

**InDiPaed**

Institut für  
Digitale Pädagogik  
(n.staatl.)



# CHECKLISTE RESILIENZFAKTOREN

Lebenskompetenzen entlang der WHO 'life skills' (1994)

Die Checkliste ist entnommen aus dem Kursmaterial des  
Onlinekurses: Kinder in Krisenzeiten begleiten unter:

<https://indpd.de/resilienz>



Zum Onlinekurs



[www.indipaed.de](http://www.indipaed.de)

© Copyright 2020 – Urheberrechtshinweis

Alle Inhalte dieses Online-Kurses, insbesondere Texte, Fotografien, Videos, PDF-Dateien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Anne Kuhnert. Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. Bilder, Videos, PDF-Dokumente oder Texte unerlaubt kopiert oder im Internet verfügbar macht), macht sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar, wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten (§ 97 UrhG).

NAME DES KINDES: \_\_\_\_\_

Lebenskompetenzen  
entlang der WHO 'life skills'  
(1994)



**InDiPaed**  
Institut für  
Digitale Pädagogik  
(n.staatl.)

1

## KOMPETENZ

Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen

Das Kind hat keine Schwierigkeiten, sich für etwas und gegen etwas anderes zu entscheiden.

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht

2

## KOMPETENZ

Problemlösefähigkeit

Das Kind reagiert auf (unbekannte) Probleme offensiv & aktiv und entwickelt allein Lösungsideen.

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht

3

## KOMPETENZ

Kreatives Denken

Das Kind kann kreativ denken und sich Neues ausdenken.

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht

© Copyright 2020 – Urheberrechtshinweis

Alle Inhalte dieses Online-Kurses, insbesondere Texte, Fotografien, Videos, PDF-Dateien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Anne Kuhnert. Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. Bilder, Videos, PDF-Dokumente oder Texte unerlaubt kopiert oder im Internet verfügbar macht), macht sich gem. §§ 106 ff. UrhG strafbar, wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten (§ 97 UrhG).



www.indipaed.de



**InDiPaed**

Institut für  
Digitale Pädagogik  
(n.staatl.)

Lebenskompetenzen  
entlang der WHO 'life skills'  
(1994)

**4**

## KOMPETENZ

### Kritisches Denken

Das Kind kann kritisch denken und kann Ungerechtigkeiten als solche identifizieren.

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht

**5**

## KOMPETENZ

### erfolgreiche Kommunikationsfähigkeit

Das Kind kann erfolgreich mit anderen kommunizieren und seine Gefühle und Bedürfnisse klar äußern.

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht

**6**

## KOMPETENZ

### zwischenmenschliche Beziehungen bauen und erhalten

Das Kind kann Freundschaften mit Kindern schließen und positive Beziehungen mit Erwachsenen aufbauen.

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht

© Copyright 2020 – Urheberrechtshinweis  
Alle Inhalte dieses Online-Kurses, insbesondere Texte, Fotografien, Videos, PDF-Dateien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Anne Kuhnert. Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. Bilder, Videos, PDF-Dokumente oder Texte unerlaubt kopiert oder im Internet verfügbar macht), macht sich gem. §§ 106 ff. UrhG strafbar, wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten (§ 97 UrhG).

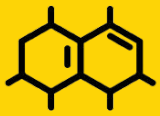


www.indipaed.de

<p><b>7</b></p>	<p><b>KOMPETENZ</b></p>	<p>Selbstwahrnehmung</p>
<p>Das Kind hat ein positives Selbstbild und kann sich selbst und die eigenen Kompetenzen realistisch einschätzen.</p>		<p>Beobachtungen</p>
<p>stimmt</p> <input type="checkbox"/>	<p>stimmt teilweise</p> <input type="checkbox"/>	<p>stimmt nicht</p> <input type="checkbox"/>
<p><b>8</b></p>	<p><b>KOMPETENZ</b></p>	<p>Empathie</p>
<p>Das Kind kann mitfühlen und sich in das Erleben anderer einfühlen.</p>		<p>Beobachtungen</p>
<p>stimmt</p> <input type="checkbox"/>	<p>stimmt teilweise</p> <input type="checkbox"/>	<p>stimmt nicht</p> <input type="checkbox"/>
<p><b>9</b></p>	<p><b>KOMPETENZ</b></p>	<p>Emotionsbewältigung</p>
<p>Das Kind kann die eigenen Gefühle regulieren und reagiert dem Alter angemessen.</p>		<p>Beobachtungen</p>
<p>stimmt</p> <input type="checkbox"/>	<p>stimmt teilweise</p> <input type="checkbox"/>	<p>stimmt nicht</p> <input type="checkbox"/>

© Copyright 2020 – Urheberrechtshinweis  
 Alle Inhalte dieses Online-Kurses, insbesondere Texte, Fotografien, Videos, PDF-Dateien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Anne Kuhnert. Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. Bilder, Videos, PDF-Dokumente oder Texte unerlaubt kopiert oder im Internet verfügbar macht), macht sich gem. §§ 106 ff. UrhG strafbar, wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten (§ 97 UrhG).





