

Workshop zum Thema Resilienz und Pat*innenschaften

**BBE-Fachworkshop im Rahmen des Programms „Menschen stärken Menschen“
Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE)
23. April 2021**

Zusammenfassung

Die Fachinformation bildet die Diskussion zum Thema Resilienz ab, die im Rahmen des digitalen BBE-Trägertreffens am 23. April 2021 beim Fachworkshop zum Thema Resilienz und Pat*innenschaften geführt wurde. Teilnehmende waren Vertreter*innen der Programmträger von „Menschen stärken Menschen“ auf der Bundesebene.

Resilienz gewinnt angesichts der Corona-Pandemie an Bedeutung im gesamtgesellschaftlichen Diskurs. Derzeit sorgen die alltäglichen Umstände, beeinflusst durch die Pandemie, bei vielen Menschen für erschwerte Konstellationen im persönlichen Bereich wie auch im Berufsleben. So ist auch der Druck auf Koordinator*innen, Betreuer*innen, Engagierte und Mentees immens gestiegen. Resilienz ist in aller Munde. Im wissenschaftlichen Diskurs wird Resilienz definiert als *ein transaktionaler, lebenslanger Anpassungs- und Lernprozess, der durch die Fähigkeit geprägt ist, sich angesichts herausfordernder und stark belastender Umstände erfolgreich zu adaptieren, im Sinne inneren Wohlbefindens und/oder effektiver Austauschbeziehungen mit der Umwelt* (vgl. Masten et al. 1990, S. 465, Beitrag Verlinden). Für Pat*innenschaften und Mentoringships ist die nähere Betrachtung des Themas Resilienz auf unterschiedlichen Ebenen relevant. Das BBE-Trägertreffen bot den Teilnehmenden die Gelegenheit, sich den aktuellen Diskurs zu vergegenwärtigen und in Bezug auf Mentoring und Pat*innenschaften zu reflektieren.

Im Rahmen des Workshops gab Prof.'in Karla Verlinden zunächst einen Überblick über die grundlegenden wissenschaftlichen Ansätze zu Resilienz und eine Begriffsbestimmung. Anschließend ging sie auf Schutzfaktoren ein und ging der Frage nach, wie Pat*innenschafts- und Mentoringprogramme die Resilienz der Akteur*innen stärken können. Esther Kleefeldt erweiterte die Perspektive um einen kritischen Blick auf das Konzept und erläuterte, mit welchen Schwierigkeiten die Wissenschaft hinsichtlich der Messbarkeit von Resilienz konfrontiert sei. Dabei rekurrierte sie auf ihre umfangreiche Beratungserfahrung mit Geflüchteten. Praktische methodische Ansätze schlossen diesen Impuls ab.

Eine anschließende Diskussion der Trägerschaft mit den beiden Referentinnen bot die Gelegenheit zum Fachaustausch und zur Vertiefung einzelner Aspekte. Ziel war es, theoretische Grundlagen zu vermitteln, mit konkretem Praxisbezug zu diskutieren und die Vertreter*innen der das Programm tragenden Organisationen für ihre unterstützende Rolle zu sensibilisieren sowie sich im Trägerkreis über mögliche Weiterentwicklungsmöglichkeiten auszutauschen. Die vorliegenden Ergebnisse richten sich an die Bundes- und lokale Ebene.

Resilienzförderung durch Mentoring-, Lots*innen- und Pat*innenprogramme

Impuls: Prof. 'in Dr. Karla Verlinden, Katholische Hochschule NRW, Abteilung Köln

Übersicht der Inhalte

- Definition Resilienz
- Das Schutzfaktorenkonzept der Resilienz
- Aktueller Forschungsstand: Resilienz und Mentoring/Lots*innen/Pat*innen
 - Ergebnisse aus Metaanalysen
 - Effekte auf spezifische Schutzfaktoren (einzelne Primärstudien)
- Schlussfolgerungen und Implikationen für die Praxis
- Quellenverzeichnis

Definition Resilienz

Der Begriff der Resilienz ist seit Jahrzehnten ein gängiger Terminus in unterschiedlichen Disziplinen (bspw. Psychologie, Medizin und Pädagogik) mit je eigener Auslegung und eigener kritischer Auseinandersetzung (vgl. Stamm/Halberkann 2015).

Im Zusammenhang mit Pat*innen-, Lots*innen und Pat*innenprogrammen soll nun folgendes Begriffsverständnis gelten:

Resilienz – als das Gegenkonstrukt zur Vulnerabilität – ist ein transaktionaler, lebenslanger Anpassungs- und Lernprozess, der durch die Fähigkeit geprägt ist, sich angesichts herausfordernder und stark belastender Umstände erfolgreich zu adaptieren, im Sinne inneren Wohlbefindens und/oder effektiver Austauschbeziehungen mit der Umwelt (vgl. Masten et al. 1990, S. 465).

Ob ein Individuum auf extreme Herausforderungen erfolgreich – also resilient – adaptierend oder vulnerabel reagiert, wird bestimmt durch seine Resilienzfaktoren (resp. Schutzfaktoren) und durch seine Risikofaktoren (resp. Vulnerabilitätsfaktoren). Als innere und äußere Schutzfaktoren werden bspw. jene Aspekte eines Individuums und seiner Umwelt benannt, die seine psychische Widerstandsfähigkeit unterstützen. Als Risikofaktoren gelten Aspekte, die eine „gesunde“ Verarbeitung von negativen Ereignissen erschweren (bspw. Marginalisierungserfahrungen, Leben in Armut, dysfunktionale Emotionsregulation).

Nicht zuletzt durch die Auseinandersetzung mit dem Resilienzkonzept erfolgte in den sozialen Disziplinen die Abkehr von einer defizitorientierten Perspektive, die vornehmlich die Suche nach Risikofaktoren fokussierte, hin zu einer ressourcenorientierten Sichtweise, die sich mit der Analyse von Schutzfaktoren befasst (Gabriel 2005, S. 208f.).

Zur Genese der Resilienzforschung siehe Bengel et al. 2009.

