

Dagmar Bojdunyk-Rack / Sylvia Spiessberger

## Rainbows – Hilfe für Kinder und Jugendliche in stürmischen Zeiten nach Trennungs- und Verlusterlebnissen in der Familie

♦ Rainbows als überkonfessioneller und parteipolitisch unabhängiger gemeinnütziger Verein, der in ganz Österreich tätig ist, bietet mit einem umfangreichen Kursangebot Unterstützung für Kinder und Jugendliche, die mit Trennung oder Scheidung der Eltern bzw. dem Tod eines nahen Angehörigen konfrontiert sind. In einem geschützten Rahmen wird auf der Basis der Resilienzförderung Hilfe zur Selbsthilfe geleistet. Eigene Stärken werden erarbeitet und so Ressourcen zur Bewältigung freigelegt. Ziel ist es, Raum für Aussprache zu bieten, Sorgen und Ängsten sowie Nöten und Schuldgefühlen vorzubeugen bzw. von diesen zu befreien, um damit den Selbstwert der Kinder bzw. der Jugendlichen zu steigern. (Redaktion)

### 1 RAINBOWS stellt sich vor

RAINBOWS ist ein österreichweit tätiger, gemeinnütziger Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, Kinder und Jugendliche in Trennungs- und Verlustsituationen zu unterstützen. Die englische Bezeichnung „RAINBOWS“, Regenbögen, weist auf das Land der Ursprungsidee hin. Die Amerikanerin Suzy Yehl setzte 1983 in Chicago die ersten Schritte, Kindern bei der Bewältigung von Trennungs- und Trauererlebnissen durch ein gruppenpädagogisches Angebot zu helfen. Selbst geschieden und Mutter von drei Söhnen wurde ihr bewusst, dass ihre Kinder die Trennung ebenso schmerzhaft erlebten wie sie als Erwachsene. Mit einem Unterschied: als Erwachsene hatte sie verschiedene Möglichkeiten, sich auszutauschen und Unterstützung zu erhalten, während es für ihre Kinder kein Angebot gab. 1991 wurde die

RAINBOWS-Idee vom Jesuitenpater Rudi Kutschera nach Wien gebracht und das amerikanische Konzept für österreichische Verhältnisse adaptiert. Die ersten RAINBOWS-Gruppen in Österreich starteten im Herbst 1991 in Graz, Leoben und Wien. 16 Kinder konnten damals Unterstützung und Begleitung in ihrer schwierigen Lebenssituation erfahren.

Laut Statistik Austria betrug die Gesamtscheidungsrate 2017 in Österreich knapp 41 %, 12.500 Kinder unter 18 Jahren sind von der Scheidung ihrer Eltern betroffen. Nicht erfasst sind in dieser Zahl Kinder, deren Eltern in Lebensgemeinschaft lebten. Auch im Hinblick auf Kinder<sup>1</sup>, die aufgrund eines Todesfalles in Ein-Eltern-Familien aufwachsen, gibt es keine statistischen Zahlen.

Die Trennung der Eltern oder der Tod eines geliebten Menschen stellt für jedes Kind eine krisenhafte Situation dar. Die

<sup>1</sup> Wir schreiben in unserem Text von „Kindern“. RAINBOWS-Angebote gibt es für Altersstufen zwischen 5 und 17 Jahren. Mit dem Begriff „Kinder“ sind auch Jugendliche gemeint.

Betroffenen befinden sich in einem Zustand hoher Irritation. Sie müssen sich damit auseinandersetzen, dass in ihrer vertrauten Welt eine massive Veränderung stattgefunden hat. Zur Wiedererlangung des psychischen Gleichgewichtes reagieren die Kinder je nach Alter und Persönlichkeit unterschiedlich. Die Reaktionen reichen von Wutausbrüchen über Schlafstörungen bis zu „tun als ob nichts gewesen wäre“. Nach der Trennung der Eltern befinden sich Kinder oftmals in einem Loyalitätskonflikt. Viele entwickeln – auch nach einem Todesfall – Schuldgefühle.

RAINBOWS hat das Ziel, die betroffenen Kinder in ihrer Persönlichkeit zu stärken, ihnen den Umgang mit den Veränderungen und dem Verlust zu erleichtern und die Entwicklung von positiven Zukunftsperspektiven zu fördern.

