



Sabine Höflich

Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Campus Baden

Resilienz

DOI: <https://doi.org/10.53349/sv.2022.i2.a215>

Resilienz, *die*. Substantiv, feminin

Resilienz als innere Widerstandsfähigkeit meint die Fähigkeit, trotz Belastungen, Krisen und Risiken gesund zu bleiben und mit Ungewissheiten optimistisch sowie ressourcenorientiert umzugehen. Dazu bedarf es der Selbstwertschätzung, der Selbstwirksamkeit und des Glaubens an den Einfluss des Handelns ebenso wie einer realistischen Bewertung des Wirkens. Menschliche Unterstützung, stabile Bezugspersonen und soziale Eingebundenheit sowie Selbstgefühl, Emotion, Intelligenz und Bildung geben dabei einen bedeutsamen Rahmen, in dem Fragen und Sorgen ernst genommen sowie verantwortungsvoll bearbeitet werden (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2021; Opp et al., 2020; Wustmann, 2011).

Resilienz als *Futures Literacy* meint die Fähigkeit, sich die Zukunft vorzustellen sowie Veränderungen voranzutreiben und dabei die eigenen Stärken der Person zu erkennen und auch jene der anderen anzuerkennen. Potenziale wertschätzend und in Kooperation sinnstiftend einzusetzen, soll nach Reflexion von Erfahrungen und Gelungenem Kraft geben und darin unterstützen, die aktuelle Situation zu analysieren sowie zu antizipieren, was möglich ist, um sich gemeinsam kreativ und innovativ zukunftsrelevanten Herausforderungen zu stellen.

Literaturverzeichnis

Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2021). *Menschen stärken. Studien zur Resilienzforschung*. Springer.

Opp, G., Fingerle, M. & Suess, G. J. (2020). *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*. Ernst Reinhardt.

Wustmann, C. (2011). Resilienz in der Frühpädagogik. Verlässliche Beziehungen, Selbstwirksamkeit erfahren. In M. Zander (Hrsg.), *Handbuch Resilienz* (S. 350–359). VS Verlag.

Autorin

Sabine Höflich, Mag. Dr. BEd.

Hochschullehrende an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich, zuvor Volks- und Sonderschullehrperson sowie Ausbildungslehrerin; Arbeitsschwerpunkte: Diversität und Inklusion – Förderschwerpunkt soziale und emotionale Entwicklung inkl. Traumapädagogik; Forschung in den Bereichen Resilienz, Autismus und Pädagogisch-praktische Studien.

Kontakt: sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at