Das Schutzfaktorenkonzept der Resilienz

Die Resilienzforschung benennt als markanteste Schutzfaktoren unter anderem:

a) eine verlässliche Bindung zu mindestens einer Bezugsperson (Werner 2006), Diers_2016: Bezugspersonen als signifikante „Andere“

b) emotionale Stabilität, die sich ganz wesentlich aus

- einem ausgeprägten Kohärenzgefühl,
- einem positiven Selbstkonzept,
- Impulskontrolle
- Optimismus und
- Problemlösestrategien speist (Kumpfer 1999, S. 193ff.).

c) soziale Kompetenz, welche sich zusammensetzen kann aus Aspekten der

- Kommunikationsfähigkeit
- Fähigkeit, Hilfe zu erbitten und anzunehmen
- Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme und
- einem sympathischen Auftreten. Diese Aspekte wiederum beeinflussen die Beziehungen zu anderen Menschen (vor allem Gleichaltrigen).

Die genetisch bedingten Resilienzfaktoren (wie bspw. durchschnittliche und überdurchschnittliche Intelligenz, Temperamentsmerkmale etc.) lassen wir an dieser Stelle außen vor, da sie sich kaum bis gar nicht beeinflussen lassen.

Aktueller Forschungsstand: Resilienz und Mentoring/Lots*innen/Pat*innen

Im Folgenden soll anhand der aktuellen Forschungslage aufgezeigt werden, inwiefern Bereich Mentoring, Lots*innen- und Pat*innenprogramme bestimmte Schutzfaktoren bei den beteiligten Akteur*innen fördern können. Somit gehen wir der Frage nach:

Welche Effekte von Mentoring-, Lots*innen- und Pat*innenschaftsprogramme auf die Resilienz-faktoren der Akteur*innen lassen sich nachweisen?

Es sei vorweg jedoch darauf hingewiesen, dass Studien, die den wissenschaftlichen Standards eines Vorher-Nachher-Vergleichs (Zuwachs an Effekten hinsichtlich der Resilienz) gereichen und valide Daten sammeln, noch kaum vorhanden sind und sich daher auf den internationalen Forschungsbereich bezogen wird.

Ergebnisse aus Metaanalysen

- Von großer Relevanz hinsichtlich der positiven Effekte auf Protegés hat sich die Dauer und Art der Beziehung der Mentor*innen/Lots*innen/Pat*innen zu den Protegés gezeigt. Je stabiler, sicherer und wertschätzender die Beziehung, desto eher können die Studien resilienzfördernde Effekte bei den Protegés nachweisen. (Vgl. Rhodes/Lowe 2008)
- Je eher die Methoden und Maßnahmen, welche im Rahmen des Programms eingesetzt werden, als evidenzbasiert gelten können, desto eher lassen sich resilienzfördernde Effekte bei den Protegés nachweisen. (Vgl. Rhodes/Lowe 2008)
- Fürsorgliche, erwachsene Pat*innen/Lots*inne/Mentor*innen können Jugendliche in ihren kognitiven Repräsentationen von Beziehungen positiv beeinflussen (vgl. Bowlby 1988) und dadurch die Wahrnehmung von sozialer Unterstützung bei Jugendlichen verbessert (vgl. Rhodes 2005). Die verbesserte Wahrnehmung von Unterstützung durch die Protegés kann wiederum zu Verbesserungen in einer Vielzahl von entwicklungsrelevanten Ergebnissen führen, einschließlich akademischem Engagement und Leistung, Selbstwertgefühl, Selbstbehauptung und Substanzkonsum (vgl. Chan et al. 2013; Karcher et al. 2002).
- Eine größere Ähnlichkeit der Werte (Einstellungen und Ansichten) und des „sozialen“ Hintergrundes (ethnische Zugehörigkeit, Geschlecht) zwischen den Akteur*innen führt zu größeren Effekten hinsichtlich resilienzassoziierter Faktoren. (Eby et al., 2013 und Gosh, 2014)
- In Übereinstimmung mit früheren Studien zeigten Programme mit einem höheren Anteil an Mentoren, die in helfenden Berufen tätig waren, größere Effekte auf die Ergebnisse bei den Jugendlichen (DuBois et al. 2002).
- Ehrenamtliche Mentoren, die bereits Erfahrung in der Betreuung von Jugendlichen haben, fühlen sich möglicherweise stärker als solche, eine Variable, die durchweg mit besseren Ergebnissen bei der Betreuung assoziiert wurde (z.B. Karcher et al. 2005). Eine aktuelle Studie ergab beispielsweise, dass ehrenamtliche Mentoren mit größerer Selbstwirksamkeit und mehr Vorerfahrung in der Arbeit mit Jugendlichen in ihrem Umfeld erfolgreicher waren als Mentoren mit geringerer Selbstwirksamkeit und weniger Vorerfahrung (Raposa et al. 2016). Dieser Befund unterstreicht die Vorteile der Rekrutierung von Mentoren mit helfenden Erfahrungen oder Rollen und der Bereitstellung einer angemessenen Schulung für weniger erfahrene Freiwillige vor Beginn des Matches.

Effekte auf spezifische Schutzfaktoren (einzelne Primärstudien)

Sonstige Erkenntnisse (hier aber die statistischen Effektberechnungen immer mit Vorsicht zu genießen, da der Cohens Alpha nicht immer angewendet wurde/anders ausgelegt wurde; daher nur Hinweise auf potenzielle Effekte).

Mentoring-Programme erzielen insgesamt kleine bis mittelgroße Effekte in einem breiten Spektrum von Ergebnissen, und die berichteten Ergebnisse sind in den verschiedenen Evaluationen tendenziell inkonsistent. Diese Effektgrößen könnten zunehmen, wenn das Feld weiterhin eine rigorosere Einhaltung von evidenzbasierten Praktiken verfolgt, die auf spezifische Mechanismen abzielen, die bestimmten Jugendschwierigkeiten zugrunde liegen, anstatt sich auf einen relativ wenig intensiven, unspezifischen Ansatz mit uneinheitlicher Einhaltung von Praktiken zu verlassen, die auf Forschungsergebnissen beruhen. Darüber hinaus könnte es von Vorteil sein, die Bewertung der Ergebnisse bei Jugendlichen an klinischen, entwicklungs- und präventionswissenschaftlichen Erkenntnissen auszurichten, anstatt die Ergebnisse als breite, heterogene Kategorien (z.B. "psychosoziale" Ergebnisse) zu messen, die die Spezifität der Effekte von Mentoring-Programmen verschleiern können.