RAINBOWS unterstützt dabei mit zwei unterschiedlichen Angeboten:

a) *RAINBOWS-Gruppen für Kinder nach Trennung oder Scheidung ihrer Eltern.* Dabei handelt es sich um alters-homogene Kleingruppen, die nach einem bewährten Konzept von ausgebildeten RAINBOWS-Gruppenleiter\*innen geführt werden. Die Begleitung erfolgt über einen Zeitraum von 4 bis 5 Monaten.

b) *RAINBOWS-Trauerbegleitung für Kinder, die eine nahe Bezugsperson durch Tod verloren haben:* Hierbei handelt es sich um die individuelle Begleitung eines Kindes im Trauerprozess im Einzelsetting. Als Zeitraum sind 4 bis 6 Monate inkl. Follow-Ups vorgesehen.

Bei Bedarf werden auch Trauergruppen für Kinder und Jugendliche organisiert. Die weitaus größere Nachfrage besteht jedoch nach Einzelbegleitungen.

Darüber hinaus finden jedes Jahr in den Sommerferien zwei RAINBOWS-Feri-

*encamps* für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren am Attersee statt, und zwar eines für jene,

- die von dem Verlust einer nahen Bezugsperson betroffen sind, sowie ein zweites für

- Kinder nach der Trennung oder Scheidung der Eltern.

Unsere Konzepte setzen sich aus verschiedenen Ansätzen zusammen, etwa der „Themenzentrierten Interaktion“ nach Ruth Cohn. Aus der Schule von Jorgos Canacakis stammt der kreative Umgang mit Trauer, der in den RAINBOWS-Trauerbegleitungen seine Umsetzung findet. Insgesamt fließt in die RAINBOWS-Arbeit eine systemische und somit vernetzte Sichtweise ein, d. h. das Kind wird nicht nur als Einzelperson, sondern als Teil der verschiedenen Systeme (Familie, Kindergarten, Schule ...), in die es eingebunden ist, gesehen.

Nachstehend möchten wir auf die Bedeutung der Resilienzförderung in den RAINBOWS-Angeboten näher eingehen.

## 2 Vertrauen ist der Anfang von allem. Wie RAINBOWS die Resilienz von Kindern fördert

Die Basis, um resilienzorientiert zu arbeiten, ist eine entwicklungsfördernde Haltung und Beziehungsgestaltung. Die Stärken und Ressourcen der Betroffenen in den Mittelpunkt zu rücken, sie als aktive Bewältiger\*innen wahrzunehmen, ist die *Grundhaltung von RAINBOWS*. Diese Haltung liegt allen Programmen zugrunde, die Resilienz fördern. Das Fundament, auf dem RAINBOWS aufbaut, ist ein wertschätzender, akzeptierender und verstehender Umgang. Ein sicherer und geschützter Rahmen ermöglicht den Kin-

dern, über ihre Erfahrungen, Gedanken und Gefühle zu sprechen. Das durch die Trennung oder den Verlust verminderte Selbstbewusstsein wird gestärkt. RAINBOWS stellt den Rahmen zur Verfügung, in dem Kinder korrigierende und entlastende Erfahrungen zu ihrer momentanen Lebenssituation machen können.

Im Wesentlichen sind es sechs Faktoren, die Resilienz fördern. Sie stimmen zum Großteil mit den Lebenskompetenzen überein, deren Förderung die WHO für eine gesunde Entwicklung von Kindern empfiehlt.

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Selbstregulierung
- Selbstwirksamkeit
- Soziale Kompetenz
- Umgang mit Stress
- Problemlöseverhalten/Coping

## 2.1 Stärkung der Resilienzfaktoren

### *Selbst- und Fremdwahrnehmung*

Das Erkennen, wie Gefühle unser Verhalten beeinflussen, sowie die Fähigkeit, angemessen mit Gefühlen umzugehen, ist ein wichtiger Schutzfaktor für die psychische und physische Gesundheit.

Im Zuge einer Trennung/Scheidung, aber auch bei einem Todesfall, erfahren Kinder oftmals nicht die „ganze“ Wahrheit, weil Eltern sie aus Sorge, ihnen zu viel zuzumuten, schonen möchten. Wenn Kindern nicht die Wahrheit oder nur Teile davon erzählt werden, verlieren sie die Fähigkeit, den eigenen Gefühlen und ihrer Intuition zu trauen. Doch Kinder haben feine Antennen und spüren sehr früh, wenn sich die Atmosphäre in der Familie verändert und ihnen Informationen vorenthalten werden.

