

# Inhalt

Vorwort	4
Einleitung	5
1. Was bedeutet Resilienz?	7
1.1 Bedeutung des Resilienzbegriffs	8
1.2 Phasen der Resilienzforschung	10
1.3 Risiko- und Schutzfaktoren	12
1.4 Resilienzfaktoren	17
2. Kitas als gesundheitsförderliche Orte für Kinder und Eltern	20
2.1 (Neue) Anforderungen an pädagogische Fachkräfte	21
2.2 Prävention und Präventionsprogramme	26
EXKURS: Ressourcenorientierte professionelle pädagogische Begegnung mit Verhaltensweisen, die als herausfordernd erlebt werden	30
3. Bausteine zur Förderung von Resilienz	38
3.1 Baustein 1: Leitbildentwicklung einer resilienzförderlichen Kita	39
3.2 Baustein 2: Resilienz von Kindern im Alltag und mit Programmen fördern	47
3.3 Baustein 3: Zusammenarbeit mit Bezugspersonen	66
3.4 Baustein 4: Netzwerkbildung	81
3.5 Baustein 5: Evaluation eigener Maßnahmen und Angebote	89
4. Förderung von seelischer Gesundheit im pädagogischen Team	99
4.1 Körperliche und seelische Gesundheit	100
4.2 Belastungsfaktoren in Kitas	101
4.3 Arbeitszufriedenheit	103
4.4 Verarbeitung von Belastungen	104
4.5 Gesundheitsförderung in der Kita	106
Fazit	110
Anhang	114
Kopiervorlage Resilienzfaktoren	115
Einladung zu einem themenspezifischen Elternabend	116
Literaturverzeichnis	118