- Die gewünschten Effekte sind größer bei Theorie- und evidenzbasierten und best practice-Methoden.
- Stressbewältigung nimmt zu. Auch konnte nachgewiesen werden, dass die interne Kontrollüberzeugung zunimmt, wenn Mentees sich soziale Unterstützung suchen. (Demir et al., 2014)
- Eine Studie (Raposa et al., 2016) zeigte, dass erhöhter Umweltstress im Elternhaus und/oder in der Schule eines Jugendlichen eine kürzere Dauer der Beziehung vorhersagte, und dass erhöhte Raten von Verhaltensproblemen der Jugendlichen, wie schlechte schulische Leistungen oder Fehlverhalten, eine größere Unzufriedenheit der Jugendlichen und eine weniger positive Wahrnehmung der Beziehungsqualität durch die Mentoren vorhersagten. Mentoren mit größerer Selbstwirksamkeit und mehr früherem Engagement mit Jugendlichen in ihren Gemeinden waren in der Lage, die negativen Auswirkungen von Umweltstress auf die Matchdauer abzufedern. In ähnlicher Weise pufferte das frühere Engagement der Mentoren mit Jugendlichen die negativen Auswirkungen von Verhaltensproblemen der Jugendlichen auf die Wahrnehmung der Beziehungsqualität durch die Mentoren ab. Die Ergebnisse haben wichtige Implikationen für das Matching von Mentoren und gefährdeten Jugendlichen in einer Weise, die die Mentoring-Ergebnisse verbessert. (Vgl. Raposa et al. 2016)
- Sind die Mentor*innen *aus* dem institutionellen Setting in dem das Kind lebt und lernt (bspw. Peer-Mentoring in der Schule), führt das Mentoring zu einer höheren Identifikation mit der Institution (vgl. Karcher/Davis/Powell, 2002).
- Schulische Noten lassen sich bei Jugendlichen, die Risikoverhalten zeigen, durch ein Mentoring-Programm verbessern; am höchsten sind die Effekte, wenn die Eltern der Jugendlichen in das Programm einbezogen werden (ebd.).
- Es hat sich gezeigt, dass bestimmte gezielte, zeitlich begrenzte Mentoring-Programme positive Ergebnisse bei den Jugendlichen erzielen, vorausgesetzt, es gibt genügend Gelegenheit, eine produktive Bindung aufzubauen (vgl. Cavell und Elledge 2014; Taussig und Culhane 2010). Darüber hinaus ist, wie bereits erwähnt, die Erfüllung der Längungsverpflichtungen wichtiger als die tatsächliche Dauer der Beziehung (Grossman et al. 2012).
- Selbstwirksamkeit, Role-Modeling (Reflexion der eigenen Rolle, Initiierung von Reflexions- und Verantwortungsprozessen) bei den Protegierenden

Es sind weitere Forschungen erforderlich, um die Arten von Programmstrukturen und Settings, die innerhalb des Jugend-Mentoring am effektivsten sind, umfassend und genau zu definieren. Es kann sein, dass die effektivste Programmstruktur in Abhängigkeit von Faktoren wie dem Entwicklungsstand der Jugendlichen oder dem angestrebten Ergebnis variiert. Um beispielsweise die Auswirkungen von

Mentoring auf das akademische Engagement und das aggressive Verhalten von Jugendlichen in der Schule zu maximieren, könnte ein zeitlich begrenztes, schulbasiertes Mentoring-Programm am effektivsten sein, während ein Programm zur Behandlung von Jugenddepressionen einen anderen Ansatz erfordern könnte.

Schlussfolgerungen und Implikationen für die Praxis

Durch Begleitprogramme wie Mentoring, Lots*innen und Pat*innenschaften können bestimmte Facetten der Resilienz der beteiligten Akteur*innen gesteigert werden. Ob und wie sich die auf- und ausgebauten Resilienzfaktoren dann bei belastenden Erfahrungen der Individuen in vivo aktivieren lässt, darauf kann die Forschung aktuell keine Antwort geben – und wird sie vermutlich auch nie vor Hintergrund ethischer Forschungsgrundsätzen.

Eindeutig lassen sich jedoch Forderungen an die Planung von Mentoring, Lots*innen und Pat*innenprogrammen richten, um ein bestmögliches, resilienzstärkendes Outcome von den Programmen zu erzielen:

- Verminderung der Fluktuation von Mentor*innen, Gewährleistung einer dauerhaften/stabilen Beziehung zwischen Mentor*in und Mentee. Besonders bei Programmen mit so genannten „high risk“ Jugendlichen aus (bspw. durch bessere Vorauswahl der Mentor*innen, Lots*innen und Pat*innen und Prüfung ihrer Stress-Resistenz und Vorerfahrung in der Arbeit mit Jugendlichen, hoher Selbstwirksamkeit)
- Analyse und Verständnis zu Schutz- und Risikofaktoren
- Risikomildernde Prozesse erhöhen und risikoerhöhende Prozesse vermindern
- Lern- und Reflexionsprozesse erhöhen durch Modelllernen, Supervision und Feedbackkultur
- Ausführlicher Auswahlprozess für passende Beziehungen
- Einbezug und Fokus auf evidenzbasierte Methoden/Vorgehensweisen im Mentoringprogramm bspw. durch die „Elements of Effective Practice for Mentoring“ (EPPM; Garringer et al. 2015); keine Beliebigkeit bei der Konzeptionierung der Programme. Qualitätssicherung anstreben, bspw. in Form von Grundstandards und Kodizes.
- Supervision und Feedbackkultur für alle Akteur*innen