RAINBOWS stärkt das Wissen der Kinder über Gefühle (Emotionswissen)

und fördert ihre Fähigkeit, Gefühle auszudrücken und zu regulieren (Emotionsausdruck und Emotionsregulation). RAINBOWS unterstützt die Kinder auch dabei, Sensibilität für den eigenen Körper und körperliche Zustände zu entwickeln. So liegt im ersten Teil der RAINBOWS-Arbeit mit den Kindern der Fokus auf dem erlebten Trennungs- oder Verlusterlebnis und den damit verbundenen Gefühlen. Die Kinder werden beim Einbringen der eigenen Geschichte und ihrer Erlebnisse unterstützt (Erlebniszentrierung). Die/der RAINBOWS-Mitarbeiter\*in regt sie an, *alle* Gefühle, die angenehmen und die unangenehmen, differenziert wahrzunehmen, zu benennen und auf unterschiedliche Art angemessen zum Ausdruck zu bringen. Das bedeutet zum Beispiel, Ausdrucksmöglichkeiten für „Es geht mir nicht gut“ zu finden und die damit einhergehenden Gefühle zu benennen. In weiterer Folge werden Bewältigungsstrategien erarbeitet.

Durch die Förderung von Selbst- und Fremdwahrnehmung erfahren Kinder, dass Gefühle ein wesentlicher Bestandteil ihrer Person sind. Sie erweitern im Laufe der RAINBOWS-Begleitung ihr Repertoire an Ausdrucksmöglichkeiten. Dadurch entsteht größeres Verständnis gegenüber den eigenen, aber auch den Gefühlen anderer. Die Kinder lernen, Stimmungen bei sich und anderen zu erkennen und einzuordnen. Ein Merkmal resilienter Menschen ist die Reflexion der eigenen Gefühle und Bedürfnisse sowie die Fähigkeit, diese ebenso in Bezug zu anderen Menschen zu setzen.

### *Selbstregulierung/-steuerung*

Kinder, die eine gute Selbstwahrnehmung haben und sich und ihre Gefühlszustände selbstständig regulieren bzw. kontrollieren können, haben auch die Fähigkeit zu

empathischem Verhalten. Diese Fähigkeit, sich in andere Menschen einzufühlen, wird als Resilienz fördernder Schutzfaktor angesehen.

Die belastenden Familiensituationen gehen bei den Kindern mit Gefühlen der Angst, Wut, Hilflosigkeit, Trauer und Scham einher. Diese Gefühle führen zu einem seelischen Ungleichgewicht. Es geht daher in den RAINBOWS-Begleitungen auch darum, jenen Seiten des Lebens besondere Aufmerksamkeit zu schenken, die Freude und Spaß beinhalten. Altersgerechte und kreative Methoden werden eingesetzt, um Positives auf allen Ebenen spür- und erlebbar zu machen und die Kinder wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

In den RAINBOWS-Stunden wird auch dem körperlichen Wohlbefinden Aufmerksamkeit gewidmet. Durch spezielle Körper- und Bewegungsübungen können Spannungen gelöst und das physische Gleichgewicht wiederhergestellt werden. Die Kinder können Gefühle durch körperliche Aktivität nach außen tragen, indem sie beispielsweise die Wut in einen Wutpolster schlagen oder einen Wutstrudel backen. Sie kommen in Kontakt zu ihrem Körper und spüren sich selbst besser. Dadurch erhöht sich ihr allgemeines Wohlbefinden (Übungs-/Körperzentrierung).

Kinder, die wissen, was ihnen in bestimmten Situationen hilft bzw. wie sie sich gegebenenfalls Hilfe holen können, werden als resilient charakterisiert.

### **Selbstwirksamkeit**

Resiliente Kinder kennen ihre Stärken und Fähigkeiten und sind stolz darauf. Sie können ihre Erfolge auf ihr Handeln beziehen und wissen, welche Strategien und Wege sie zum Ziel gebracht haben. Sie können diese Strategien auf andere Situationen übertragen und erkennen, welche Aus-

wirkungen ihr Handeln hat und vor allem, dass ihr Handeln etwas bewirkt.

