



Resilienz

Medienliste / Medienverzeichnis

Zielgruppe: Frühbereich



Broschüren



Unterrichtsmaterialien



Sachbücher



CDs, DVDs, Videos



Spiele



Bilderbücher, Belletristik, Comics

Zentrum Bern
Eigerstrasse 80
3007 Bern

Emmental-Oberaargau
Bahnhofstrasse 90
3400 Burgdorf

Jura bernois - Seeland
Zentralstrasse 63a
2502 Biel

Zentrum Oberland
Aarestrasse 38 B
3601 Thun



Brooks Robert, Goldstein Sam

Das Resilienz-Buch Wie Eltern ihre Kinder fürs Leben stärken

Klett-Cotta Verlagsgemeinschaft, Stuttgart
, 2006, 978-3-608-94421-1

- Ratgeber für Eltern von Vorschul- und Schulkindern zu Themen der Resilienzförderung
- vermittelt eine Vielzahl von Impulsen für den Erziehungsalltag, zum Beispiel zu Empathie lehren und vermitteln, wirksames Kommunizieren, Wertschätzung, Verantwortungsbereitschaft und Mitgefühl, Problemlösefähigkeiten, Mut und Hoffnung etc.

Erwachsene
Familie
Kita



Kubitschek Gabriele

Die 50 besten Spiele zur Resilienzförderung

Don Bosco Medien, München, 2014, 978-3-7698-2064-5

Manche Kinder sind richtige kleine Stehaufmännchen: Voll Vertrauen in das Wohlwollen ihrer Umgebung und ihre eigenen Fähigkeiten, stehen sie immer wieder auf und lassen sich auch von Rückschlägen nicht entmutigen. "Die 50 besten Spiele zur Resilienzförderung" helfen Kindern, ihre Widerstandsfähigkeit gegenüber Schwierigkeiten im Leben weiterzuentwickeln. Dazu üben sie, sich zu entspannen, den eigenen Fähigkeiten zu vertrauen, Neues auszuprobieren und im Austausch mit anderen Problemlösungen zu finden.

- Spiele zur Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Spiele, die Mut machen
- Spiele, um Gefühle regulieren zu können
- Spiele für die Sozialkompetenz
- Spiele zur Harmonisierung und Stressbewältigung

Kinder
Familie
Freizeit
Heim
Kita
Schule



Vogt Manfred, Vogt-Sitzler Franziska

Die ich-kann - Hasen Hühner Hunde Das Ressourcen-Memospiel

Manfred Vogt Spielverlag, 2004

- Memospiel mit ressourcenorientiertem Fokus zum Thema "Gefühle und Verhalten"
- eröffnet mir 52 Bildmotiven auf Kärtchen einen spielerischen Zugang zu Stärken und Fähigkeiten
- für Kinder ab 4-5 Jahren

Kinder
Jugendliche
Familie
Kita
Schule
Unterstufe



Petermann Ulrike

Die Kapitän-Nemo-Geschichten Geschichten gegen Angst und Stress

Herder, 2012

Mit Kapitän Nemo, der sie sicher durch Abenteuer und Gefahren leitet, gewinnen Kinder Mut, Sicherheit und Selbstvertrauen

Kinder
Familie
Schule



Fröhlich-Gildhoff Klaus, Becker Jutta, Fischer Sibylle (Hrsg.)

Gestärkt von Anfang an Resilienzförderung in der Kita

Beltz Verlag Weinheim und Basel, 2012, 978-3-407-62813-8

Der Resilienzbegriff erfreut sich seit einigen Jahren wachsender Bedeutung in Erzieher/innenausbildung und Praxis - nicht zuletzt auf Initiative von Klaus Fröhlich-Gildhoff, der den Begriff als einer der Pioniere in Deutschland einführte. Nun beleuchten der Autor und sein Team die Förderung von Resilienz in Kindergarten und Krippe.