Quellenverzeichnis

- Baumeister, R. F. and Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3): 497–529. #
- Bengel, J., Meinders-Lücking, F., Rottmann, N. (2009): Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen – Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren von Gesundheit. *Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung*, Band 35. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- Cui, Z., Oshri, A., Liu, S., Smith, E. P., & Kogan, S. M. (2020). Child Maltreatment and Resilience: The Promotive and Protective Role of Future Orientation. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(10), 2075–2089. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01227-9>
- Demir, S., Demir, S. G., Bulut, H., & Hisar, F. (2014). Effect of mentoring program on ways of coping with stress and locus of control for nursing students. *Asian Nursing Research*. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2014.10.004>
- Diers, M. (2016). *Resilienzförderung durch soziale Unterstützung von Lehrkräften. Junge Erwachsene in Risikolage erzählen*. Springer VS.
- Dubois, D. L., Holloway, B. E., Valentine, J. C., & Cooper, H. (2002). Effectiveness of Mentoring Programs for Youth: A Meta-Analytic Review. *American Journal of Community Psychology*. <https://doi.org/10.1023/A:1014628810714>
- Eby, L. T. d. T., Allen, T. D., Hoffman, B. J., Baranik, L. E., Sauer, J. B., Baldwin, S., Morrison, M. A., Kinkade, K. M., Maher, C. P., Curtis, S., & Evans, S. C. (2013). An interdisciplinary meta-analysis of the potential antecedents, correlates, and consequences of protégé perceptions of mentoring. *Psychological Bulletin*, 139(2), 441–476. <https://doi.org/10.1037/a0029279>
- Gabriel, T. (2005). Resilience - Criticism and perspectives. *Zeitschrift für Pädagogik*, 51(2), 207–217.
- Ghosh, R. (2014). Antecedents of mentoring support: A meta-analysis of individual, relational, and structural or organizational factors. *Journal of Vocational Behavior*, 84, 367–384.
- Karcher, M. J., Davis, C., & Powell, B. (2002). The effects of developmental mentoring on connectedness and academic achievement. *The School Community Journal*. 12(2), 35-50.
- Kumpfer K.L. (2002) Factors and Processes Contributing to Resilience. In: Glantz M.D., Johnson J.L. (eds.) *Resilience and Development. Longitudinal Research in the Social and Behavioral Sciences: An Interdisciplinary Series*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/0-306-47167-1_9
- Laakso, J., & Nygaard, J. (2012). Children of Incarcerated Parents: How a Mentoring Program Can Make a Difference. *Social Work in Public Health*, 27(1–2), 12–28. <https://doi.org/10.1080/19371918.2012.629892>
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812>
- Raposa, E. B., Rhodes, J., Stams, G. J. J. M., Card, N., Burton, S., Schwartz, S., Sykes, L. A. Y., Kanchewa, S., Kupersmidt, J., & Hussain, S. (2019). The Effects of Youth Mentoring Programs: A Meta-analysis of Outcome Studies. In *Journal of Youth and Adolescence*. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-00982-8>
- Raposa, E. B., Rhodes, J. E., & Herrera, C. (2016). The Impact of Youth Risk on Mentoring Relationship Quality: Do Mentor Characteristics Matter? *American Journal of Community Psychology*, 57(3–4), 320–329. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/ajcp.12057>
- Rhodes, J. & Lowe, S.R. (2008). Youth Mentoring and Resilience: Implications for Practice. *Child Care in Practice* 14 (1), 9-17.
- Stamm, M., & Halberkann, I. (2015). *Resilienz – Kritik eines populären Konzepts BT - Vulnerable Kinder: Interdisziplinäre Annäherungen* (S. Andresen, C. Koch, & J. König (eds.); pp. 61–76). Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-07057-1_4
- Wittrup, A. R., Hussain, S. B., Albright, J. N., Hurd, N. M., Varner, F. A., & Mattis, J. S. (2016). Natural Mentors, Racial Pride, and Academic Engagement Among Black Adolescents: Resilience in the Context of Perceived Discrimination. *Youth & Society*, 51(4), 463–483. <https://doi.org/10.1177/0044118X16680546>

Resilienz (bei Geflüchteten) – Messbarkeit, kritische Betrachtung und Anwendung in der Praxis

Impuls: **Esther Kleefeldt**, Psychotherapeutin bei XENION e.V.

Resilienz als dynamisches Konstrukt

Resilienz ist ein Prozess, keine stabile Persönlichkeitseigenschaft. Sie entsteht und verändert sich in Abhängigkeit von vielen internen und externen Faktoren. Zudem stellt sie ein Kontinuum dar, keine Dichotomie. Das bedeutet, jeder Mensch hat seine individuelle Art und Ausprägung von Resilienz zu jedem Zeitpunkt seines Lebens. Resilienz ist immer eine Momentaufnahme.

Resilienz zeigt sich nur anhand widriger Lebensumstände oder traumatischer Erlebnisse. Wir können nur von resilienten Menschen sprechen, wenn schwierige Lebensumstände oder einschneidende Erlebnisse vorhanden waren oder sind und die Person (bisher) gesund daraus hervorgegangen sind. Bei Kindern, die behütet und sorglos aufwachsen, wissen wir nicht, ob sie resilient sind.

Verläufe nach traumatischen Ereignissen

Traumatische Erlebnisse haben immer Konsequenzen, gehen nie spurlos an Menschen vorbei, man kann sie nicht ungeschehen machen, die Erinnerung nicht ausradieren und wieder zum vorherigen „ich“ zurückkehren. Das bedeutet jedoch nicht, dass man sie nicht verarbeiten und in ein neues, genauso funktionales „ich“ integrieren kann.

Nach einem oder wiederholten traumatischen Ereignissen sind Menschen immer erst mal „weniger resilient“. Vielfach erholt man sich aber und pendelt sich mittelfristig wieder auf einem gleich hohen Funktionsniveau ein. U.U. entstehen aber auch Dinge, die als positiv bewertet werden, wie z.B.

Akzeptanz, Gelassenheit, veränderte Prioritätensetzung, Spiritualität, ...

Meist werden drei mögliche Folgen von traumatischen Erlebnissen benannt: Positive, negative oder neutrale. Die positiven werden als posttraumatisches Wachstum bezeichnet. Negative Folgen sind langfristige psychische Verletzungen und Leiden, das zu psychischen Störungen führen kann.

Neutrale Folgen manifestieren sich in Form von Resilienz. Diese dargestellte Dreiteilung ist einfach und eingängig, in der Arbeit mit Geflüchteten sind die Zusammenhänge jedoch komplexer.

Reaktionen auf traumatische Ereignisse sind hoch heterogen. Jeder Verlauf ist individuell, nichtlinear, einzigartig.

Wie entsteht Resilienz und was beeinflusst sie? Resilienzfaktoren und deren Messbarkeit

In der Forschung wird immer wieder versucht, Resilienz in Faktoren zu zerlegen und diese zu messen. Meist liegt der Fokus auf internen oder personellen Faktoren wie Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Selbstwirksamkeit, Eigenverantwortung und Zukunftsorientierung. Diese Faktoren tragen zur Resilienz bei. Sie sind jedoch immer nur ein kleiner Ausschnitt der Einflussfaktoren. Insbesondere werden externe Faktoren wie soziale, politische, ökonomische kaum erfasst. Um das Konstrukt in seiner Gänze zu erfassen, habe ich hier eine etwas umfassendere und gleichzeitig damit auch allgemein gültigere Resilienzgleichung aufgestellt.