Bei einer Trennung/Scheidung oder nach dem Tod eines nahestehenden Menschen erlebt sich das Kind als hilflos, ohnmächtig und der Situation ausgeliefert. Fast alle Kinder mit Verlusterlebnissen fühlen sich schuldig an der Situation. Dadurch leiden ihr Selbstwert und ihre Selbstwirksamkeit.

RAINBOWS erarbeitet mit den Kindern die Grenzen, aber auch Möglichkeiten ihres Handelns. Anhand ihrer persönlichen Geschichte wird vermittelt, dass sie manche Umstände oder zumindest die Einstellung zu einer Situation ändern können.

In der RAINBOWS-Gruppe lernen die Kinder zu erkennen, dass das eigene Wirken und Handeln Grenzen hat, und dass die Entscheidung der Eltern, sich zu trennen, nicht im Einflussbereich des Kindes liegt. Gleichzeitig ist es aber wesentlich für sie, zu erfahren: „Was kann *ich* bewirken, wofür bin *ich* verantwortlich?“ Zu erkennen, nicht für alles verantwortlich zu sein und daher auch nicht schuldig zu sein, ist eine enorme Erleichterung für die Kinder und kann dazu beitragen, dass die schwierige Lebenssituation besser gemeistert wird.

Selbstwirksamkeit hängt auch eng mit Partizipation zusammen. Für den deutschen Gehirnforscher Manfred Spitzer ist es Resilienz fördernd, wenn man die Meinung der Kinder einholt und sie am Geschehen beteiligt. Für Kinder und Jugendliche nach Trennungs- und Verlusterlebnissen ist es unerlässlich, Strukturen zu schaffen, die das Erleben von Autonomie und Kompetenz ermöglichen. Bei RAINBOWS wird die Stimme des Kindes gehört, gleichzeitig wird den Eltern aber vermittelt, dass Kindern keine Verantwortung für Entscheidungen übertragen werden darf,

die Erwachsene treffen müssen oder deren Tragweite Kinder nicht abschätzen können.

RAINBOWS gibt den Kindern Halt, Struktur und Orientierung in einer Zeit der Verunsicherung und des Umbruchs. Die 12 Treffen der Gruppe finden am gleichen Wochentag, am gleichen Ort und zur gleichen Zeit statt. Die Zusammensetzung der Gruppe ändert sich nicht, und auch die Treffen haben einen Aufbau, der sich immer wiederholt. Die Trauerbegleitungen finden ebenfalls in der Regel im gleichen, für das Kind vorbereiteten, Raum statt. Die Einheiten sind durch einen sich wiederholenden Aufbau gekennzeichnet. Einfache, strukturierte Handlungen und Rituale, wie zum Beispiel Ankommens- und Abschiedsrituale, tragen zur Orientierung bei. Diese Struktur gibt Sicherheit und vermittelt Kontinuität. Die Konzentration auf die Auseinandersetzung mit dem aktuellen Thema der Stunde wird dadurch gefördert.

Für Kinder, die eine Trennung/Scheidung oder einen Todesfall im nächsten Umfeld erlebt haben, ändert sich auch das Bild der Familie. Die gewohnte familiäre Struktur bricht auf, Beziehungen verändern sich, es gibt neue Rollenverteilungen. Bei RAINBOWS lernen die Kinder unterschiedliche Formen von Familie kennen und erfahren, dass diese gleichwertig sind und nebeneinander bestehen können. Sie werden angeregt zu überlegen, wer für sie zu ihrer Familie zählt, und welche Menschen außerhalb der Familie von Bedeutung sind. Sie erhalten Unterstützung dabei, ihren sicheren Platz im veränderten Familiensystem zu finden.

### **Soziale Kompetenz**

Der Begriff „Soziale Kompetenz“ wird unterschiedlich definiert. Sozial kompetente Menschen erleben sich als Ursache für ihr eigenes Verhalten, können sich in an-

dere Menschen hineinversetzen, bemühen sich um angemessene und sozial verträgliche Lösungen. Sie haben die Fähigkeit, sich situationsangepasst sowohl verbal als auch nonverbal zu äußern und können ihre eigenen Bedürfnisse und Ängste, Meinungen und Wünsche adäquat zum Ausdruck bringen. RAINBOWS unterstützt die Kinder beim Ausbau ihrer kommunikativen Fähigkeiten und ihrer Problemlösungskompetenz. Die Kinder werden angeregt, Unklarheiten und Belastungen in Zusammenhang mit der Trennung/Scheidung oder dem Todesfall wahrzunehmen und auszudrücken. Die Kinder erhalten klare Antworten und Sachinformationen auf ihre Fragen. Es ist wichtig, dass sie ihre persönliche Geschichte in einen für sie verständlichen und fassbaren Zusammenhang bringen können und sich in weiterer Folge trauen, ihre Fragen, Bedürfnisse und Wünsche gegenüber den erwachsenen Bezugspersonen auszusprechen.

