Liebe Leserin, lieber Leser,

ist Resilienz die neue, körpereigene Wunderwaffe gegen die Widrigkeiten des Alltags? Kann man schwierige Situationen meistern und noch gestärkt daraus hervorgehen – frei nach Nietzsches „Was mich nicht umbringt, macht mich stark“? Und vor allem: kann man solche Bewältigungsstrategien fördern bzw. trainieren?

Es scheint jedenfalls so: in unserem „Durchblick: Resilienzförderung“ finden Sie Beiträge, in denen unterschiedliche Zielgruppen der Kinder- und Jugendhilfe und deren Resilienzverhalten dargestellt werden. Ideal wäre wohl, wie fast bei allen Förderangeboten, bereits im Kindergarten damit zu beginnen, eine solche „Stehaufmännchentugend“ zu vermitteln.

Aber auch für Erwachsene ist Resilienz erfahr- und erlernbar: Einige der beschriebenen Projekte beziehen ausdrücklich auch Eltern und ErzieherInnen ein. Und nicht zuletzt ist Resilienz inzwischen auch ein Thema in Unternehmen. In Seminaren sollen Beschäftigte befähigt werden, schwierige (persönliche wie berufliche) Situationen zu bestehen. Ein wichtiger Aspekt, dessen Bedeutung im Zusammenhang mit Resilienz immer wieder betont wird, ist übrigens Humor.

Der Schwerpunkt „Suchthilfe“ wirkt auf den ersten Blick konträr zur „Resilienzförderung“: „Abhängige“ oder „Süchtige“ als Gegensatz zu starken, widerstandsfähigen, selbstbestimmten Menschen. Aber: gerade im Umfeld von Abhängigen, z.B. bei deren Kindern, zeigt sich oft ein hohes Maß an Resilienz, das sich in schwierigen Lebenssituationen entwickelte. Die Berichte bei www.ekinda.de etwa, dem Portal „erwachsender Kinder abhängiger Eltern“, legen jedenfalls diesen Eindruck nahe.

In den Beiträgen zur Suchthilfe lesen Sie daher u.a., dass – bei allen anderen Unterstützungsangeboten – die Wahrung bzw. Herstellung von Unabhängigkeit der Hilfesuchenden zu fördern sei. Das ist wichtig, auch wenn die Konzepte vielleicht nicht „Resilienz“ heißen, sondern „(Self-) Empowerment“, „Ressourcenorientierung“ etc.

Angenehme Weihnachtstage
und einen guten Rutsch ins Neue Jahr!

Detlef Ullenboom

Detlef Ullenboom *1962

Studium Publizistik,
Sozialwissenschaft
und Neuere Geschichte
(M.A.) in Münster und
Bochum, seit Mitte
2006 Redakteur von
Sozial Extra.
redaktion
@sozialextra.de