Resilienz = (Über-)Lebenswille x (Über-)Lebensfähigkeiten x (Über-)Lebensmöglichkeiten

Die Gleichung besagt, dass Resilienz über die Lebenszeit variiert als Funktion der drei Faktoren (Über-) Lebenswille, (Über-)Lebensfähigkeiten und (Über-)Lebensmöglichkeiten. Diese bestehen wiederum aus einer Vielzahl an Unterfaktoren, die ständiger Veränderung unterworfen sind. Aus dieser Gleichung ergibt sich, dass alle Menschen zu jedem Zeitpunkt in ihrem Leben über ein bestimmtes Maß an Resilienz verfügen. Der Extremfall tritt ein, wenn einer der Faktoren gegen null geht. Ist beispielsweise der Überlebenswille nicht mehr vorhanden, werden auch etwaige noch vorhandene Überlebensfähigkeiten und -möglichkeiten nicht mehr genutzt werden. Oder: Verfügt ein Mensch über hohe Fähigkeiten, d.h. zum Beispiel in Bezug auf die beschriebenen Faktoren, aber die Möglichkeiten sind nicht da, beispielsweise bei ausgeprägter Vernachlässigung und fehlender Förderung durch das Elternhaus, so wird er diese Fähigkeiten kaum oder gar nicht anwenden können. In diesen Fällen geht

die Gesamtgleichung, das heißt die Resilienz gegen null. Diese Gleichung muss natürlich wieder mit Inhalt gefüllt werden, um einen praktischen Nutzen zu haben.

Wenn Resilienz gemessen wird, muss man sich immer fragen, wie das Konstrukt operationalisiert ist, welche Faktoren herangezogen werden, um Resilienz zu erfassen und welche Fragen gestellt werden, um diese Faktoren zu erfassen. Das unterscheidet sich zum Teil beträchtlich von Studie zu Studie, so dass im Endeffekt Unterschiedliches unter dem Namen Resilienz gemessen wird.

Kritik am Resilienzkonzept

In den vergangenen Jahren hat der Begriff in verschiedenen Disziplinen wie der Psychologie, der Ökologie oder Soziologie eine steile Karriere gemacht. Als "resilient" werden mittlerweile nicht nur Kinder bezeichnet, die trotz eines wenig förderlichen Umfelds zu funktionierenden Erwachsenen werden oder Menschen, die große Krisen unbeschadet bewältigen, sondern auch Gruppen, Unternehmen oder Ökosysteme, die sich angesichts massiver Belastungen als stabil erweisen.

Dadurch erklärt sich auch, warum der Begriff so populär geworden ist: Denn herrscht derzeit nicht permanent Krisenbewältigung – von der Finanz- über die Krim- bis zur Flüchtlingskrise, nicht zu vergessen die Klima-, Fifa- und VW-Krise und aktuell die Corona-Krise? Obwohl oder gerade weil der Begriff Resilienz überall präsent und scheinbar in Mode ist, sollte man ihn auch kritisch hinterfragen. Denn viele der genannten Krisen haben politische, ökonomische oder gesellschaftliche Ursachen und können daher auch nur auf diesen Ebenen gelöst werden. Es wäre fatal, die Handlungsebenen zu verwechseln und soziale oder politische Schief lagen mit dem Hinweis auf individuelle Resilienz zu beantworten. Dann werden diese Probleme nämlich zur Privatsache erklärt und die strukturellen Ursachen von Armut, Gewalt oder Umweltzerstörung geraten aus dem Fokus. Krisenhafte Verhältnisse werden dadurch nicht verändert, sondern zementiert. Dabei muss es doch darum gehen, gemeinsam Wege zu finden Krisen und Katastrophen zu verhindern.

Klar ist: Resilienz kann und darf kein Allheilmittel gegen strukturelle Probleme sein. Immer wenn die generelle Frage, wie man Krisen bewältigt gestellt und darauf eine allgemeingültige Antwort wie Stärkung der Resilienz gegeben wird, sollte man hellhörig werden. Wann immer man auf „Resilienzförderprogramme“ trifft, sollte man diese auch kritisch hinterfragen.

Stark ausgeprägte Resilienzfaktoren bedeuten nicht, dass man keine Krisen mehr erlebt oder in jeder Krise standhaft bleibt. Resilienz ist kein Garant vor überwältigenden Ereignissen geschützt zu sein.

Dennoch kann und sollte man sich in seiner alltäglichen Arbeit die Frage stellen, wie man den Menschen, mit denen man zu tun hat, helfen kann sie zu stärken und so Krisen besser zu überstehen.

Resilienz stärken

Resilienz durch eine Patenschaft oder Mentorenschaft schon per se gestärkt, indem diese sich positiv auf den Resilienzfaktor soziale Unterstützung auswirken.

Im Folgenden nenne ich einige ganz praktischen Methoden, mit denen ich in meiner Arbeit als Psychotherapeutin gute Erfahrungen gemacht haben, die aber auch in vielen anderen Kontexten anwendbar sind, z.B. im Rahmen von Paten- oder Mentoringprogrammen und zwar sowohl um Paten oder Mentoren zu unterstützen, als auch Mentees:

1. Empathisches Zuhören

...als eine sehr aktive Form des Schweigens. Beinhaltet die Bereitschaft zuzuhören, die Fähigkeit zuzuhören, Zugewandtheit, Interesse signalisieren, die Botschaft aufnehmen und die Botschaft annehmen.

2. Spiegeln und paraphrasieren

... bedeutet in eigenen Worten das zurückgeben, was an Inhalten, Gefühlen und Bedürfnissen verstanden wurde. Das Gegenüber fühlt sich ernstgenommen, angenommen und verstanden. Er oder sie bekommt das Gefühl vermittelt, dass das was er oder sie sagt wichtig ist. Komplimente machen

... bedeutet Positives bemerken, benennen, als besonders bewerten. Es geht immer um die Antwort auf die Frage: Was im Leben ist gut und kann so bleiben wie es ist?

3. Die „noch nicht“ Intervention¹

... meint statt Druck auszuüben genau das Gegenteil zu tun – Druck rausnehmen, indem man annimmt oder laut ausspricht, dass u.U. noch nicht der Richtige Zeitpunkt gekommen ist, um beispielsweise ein bestimmtes Problem anzugehen. Mit dieser Intervention etabliert man das Gegenübers als Experte über sein/ihr Leben und fördert die Resilienzfaktoren Selbstwirksamkeit und Eigenverantwortung.