### **Umgang mit Stress**

Nicht nur Erwachsene, auch Kinder leiden zunehmend unter Stress im Alltag. Stress entsteht, wenn Anforderungen die wahrgenommenen Bewältigungsfertigkeiten übersteigen. Trennungs- und Verlusterlebnisse sind *life events* und dadurch gekennzeichnet, dass der Ablauf und die Kontinuität des Lebens unterbrochen werden. Meist besteht eine Häufung von Stressfaktoren: die Kinder werden mit der Trennungsentscheidung der Eltern oder dem Tod einer wichtigen Bezugsperson konfrontiert, sie müssen die Trauer über den Verlust des geliebten Menschen oder des gewohnten Familienlebens verarbeiten. Die Beziehungen zu ihren Bezugspersonen verändern sich, Umzüge und auch Schulwechsel können hinzukommen. Viele Ein-Eltern-Familien sind von starken finanziellen Einschränkungen betroffen.

Die Bewältigung von krisenhaften Ereignissen erfordert von allen Betroffenen eine hohe Anpassungsleistung im Umgang mit einer neuen, herausfordernden Situation. Bei Kindern kann es in diesem Zusammenhang vorkommen, dass Herausforderungen, die früher bewältigt werden konnten, aktuell nicht mehr gemeistert werden. Sie regredieren. Das heißt, sie begeben sich auf eine frühere Entwicklungsstufe, in der die Anforderungen der Umwelt und die eigenen Bewältigungsstrategien noch deckungsgleich waren.

Bei RAINBOWS lernen die Kinder mit Stresssituationen besser umzugehen. Entspannungs- und Atemübungen, aber auch Hilfe bei der Einschätzung der Situation und Entwicklung von Lösungsstrategien werden angeboten. RAINBOWS ermutigt sie, auf andere Menschen zuzugehen, um Hilfe zu bitten und (wieder) Vertrauen in belastbare Beziehungen zu entwickeln. Die RAINBOWS-Gruppenleiter\*innen stehen den Kindern als Bezugs- und Bindungsperson zur Verfügung.

Ein adäquater Umgang mit Stress ist ein wichtiger Resilienzfaktor und trägt maßgeblich zur seelischen Gesundheit bei.

### ***Problemlösen/Coping***

Unter Problemlösen wird der konstruktive Umgang mit Problemen und Konflikten im Alltag verstanden. Resiliente Kinder sind in Problemlösesituationen weniger reaktiv als vielmehr proaktiv. Resiliente Kinder haben gelernt, sich realistische Ziele zu setzen. Sie trauen sich, Probleme direkt anzu-

gehen und kennen Problemlösungsstrategien. Sie sind in der Lage, verschiedene Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Die veränderte Familiensituation nach einer Trennung oder einem Todesfall verlangt von den Kindern – neben der Fähigkeit, Kompromisse zu schließen und sich anzupassen – auch den möglichst konstruktiven Umgang mit neuen Herausforderungen. Die Kinder müssen sich mit dem Wechsel bzw. Verbleib in „Mama-Welt“ und/oder „Papa-Welt“ zurechtfinden, das soziale Umfeld ändert sich möglicherweise durch Übersiedlung oder den Wegfall von Freund\*innen, neue Bezugspersonen treten in ihr Leben, neue Rhythmen bestimmen ihren Alltag.

In der RAINBOWS-Begleitung werden die Kinder angeregt, ressourcenorientiert an Lösungen zu arbeiten. Sie werden ermutigt, diese erarbeiteten Lösungswege auch ins Handeln umzusetzen und im konkreten Tun auszuprobieren.