Die Autor/innen bieten ein praxisnahes und direkt umsetzbares Konzept zur Resilienzförderung. Sie zeigen, wie sich die Resilienzfähigkeit der Kinder steigern lässt. So können Krisen bewältigt und der Zusammenhalt in der Gruppe gestärkt werden. Dabei beschreiben die Autor/innen zunächst den Ist-Stand der Resilienzförderung in Deutschland, um sich dann auf Krippe und Kindergarten zu beziehen. Auch geben sie einen Ausblick auf weiterführende Bildungsinstitutionen und beleuchten spezifische Zielgruppen (z.B. Migrationshintergrund, Hort). Zum Schluss geben sie Tipps und Beispiele für resilienzförderliche Maßnahmen.

**Kita
Schule
Unterstufe**



Bauer Christiane, Hegemann Thomas

Ich schaffs! - Cool ans Ziel

2013

"Ich schaff's" ist ein lösungsorientiertes Programm für die Arbeit mit 13- bis 18-Jährigen, das sich die Vitalität, Neugier und Begeisterungsfähigkeit von Teenagern zunutze macht. Das praxiserprobte Programm unterstützt Jugendliche darin, selbst gesteckte Ziele zu erreichen und Probleme hinter sich zu lassen.

**Familie
Schule
Oberstufe**



Gaschler Katja, Buchheim Anna

**Erwachsene
Familie**

Kinder brauchen Nähe Sichere Bindungen aufbauen und erhalten

Schattauer Verlag, 2012, 978-3-7945-2872-1

Warum Bindung glücklich macht

Dieses Buch ist kein Erziehungsratgeber im üblichen Sinn. Vielmehr präsentiert es wichtige Ergebnisse der Bindungsforschung und leitet daraus ab, wie sich eine vertrauensvolle Beziehung zu Kindern aufbauen lässt. Dabei ist eine sichere Bindung nicht nur entscheidend für eine gelingende Erziehung. Sie fördert auch nachweislich die seelische Gesundheit und den sozialen Erfolg im späteren Leben.

Vor diesem Hintergrund bietet "Kinder brauchen Nähe" vertiefte Einblicke in Themen wie kindliche Schlafprobleme, Schreibabys, Trotzverhalten und Scheidungskinder. Pädagogen, Psychologen und Psychotherapeuten zeigen in wissenschaftlich fundierten und gleichzeitig unterhaltsamen Beiträgen, wie prägend die Qualität der Bindungen eines Kindes für seine Entwicklung ist.

Inhalte: Die Macht der Nähe - Sensible Schreihäse - Mutter(un-)glück - Wie Bindung das Gehirn verändert - Die Wiege der Sicherheit - Zwiegespräch mit einem Säugling - Die Suche nach Vertrauen - Trost für Trotzköpfe - Was macht Kinder stark? - Gut ins Bett - ...Eltern sein dagegen sehr - Was im Leben wirklich zählt - Scheiden tut weh - Alle für eins, für das Kind - Geschwister, ein Bund für das Leben - Die neuen Väter - Enkels Liebling.



Zimmer Renate

**Kinder
Erwachsene**

Kinder brauchen Selbstvertrauen

Bewegungsspiele, die klug und stark machen

Herder Spektrum, 2006, 978-3-451-05673-4

Die Grundlage für ein gesundes Selbstvertrauen wird in den ersten Lebensjahren gelegt: Kinder, die ihre Umwelt mit allen Sinnen erforschen können, erfahren sich als selbstständig und kompetent. Bewegungsspiele sind ein ideales Mittel dazu: die schönsten werden hier von der erfahrenen Sportpädagogin vorgestellt.



Braun Daniela

**Kita
Schule
Unterstufe**

Kreativität in Theorie und Praxis Bildungsförderung in Kita und Kindergarten

Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau, 2011, 978-3-451-32455-0

Kindliche Kreativität zu stärken und fördern ist für eine erfolgreiche Bildungsarbeit im Kindergarten unverzichtbar. Die Autorin führt in die Grundzüge der Kreativitätsforschung ein, verdeutlicht die Bedeutung der Kreativitätsförderung in der Elementarpädagogik und beschreibt, wie Erwachsene die kindliche Kreativität als eine der wichtigsten Lebenskompetenzen stärken können.