4. Umdeutung/ die Perspektive wechseln

Reframing oder Umdeuten meint einen Sachverhalt, ein Problem, eine Lebenslage aus einem anderen Blickwinkel zu sehen, also „in einen anderen Rahmen zu setzen“. Die Dinge an sich bleiben (zunächst) so wie sie sind, aber die Bedeutung und die Haltung dazu verändern sich. Durch Umformulieren oder Neuinterpretieren wird eine andere Wirklichkeitskonstruktion ermöglicht. Diese Methode bietet sich insbesondere für Sachverhalte an, die tatsächlich nicht veränderbar sind oder durch die Anwesenden nicht verändert werden können. Gelingt es dennoch nicht zu resignieren, sondern zu einem anderen Umgang zu finden, so kann dies entlastend sein und die Möglichkeit eröffnen, die vorhandenen Ressourcen auf die Probleme zu konzentrieren, die tatsächlich lösbar sind.

¹ Nach Manfred Prior, MiniMax Interventionen, 2002

Ergebnisse aus der Plenumsdiskussion

In der anschließenden Diskussion wurden weitere wichtige Aspekte hervorgehoben und vertieft. Die Debatte stand unter dem Eindruck der aktuellen Situation, gekennzeichnet durch Kontaktbeschränkungen und einer sich verschärfenden sozialen Lage für viele Kinder und Jugendliche. Erste Anregungen für eine weiterführende Diskussion in der Trägerschaft, die zur Weiterentwicklung des Programms beitragen können, wurden gegeben.

- Vertreter*innen der Trägerorganisationen berichten, dass sich viele Engagierte über den letzten Sommer unter dem Eindruck der Corona-Situation als sehr widerstandsfähig erwiesen hätten. Der Bedarf an Mentoring sei größer gewesen als zuvor. Aufgeworfen wird die Frage, ob die Corona-Pandemie einen Perspektivwechsel ausgelöst habe und ob es einen **Schub an Legitimierung** sowie mehr Bedarf an Betreuung gegeben habe? Nach Esther Kleefeldt hat es schon immer mehr Anfragen als Kapazitäten in Sozialberatung und Therapie gegeben. Bei gleich hoher Nachfrage habe man sich den neuen Regeln angepasst, neue Maßnahmen mussten hinsichtlich der Finanzierbarkeit begründet werden. So wurde auch digital experimentiert, z.B. wurde eine Hotline für Geflüchtete eingerichtet, die aber nicht beibehalten wurde, da der persönliche Kontakt wichtiger denn je war. Die Bandbreite, wie Klient*innen die Situation bewältigen, sei groß. Einigen gelänge es nach schwierigen Vorgeschichten die derzeitige Lage zu relativieren. Andere reagierten panisch und würden sich abkapseln. Da in den Communities viele Gerüchte grassierten, sei der Aufklärungsbedarf sehr groß.
- Hilfreich für die praktische Arbeit erwies sich eine entwickelte **Abfolge von Kontaktmöglichkeiten**, erklärte Esther Kleefeldt: Präsenzkontakt zu zweit mit Dolmetscher*innen, mit zugeschaltetem Dolmetscher*innen, Videokonferenz, Telefonat und letztlich regelmäßiges Schreiben von Textnachrichten. Kleefeldt spricht sich zudem dafür aus, alle vorhandenen Möglichkeiten auszuschöpfen.
- Karla Verlinden schildert wie Mentor*innen aus der Distanz heraus Ideen geben und durch minimale Angebote positive Impulse setzen können: Briefe schreiben, Puzzeln, kleine Ziele setzen, eingebunden sein im sozialen Raum und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu helfen. Ein **positives Selbstkonzept** bei Kindern, emotionale Stabilität, das Gefühl etwas zu können und etwas wert zu sein stärken resiliente Fähigkeiten. Die Übernahme von Verantwortung für Geschwister oder ehrenamtliche Aufgaben fördere gleichfalls die Ausbildung von Resilienz und erhöhe das Empfinden von Selbstwirksamkeit. Praktische Methoden im Rahmen von Pat*innen- oder Mentoringprogrammen seien: Zuhören, Spiegeln, Positives bemerken, Perspektiven wechseln, Druck rausnehmen.
- Aufgeworfen wird die Frage, inwieweit Resilienz aktuell in der **politischen Wahrnehmung** zum einen im Hinblick auf die Umsetzung des Programms und zum anderen im Hinblick auf Rassismus und Diskriminierung präsent sei. Karla Verlinden warnt davor, Resilienz als ein schnell anzuwendendes Instrument zu begreifen, mit dem drohende negative gesellschaftliche Folgen überstürzt verhindert werden sollten. Aus einer Rassismus kritischen Perspektive bedeute „resilient machen“ nicht empoweren. Menschen dürften aus einer vorsorglichen, psychodiagnostischen Perspektive nicht durch Resilienzförderung stigmatisiert werden. Zu empfehlen sei stattdessen, dass bei den Betroffenen direkt Abfragen zu ihren eigenen Bedarfen gemacht werden.
- Art und **Dauer der Beziehung** zwischen Mentor*innen und Mentee stehen im Mittelpunkt der Betrachtung zu Resilienz. Je stabiler, sicherer und wertschätzender die Beziehung ist, umso stärker könnten resilienzfördernde Effekte nachgewiesen werden, betont Karla Verlinden. Daran knüpft sich die Erfahrung der Teilnehmenden des Workshops an. Die Träger berichten,

dass man sich gemäß der Richtlinien zum Jahreswechsel aus Pat*innenschaften verabschieden musste. Dies sei zu einem Zeitpunkt geschehen, zu dem Mentees keinerlei Home Schooling erhalten haben. Pat*innenschaften wären hier ein wichtiges Instrument gewesen. Der Abbruch der Beziehungen und der eingeschränkte Zugang zu Räumlichkeiten von Migrant*innenorganisationen zur Nutzung digitaler Geräte erschwere es weiterhin, den Wissensstand der Mentees aufrecht zu erhalten.