## **2.2 Didaktisches Konzept**

Der methodische Ansatz der RAINBOWS-Arbeit besteht darin, den Kindern und Jugendlichen Möglichkeiten zu bieten, alles Belastende und Beunruhigende, aber auch alles Positive und Fröhliche auf unterschiedliche Weise auszudrücken. Dies geschieht ganz wesentlich im kreativen Tun. Die Fähigkeiten, sich schöpferisch auszudrücken und auf vielen verschiedenen Ebenen auch Lösungsansätze zu suchen, helfen bei der Bewältigung von schwierigen Situationen. Die RAINBOWS-Gruppenleiter\*innen fördern durch entsprechende Impulse, Anregungen und Materialien das kreative Potenzial der Kinder. Durch gemeinsame Unternehmungen, Bestätigung und Ermutigung gestalten sie für die Kinder einen entsprechenden Rahmen,

---

### **Weiterführende Literatur:**

Empfehlenswerte Bücher für Kinder jeder Altersstufe sowie für Eltern und Fachpersonen findet sich auf der RAINBOWS-Homepage <https://www.rainbows.at/tipps/>.

---



in dem unterschiedliche Problemlösungen entwickelt und ausprobiert werden können. Die Fähigkeit, kreativ Probleme zu lösen, wird von Manfred Spitzer ebenso als Resilienz fördernd angesehen.

### 2.3 Präventives Potenzial

RAINBOWS versteht seine Angebote als präventive Maßnahmen und versucht, Spätfolgen eines Trennungs- und Verlust-erlebnisses weniger wahrscheinlich zu machen oder zu verhindern. Die Ergebnisse der Resilienzforschung machen deutlich, dass frühzeitige und präventive Unterstützung und Förderung wesentlich dazu beitragen, die Entwicklung von Kindern nachhaltig positiv zu beeinflussen.<sup>2</sup> RAINBOWS leistet einen Beitrag sowohl zur sekundären Prävention (Früherkennung, um Verschlimmerungen abzuwenden) als auch zur tertiären Prävention (Vermeidung von schweren Folgen) und kann zudem als indizierte Prävention angesehen werden, das bedeutet: Bei identifizierten Risikogruppen – Kinder, die von einem Trennungs- oder Verlust-erlebnis betroffen sind – werden gezielt vorbeugende Interventionen gesetzt.

### 2.4 Nachhaltige Resilienzförderung

Studien, die Präventionsprogramme evaluiert haben, sehen einen positiven, nachhaltigen Effekt, wenn ...

– ... *die Programme/Übungen klar strukturiert und verhaltensnah sind.* RAINBOWS stellt seinen Mitarbeiter\*innen ein Kompendium zur Verfügung, in dem für jede Altersstufe und jede thematische Einheit zahlreiche Methoden auf verschiedenen Ebenen (erlebnis- und ressourcenorientiert, kognitiv, Körperübungen) vorgeschlagen werden.

– ... *die Programme langfristig sind.* Die 12 Treffen im Rahmen einer RAINBOWS-Gruppe erstrecken sich über einen Zeitraum von ca. 5 Monaten. Die Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen umfasst einen Zeitraum von 4 bis 6 Monate sowie Follow-Ups.

– ... *Kinder, Eltern und ihr Umfeld erreicht werden, und in deren Lebenswelt angesetzt wird.* Begleitend zur RAINBOWS-Gruppe sind drei Gespräche mit den Eltern verpflichtend. Diese Gespräche dienen der Information sowie der Sensibilisierung der Eltern und sollen den Austausch zwischen den Eltern fördern. Im Rahmen der Trauerbegleitungen werden je nach Bedarf zwei bis drei begleitende Gespräche mit der/den nächsten Bezugsperson/en angeboten. RAINBOWS bietet zudem Beratung und Fortbildung für Menschen, die im beruflichen Kontext mit Kindern zu tun haben (Lehrer\*innen, Sozialpädagog\*innen ...), an.

