaftsschule mit Schüler:innen der 9. Jahrgangsstufe Workshops zum Thema Naturkatastrophen durchgeführt, bei denen das Instrument ebenfalls zum Einsatz kam. Aktuell sind weitere Erhebungen an anderen Schulen und mit unterschiedlichen Jahrgangsstufen geplant. Die bislang recht vielversprechenden Ergebnisse sollen publiziert werden. Zudem ist geplant in Kooperation mit einer Stiftung im Frühjahr 2025 einen Fachtag für den Dialog zwischen Praxis, Politik und Wissenschaft vorzubereiten.

Insgesamt ermöglichte mir meine Fellowship neben intensivem Austausch mit meinem Fellowkollegen Markus Ries den Einblick in die vielfältigen Fachdisziplinen der Universität und ihrer Theorie und Forschungszugänge. Die wöchentlichen Fellowseminare mit intensivem Austausch und Diskussionen waren ein absolutes Highlight und die Anregungen aus der Gruppe für die eigene Arbeit sehr hilfreich. Es war sehr spannend, die Forschungsbiografien der Fellowklasse kennen zu lernen und insbesondere die Exkursionen und das Fellow-Retreat im zweiten Halbjahr ermöglichten intensive Einblicke in die unterschiedlichen Forschungsfelder und -zugänge. Wir sind zuversichtlich, dass wir unser Projekt fortführen werden und das entwickelte Instrument in anderen Studien einsetzen können. Gleichzeitig planen wir über die Beteiligung an Veranstaltungen und Workshops das Thema der Resilienz von Kindern und Jugendlichen in die Breite zu tragen.