- Hinsichtlich der Art der Beziehung zwischen Mentor*innen und Mentee ist die Verlässlichkeit elementar. **Bindung und Beziehung** stehen im Mittelpunkt. Eine verlässliche Bezugsperson, die nicht Vater oder Mutter sein müssen, könne ein Mentor oder eine Mentorin sein, betont Karla Verlinden. Diese Person als signifikante „Andere“ spiegele und ermögliche es, Selbstwert zu empfinden. Grundsätzlich gehe es um den Aufbau von Schutzfaktoren und das Schwächen von Risikofaktoren. Durch die Corona-Situation greifen Risikofaktoren an, wenn Schutzfaktoren nicht voll ausgeprägt seien. Hier setze Soziale Arbeit mit Resilienzförderungstraining an.
- Insbesondere werde Resilienz in Verbindung mit der **Situation von Geflüchteten** relevant, die sich nach einer schwierigen Fluchtgeschichte in einer sicheren Situation in Deutschland wähnten, hier vielfach jedoch massiv Rückschläge in den Bereichen Bildung, Wohnsituation und soziale Kontakte erleiden. Esther Kleefeldt schildert, dass diese Zeit nach dem Ankommen dann von enttäuschten Erwartungen geprägt sei, nach einer langen Phase im Notfallmodus, in welcher es sich Geflüchtete nicht leisten konnten, nicht resilient zu sein. Es kann zu einer Phase des Stillstands kommen, in der es wichtig für Mentor*innen sei durch- und auszuhalten. Sie ermutigt dazu, Kontaktangebote aufrecht zu erhalten, ungeachtet möglicher abweisender Reaktionen. Erst rückblickend würden positive Effekte wahrgenommen werden. Auch Karla Verlinden ermutigt Mentor*innen hohe Erwartungen herunterzuschalten und trotz Widerstände mit den Jugendlichen in Kontakt zu bleiben. Sie unterstrich, dass **Dauer, Verbindlichkeit und Wertschätzung** das Mentoring fördern. Eine Konstante im Leben zu haben, sei sehr wichtig.
- Karla Verlinden leitet aus der Grundlagenforschung den Zusammenhang von Vulnerabilität und Resilienz her. Seit den 80iger Jahren beschäftige man sich in Deutschland mit dem Thema, u.a. in der Mannheimer Studie und der Bielefelder Invulnerabilitätsstudie. Es gehe grundsätzlich um unterschiedliche Schutzfaktoren, die miteinander agieren und sich gegenseitig verstärken. Ergebnis der deutschen Forschung sei auch, dass eine hohe **sprachliche Kompetenz** als ein extrem wirksamer Schutzfaktor gelte. Menschen, die sich ihrer Umwelt mitteilen, Emotionen in Worte kleiden und Bedürfnisse formulieren können, gelten als resilienter als Menschen, die ihre Botschaften nicht in dem Maße mitteilen könnten. Die Fähigkeit zu kommunizieren beinhalte auch, um Hilfe bitten zu können. Die Erkenntnis, dass Sprachkompetenz ein hoher Schutzfaktor ist, weise auf die Relevanz des Ausbaus sprachlicher Fähigkeiten hin, ein wichtiger Bestandteil von Pat*innenschaften. Das Erlernen deutscher Sprachkenntnisse für Menschen mit Fluchterfahrung, wie auch die Förderung sprachlicher Fähigkeiten durch institutionalisiertes sowie informelles Lernen sind wichtige Faktoren im Bildungsbereich.
- Der Bezug zur institutionellen Bildung bei der Anbahnung von Pat*innenschaftsprogrammen wird hervorgehoben. Sind die Mentor*innen aus dem institutionellen Setting, führe das Mentoring zu einer **höheren Identifikation mit der Institution**. Werden die Eltern der Jugendlichen in das Programm einbezogen, seien die Effekte am höchsten. Hier boten sich Anknüpfungspunkte an die Keynote von Prof. El-Mafaalani im Zuge des BBE-Fachkongresss 2020, der für eine kontinuierliche Betreuung entlang der Bildungsphasen plädiert und auch die Haltung der Eltern für entscheidend hält.

- Eine größere Ähnlichkeit der Werte zwischen den Akteur*innen innerhalb der Pat*innenschaft führe zu größeren Effekten hinsichtlich Resilienz assoziierter Faktoren, so Karla Verlinden. Hier sei die Rolle von **Migrant*innenorganisationen** und das Engagement ehemaliger Mentees als Pat*innen zu unterstreichen.
- Zusammenfassend unterstrich Karla Verlinden, dass eine dauerhafte Beziehung, Supervision und Feedback, Schulungen sowie die Einführung von **Standards auf evidenzbasierten Methoden** unterstützend bei der Resilienzförderung in Pat*innenschaften wirken. Die **Vorerfahrung** von Mentor*innen einzubeziehen und Schulungen für weniger erfahrende Freiwillige anzubieten sei förderlich.
- Festgehalten wird, dass unterschiedliche Faktoren im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie die Fortsetzung des Programms beeinträchtigten. Mentor*innen hatten Schwierigkeiten in der Fortsetzung und Gründung von Pat*innenschaften, insbesondere Ältere hatten Angst vor einer Ansteckung mit dem Virus im direkten Kontakt. Digitale Möglichkeiten seien nicht immer passend. Studienergebnisse zu den Folgen der Auswirkungen der Pandemie auf den Einzelnen seien zu erwarten und müssten mit Blick auf gesellschaftliche Konsequenzen ausgewertet werden. In dieser Situation können Pat*innenschaften ein sehr hilfreiches Mittel sein, um Menschen an die Hand zu nehmen und sich gegenseitig noch mehr zu stärken. Es stellten sich dazu folgende Fragen: **Ist das Programm dafür richtig ausgerichtet?** Sind die Beteiligten dafür gut aufgestellt und sind die Förderbedingungen passend? Was fehlt im Programm, damit neue Impulse, die im Zuge der Pandemie aufkommen, aufgenommen werden können? Was liegt bereits vor, das weiter genutzt werden kann und wie müsste sich das Programm weiterentwickeln?
- Anknüpfend und abschließend wird im Kreis der teilnehmenden Träger die Frage aufgeworfen, ob das Programm „Menschen stärken Menschen“ eher reaktiv angelegt sei als ein Krisen ausgleichendes Programm oder Notprogramm in Krisenzeiten oder ob es z.B. um eine systematische Vernetzung für dysfunktionale Familien und die Verbesserung der Chancen im Bildungskontext gehe. An der **konzeptionellen Ausgestaltung** der Zukunft des Programms, so der Wunsch, müsse zukünftig im Kreis der Träger weitergearbeitet werden.

Fazit

Resilienz ist ein Prozess und keine stabile Persönlichkeitseigenschaft. Sie zeigt sich im Umgang mit widrigen Lebensumständen oder traumatischen Erlebnissen. Meist werden drei mögliche Folgen von traumatischen Erlebnissen benannt: Positive, negative oder neutrale. Neutrale Folgen manifestieren sich in Form von Resilienz. Über die Lebenszeit variiert Resilienz als Funktion der drei Faktoren (Über-)Lebenswille, (Über-)Lebensfähigkeiten und (Über-)Lebensmöglichkeiten, beeinflusst durch eine Vielzahl sich ständig verändernder Unterfaktoren.