– ... *professionelle Trainer\*innen eingesetzt werden.* RAINBOWS-Mitarbeiter\*innen haben eine Grundausbildung im

<sup>2</sup> Emmy E. Werner / Ruth Smith, *Journeys from Childhood to Midlife. Risk, Resilience, and Recovery. Perspectives from the Kauai Longitudinal Study*, Ithaca/NY 2001; Michael Rutter, *Psychosocial resilience and protective mechanism*, in: *American Journal of Orthopsychiatry* 57 (1987), 316–331; für Deutschland: Manfred Laucht / Günter Esser / Martin H. Schmidt, *Längsschnitterforschung zur Entwicklungsepidemiologie psychischer Störungen: Zielsetzung, Konzeption und zentrale Befunde der Mannheimer Risikokinderstudie*, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie* 29 (2000), H. 4, 246–262; Friedrich Lösel / Doris Bender, *Von generellen Schutzfaktoren zu spezifischen protektiven Prozessen: Konzeptuelle Grundlagen und Ergebnisse der Resilienzforschung*, in: Günther Opp / Michael Fingerle (Hg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*, München 2008.

psychosozialen, pädagogischen oder psychologischen Bereich und absolvieren vor ihrem Einsatz fachspezifische Lehrgänge bei RAINBOWS. Qualitätssichernde Maßnahmen wie verpflichtende Supervision, Intervention, Teamtreffen und Fortbildung sowie laufende reflexive Protokollführung der Mitarbeiter\*innen (Gruppenleitung, Einzelbegleitungen) sind obligat.

– ... ein niederschwelliger Zugang und eine gute Erreichbarkeit des Angebots vorhanden sind. Je nach Struktur und finanziellen Ressourcen versucht jede Landesstelle, die RAINBOWS-Angebote flächendeckend zur Verfügung zu stellen und die Zielgruppe über verschiedene Formen der Öffentlichkeitsarbeit zu erreichen. Anmeldungen sind telefonisch oder online über die Homepage möglich. Der Teilnahmebeitrag kann für Familien in schwierigen finanziellen Situationen auf einen geringen Anerkennungsbeitrag reduziert werden.

– ... regelmäßige Evaluierungen stattfinden. Die Eltern erhalten am Ende der RAINBOWS-Angebote einen umfangreichen Feedbackbogen, der auf den Prozess, den das Kind im Verlauf der Grup-

pe gemacht hat, Bezug nimmt und die Zufriedenheit der Elternteile abfragt. Sowohl die oben bereits erwähnten Protokolle als auch die Feedbackbögen der Eltern (Rücklauf zwischen 70 und 80 %) werden jährlich ausgewertet.

– ... ein fundierter theoretischer Hintergrund vorhanden ist und eine Orientierung an Schutz- und Risikofaktoren-Modellen erfolgt. Wie im Beitrag erläutert, haben die RAINBOWS-Angebote das Ziel, alle Fähigkeiten und Fertigkeiten des Kindes zu stärken, damit es die veränderte Familiensituation positiv bewältigen und gleichzeitig seine Persönlichkeit optimal zur Entfaltung bringen kann.

**Die Autorinnen:** Dagmar Bojdunyk-Rack, Jahrgang 1964, Mag.<sup>a</sup> phil., Studium der Pädagogik, Personal- und Organisationsentwicklung, Geschäftsführerin RAINBOWS-Österreich, <https://www.rainbows.at>;

Sylvia Spiessberger, Jahrgang 1960, eingetragene Mediatorin, Lebens- und Sozialberaterin, Referentin in der Erwachsenenbildung, Leiterin der Landesstelle RAINBOWS-Oberösterreich.

## Quellen:

Jorgos Canacakis, Ich sehe deine Tränen. trauern, klagen, leben können, Stuttgart <sup>7</sup>1992.

Klaus Fröhlich-Gildhoff / Maike Rönna-Böse, Resilienz (UTB 3290), München-Basel <sup>4</sup>2015.

Klaus Fröhlich-Gildhoff, Resilienz und Resilienzförderung, Weiterbildung für RAINBOWS-MitarbeiterInnen, 31. November 2013, Salzburg.

Wolfgang Jaede, Kinder für die Krise stärken. Selbstvertrauen und Resilienz fördern (Herder spektrum), Freiburg i. Br.-Basel-Wien 2008.

Manfred Spitzer, Zur Neurowissenschaft der Emotionen und des Sozialverhaltens, Vortrag im Rahmen der Fachtagung von plan B, Verein Pflege- und Adoptiveltern OÖ. 31. Oktober 2013.

Rosmarie Welter-Enderlin / Bruno Hildenbrand (Hg.), Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände, Heidelberg <sup>5</sup>2016.

Grundlagen/Konzepte der RAINBOWS-Arbeit: Interne Arbeitsunterlagen