Fröhlich-Gildhoff Klaus, Rönnau Maike, Dörner Tina

**Erwachsene
Kita**

Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen - PRiK Trainingsmanual für ErzieherInnen

Ernst Reinhardt Verlag, 2007, 978-3-497-01938-0

Trainingsmanual für ErzieherInnen

Evaluiertes Trainingsprogramm mit Modulen zu Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung, Selbstwirksamkeit, sozialer Kompetenz, Umgang mit Stress und Problemlösen. Mit 20 Übungseinheiten für Kleingruppen mit Kindern zwischen 4 und 6 Jahren.



Klaus Fröhlich-Gildhoff, Maike Rönnau-Böse

Erwachsene

Resilienz

UTB Verlag, 2011, 978-3-8252-3613-7

Resilienz - die Stärkung der seelischen (und körperlichen) Widerstandskraft - gewinnt in Forschung und Praxis an Bedeutung. Die Autoren stellen Konzepte und aktuelle Forschungsergebnisse verständlich dar. Sie führen in relevante Themengebiete wie Prävention, Risiko- und Schutzfaktorenkonzept sowie Salutogenese ein und beschreiben Programme in Kindertageseinrichtungen und Schule, mit denen Fachkräfte die Resilienz von Kindern fördern können.



Rönnau-Böse Maike, Fröhlich-Gildhoff Klaus

**Erwachsene
Kita**

Resilienzförderung im Kita-Alltag Was Kinder stark und widerstandsfähig macht

Herder Verlag, 2010, 978-3-451-32303-4

Für die Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen

- zeigt konkrete Wege auf, wie Resilienzförderung im Kita-Alltag aussehen kann
- in 5 Bausteinen gegliedert: Leitbildentwicklung, pädagogische Programme, Zusammenarbeit mit Bezugspersonen, Netzwerkbildung, Evaluation

Calvert Kristina, Schreiber Petra, Waechter Philip

Selbstkompetenz stärken
mit dem Bilderbuch ICH von Philip Waechter
Nikolo-Programm Beltz
40 Projektideen für die Kita

Beltz Nikolo, Weinheim, 2015, 978-3-407-72732-9

Der Bär aus Philip Waechters »ich« mag sich. Er findet sich toll und schlau, teilt gerne mit anderen und hat vor kaum etwas Angst – er verfügt über eine gefestigte Selbstkompetenz. Wenn Erzieher/innen Kindern die Möglichkeit geben, sich selbst kennenzulernen, Zuversicht in sich und die Welt zu entwickeln und positiv schwierigen Aufgaben gegenüberzutreten, tragen sie zur Entwicklung von Selbstkompetenz bei. Die abwechslungsreichen Projektideen unterstützen Erzieher/innen dabei: Wenn die Kinder gemeinsam ein Ich-Mobile aus Naturmaterialien basteln und über eigene Fragen nachdenken oder mit der kunterbunten Pfeifenputzer-Krake Karl ausprobieren, wie man gerecht teilt, erleben sie sich wie der Bär als selbstwirksam, üben sich in sozialer Kompetenz oder gehen ihren Gefühlen auf den Grund.

Kapitel:

- Selbstkompetenz stärken
- Rituale - Struktur und Halt erfahren
- Selbstvertrauen
- Selbstwahrnehmung
- Selbstkompetenz
- Frustrationstoleranz



Freyhoff Anja, Uhlmann Thomas

Signale des Babys
Ein filmisches Lexikon der Babysprache
Für Eltern mit Kindern von 0 - 18 Monaten

www.uhlmann-freyhoff.de (Produktion), 2015

DVD mit 108 Filmen über Hören, Schreien, Schauen, Laute, Mimik, Gefühle, Hände und Füße.

Junge Kinder haben viel zu sagen: Lange vor den ersten Worten können sie sich schon deutlich mitteilen - mit dem ganzen Körper, mit Lauten, Gesten oder Blicken.