Ob ein Individuum auf extreme Herausforderungen erfolgreich – also resilient – adaptierend oder vulnerabel reagiert, wird bestimmt durch seine Resilienzfaktoren (Schutzfaktoren) und durch seine Risikofaktoren. Als innere und äußere Schutzfaktoren werden Aspekte eines Individuums und seiner Umwelt benannt, die seine psychische Widerstandsfähigkeit unterstützen. Die drei wichtigsten Schutzfaktoren sind eine verlässliche Bindung, emotionale Stabilität und soziale Kompetenz. Risikofaktoren (z.B. Marginalisierungserfahrungen, Leben in Armut) erschweren eine „gesunde“ Verarbeitung von negativen Ereignissen. Mit dem Konzept geht eine Abkehr von einer defizitorientierten Perspektive einher, die vornehmlich auf die Suche nach Risikofaktoren fokussierte, hin zu einer ressourcenorientierten Sichtweise auf Schutzfaktoren.

Je sicherer und wertschätzender Beziehungen in einer Patenschaft sind, umso stärker kann Resilienz gefördert werden. Eine dauerhafte Beziehung, Verminderung der Fluktuation von Mentor*innen, Supervision und Feedback, Erhöhung von Lern- und Reflexionsprozessen, Analyse und Verständnis zu Schutz- und Risikofaktoren, Schulungen sowie die Einführung von Standards auf evidenzbasierten Methoden wirken unterstützend bei der Resilienzförderung in Pat*innenschaften.

Diskutiert wurden Aspekte der Legitimierung sowie der hohe Bedarf, durch Pat*innenschaften Kontaktangebote aufrecht zu erhalten. Aus einer rassismuskritischen Perspektive wurde die politische Wahrnehmung des Begriffs thematisiert. Soziale oder politische Schief lagen dürften nicht mit dem Hinweis auf individuelle Resilienz beantwortet werden, was krisenhafte Verhältnisse nur zementiere. Inwieweit das Programm „Menschen stärken Menschen“ in seiner zukünftigen konzeptionellen Ausgestaltung und Ausrichtung angesichts der Auswirkungen der Corona-Pandemie darauf abzielen kann, risikomildernde Prozesse zu erhöhen und risikoe erhöhende Prozesse zu vermindern, muss in der Trägerschaft weiter diskutiert werden.

Ein herzlicher Dank gilt den beiden Referentinnen für ihre Expertise und interessanten Beiträge.

Referentinnen



Prof.‘in Dr. Karla Verlinden ist Professorin für Erziehungswissenschaften mit dem Schwerpunkt Resilienz an der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen. Zudem ist sie approbierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin. Ihre Arbeits- und Forschungsschwerpunkte sind Resilienz und Resilienzförderung von marginalisierten Personengruppen sowie sexuelle Bildung und Prävention sexualisierter Gewalt.



Esther Kleefeldt, Dipl. Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin und Systemische Therapeutin, ist seit 2007 als Psychotherapeutin bei XENION e.V. tätig, einem Psychosozialen Zentrum für Geflüchtete. Sie hat mehrere Publikationen zur therapeutischen Arbeit mit Geflüchteten verfasst. Daneben unterstützt sie freiberuflich als Supervisorin, Dozentin und Coach Menschen, die in belastenden Kontexten tätig sind.

Weiterführende Literatur und Links

Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönna-Böse, M. (2014). *Resilienz* (3. Auflage). München: Ernst Reinhardt Verlag.

Gilan DA, Helmreich I, Hahad, O (2021): Resilienz. Die Kunst der Widerstandskraft. Was die Wissenschaft dazu sagt.

Gilan D, Röhke N, Blessin M, Kunzler A, Stoffers-Winterling J, (...), Lieb K (2020) Psychische Belastungen, Resilienz, Risiko- und protektive Faktoren während der SARS-CoV-2-Pandemie. *Deutsches Ärzteblatt International*. 117 (in press)

Guggenbühl, A. (2016). Permanenter Zwiespalt. Leben und Leiden jugendlicher Immigrantinnen und Immigranten. In Stiftung Schweizer Zentrum für Heil- und Sonderpädagogik (Hrsg.), *Jugendliche mit Migrationshintergrund* (S. 27-33). Bern: SZH.

Hoffacker, A. (2016). *111 Ideen zur Integration von Seiteneinsteigern. Flüchtlings- und Migrantenkinder von Anfang an richtig begleiten*. Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr.

Laucht, M., Esser, G. & Schmidt, M. (1999). Was wird aus Risikokindern? Ergebnisse der Mannheimer Längsschnittstudie im Überblick. In G. Opp (Hrsg.), *Erziehung zwischen Risiko und Resilienz* (S. 71-93). München: Reinhardt.

Lösel, F., Bliesener, T. & Köferl, P. (1990) (Bielefelder Invulnerabilitätsstudie). Psychische Gesundheit trotz Risikobelastung in der Kindheit. Untersuchungen zur Invulnerabilität. In I. Seiffge-Krenke (Hrsg.), *Krankheitsverarbeitung von Kindern und Jugendlichen* (S. 103-123). Berlin: Springer.

Werner, E.E. (2008) (Kauai-Längsschnittstudie). Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz. In G. Opp & M. Fingerle (Hrsg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz* (S. 20-31). München: Reinhardt.

Resilienz-Kongress 2021 - Kongress für mentale und körperliche Stärke
<https://www.resilienz-kongress.de/>

Anlage: [Präsentation Verlinken](#)

Sie möchten die BBE-Fachinformation abonnieren, sich abmelden oder die Adresse ändern? Dann schreiben Sie bitte eine E-Mail an selia.boumessid@b-b-e.de
Die Hinweise zum Datenschutz und Haftungsausschluss finden Sie unter [Impressum](#).

Redaktion:

Dr. Lilian Schwalb, Dr. Claudia Peters, Selia Boumessid

V.i.S.d.P.: PD Dr. Ansgar Klein

Herausgeber:

Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE)

Michaelkirchstr. 17-18

10179 Berlin-Mitte

Telefon: (0 30) 6 29 80-11 0

E-Mail: info@b-b-e.de

www.b-b-e.de

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



MENSCHEN
STÄRKEN
MENSCHEN

.....
ÜBERNEHMEN SIE EINE CHANCEN-PATENSCHAFT