10

## KOMPETENZ

### Stressbewältigung

Das Kind hat in Stress-Situationen Strategien entwickelt, um sich abzugrenzen und auf sich zu achten

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

stimmt nicht



## KOMPETENZ

Das Kind kann | Das Kind zeigt \_\_\_\_\_

Beobachtungen

stimmt

stimmt teilweise

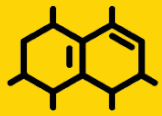
stimmt nicht

© Copyright 2020 – Urheberrechtshinweis

Alle Inhalte dieses Online-Kurses, insbesondere Texte, Fotografien, Videos, PDF-Dateien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Anne Kuhnert. Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. Bilder, Videos, PDF-Dokumente oder Texte unerlaubt kopiert oder im Internet verfügbar macht), macht sich gem. § 8 106 ff. UrhG strafbar, wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten (§ 97 UrhG).



www.indipaed.de



**InDiPaed**  
Institut für  
Digitale Pädagogik  
(n.staatl.)

# FORTBILDUNGEN

unter: [www.indipaed.de](http://www.indipaed.de)

zum Vertiefen oder neu Einsteigen ins Thema,  
für's Team oder einzelne Kolleg:innen ...

*Interesse  
geweckt?*

ONLINE-FORTBILDUNG Onlinekurs	Umfang in Zeitstunden
<b>Was ist Adultismus?</b> <i>kostenlose Fortbildung</i> Auseinandersetzung mit dem Machtverhältnis zwischen Erwachsenen und Kindern	Umfang: 1h (60 Minuten)
<b>Basiskurs: Eine neue pädagogische Haltung</b> Einstieg in die veränderten Lebensbedingungen von Familien und Kindern heute	Umfang: 4h (240 Minuten)
<b>Respektlosigkeit begegnen</b> Wenn Familien und / oder Kolleg:innen respektlos werden und Fachkräfte Strategien brauchen	Umfang: 4h (240 Minuten)
<b>Sexualpädagogik in Kita und Grundschule</b> Zum Umgang mit Geschlechteridentitäten, kindlicher Sexualität und Doktorspielen	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Armutssensibles Arbeiten in Bildungseinrichtungen</b> Ein Verständnis für prekäre Lebenslagen entwickeln & Kinder gezielt fördern	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Inklusion in der pädagogischen Praxis umsetzen</b> Mit Spaß an der Sache inklusiv(er) arbeiten	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Vielfalt als Chance</b> Respektvoll im Umgang mit Verschiedenheit und Positionierung gegen Ausgrenzung/Diskriminierung	Umfang: 8h (480 Minuten)

ONLINE-FORTBILDUNG Onlinekurs	Umfang in Zeitstunden
<b>Digital in der Kita</b> Den perfekten Mix finden aus Pädagogik, Beziehung, und Digitalem Wandel in der Kita	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Kinder in Krisenzeiten begleiten (Resilienz fördern)</b> Gestärkt und sicher mit Kindern durch die Krise kommen. Grundwissen Resilienz	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Wieder-Eingewöhnung von Kita-Kindern</b> So kann ein Ankommen nach dem Ankommen gelingen. Glücklicherweise zurück in der Kita, auch nach der Pandemie.	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Kinderrechte &amp; Partizipation</b> Beteiligungsrechte von Kindern ernst nehmen und als präventiven Baustein im Kinderschutz in der Praxis umsetzen	Umfang: 8h (480 Minuten)
<b>Institutioneller Kinderschutz und Schutzkonzepte</b> Gewaltfreies Aufwachsen in der Institution & sicher im institutionellen Kinderschutz arbeiten und Schutzkonzepte erarbeiten	Umfang: 12h (720 Minuten)
<b>Hast Du ein Wunschthema?</b> Ist Dein Thema nicht dabei oder fehlt Dir ein Schwerpunkt, den Du gern vertiefen möchtest? Dann schreib uns & frag nach!	<a href="mailto:hallo@indipaed.de">hallo@indipaed.de</a>

*Der vertiefende Onlinekurs zum Vortrag.*



- VORTEILE ONLINE-KURS**
- Lernen zeitlich unabhängig, ohne feste Termine
  - Lernen im eigenen Tempo, jederzeit wiederholen
  - Methoden-/Formatvielfalt (Podcast, Videos, Texte...)
  - Zugang zum stringenter aufeinander aufbauenden Lernmaterial für 30 bzw. 365 Tage
  - ständige Überarbeitung/Aktualisierung der Inhalte

**Anne Kuhnert**

pädagogische Leitung  
InDiPaed - Institut für Digitale Pädagogik (n.staatl.), Berlin



[hallo@indipaed.de](mailto:hallo@indipaed.de) | [www.indipaed.de](http://www.indipaed.de)

Columbiadamm 31, 10965 Berlin  
Tel. 030 - 69200 7760