Einzel anwählbare, kurze Filme zeigen und erklären, wie sich schon ganz kleine Kinder mitteilen. So können Eltern ganz leicht lernen, mit ihrem Baby zu sprechen - einfach durch Hinsehen und Beobachten. Das macht Spass, man entdeckt viel Neues und erlebt so manche Ueberraschung!

**Erwachsene
Familie
Kita**



Lionni Leo

Swimmy

Beltz & Gelberg, Weinheim Basel, 2004, 978-3-407-77009-7

Ein Klassiker von Leo Lionni: Swimmy, der kleine Fisch, als grosser Retter in der Not! »Kommt mit ins große Meer!«, ruft Swimmy den kleinen roten Fischen zu. »Ich will euch viele Wunder zeigen!« Der winzige, aber kluge Fisch Swimmy will ins grosse Meer hinaus. Denn dort warten die Wunder! Die kleinen roten Fische aber haben Angst vor den riesigen Fischen dort draussen. Swimmy überlegt und überlegt. Und endlich hat er eine Idee. »Ich hab's!«, ruft er fröhlich. »Lasst uns etwas ausprobieren. Und schon bald schwimmt der Schwarm kleiner Fische in Form eines Riesenfisches in das weite Meer hinaus. Und wirklich - die Riesenfische wagen nicht in ihre Nähe zu kommen. Und so schwimmen noch heute viele kleine Fische, getarnt als Riesenfisch, glücklich durch das Meer. »Das zentrale Moment ist nicht so sehr Swimmys Idee von einem grossen Fisch, der sich aus einer Menge winziger Fische zusammensetzt, sondern sein energisch vorgebrachter Entschluss: Ich spiele das Auge.

**Kinder
Familie
Kita
Unterstufe**



Renz-Polster Herbert, Hüther Gerald

Wie Kinder heute wachsen Natur als Entwicklungsraum Ein neuer Blick auf das kindliche Lernen, Fühlen und Denken

Beltz Verlag, Weinheim und Basel, 2013, 978-3-407-85953-2

Natur ist für Kinder so wichtig wie gute Ernährung. In ihrem Buch beschreiben die beiden Autoren, wie der Aufenthalt in der Natur den Kindern neue Horizonte erschliesst und warum auch elektronische Medien zur Naturerfahrung beitragen. Dieses Buch verfolgt einen anderen Ansatz als alle anderen Naturbücher, denn wer über Natur redet, muss auch über kindliche Entwicklung reden. Wie die Kinder widerstandsfähig werden. Wie sie ihre Kompetenzen für ein erfolgreiches Leben ausbilden. Nur wenn wir verstehen, was die Kinder in ihrer Entwicklung antreibt und was sie wirklich zu Persönlichkeiten macht, können wir die Bedeutung von Naturerfahrungen wirklich schätzen lernen.

**Erwachsene
Familie
Freizeit
Heim
Kita
Schule
Unterstufe
Mittelstufe**



Wyrobnik Irit (Hrsg.)

Wie man ein Kind stärken kann Ein Handbuch für Kita und Familie

Vandenhoeck & Ruprecht GmbH, Göttingen, 2012

Wie werden wir unterschiedlichen Kindern gerecht, zum Beispiel Mädchen, Jungen, Kindern mit Migrationshintergrund, hochbegabten Kindern? Wie können wir Kinder in wichtigen Übergangsphasen stärken, zum Beispiel beim Übergang vom Kindergarten in die Grundschule? Was ist zu tun, wenn Kinder schon sehr früh in schwierige Lebenslagen geraten? Wie kann man etwa Kinder unterstützen, die ein Familienmitglied verloren haben, oder solche, die in Trennungs- / Scheidungsfamilien aufwachsen? Kann man Kinder vor Drogen oder sexuellem Missbrauch schützen? Diese und viele weitere Fragen - viele wissenschaftlich und elementarpädagogisch fundierte Antworten für Kita und Familie!

**Familie
Kita**