



**Sabine Höflich**

Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Campus Baden

## Zuversicht

**DOI:** <https://doi.org/10.53349/schuleverantworten.2023.i4.a366>

**Zuversicht** *die*. Substantiv, feminin

Zuversicht erkennt realistisch aktuelle Herausforderungen und nimmt Handlungsspielräume wahr. Bei gegebener bzw. empfundener Unsicherheit verspürt der Mensch ohne Zutun Angst. Zuversichtliches Handeln braucht Aufmerksamkeit und Mitwirkung, damit Chancen wahrgenommen und genutzt werden können.

In Bewegung zu bleiben und Natur zu spüren, individuelle Kraftquellen zu nutzen, tragfähige Beziehungen zu pflegen, Sinn und Wertschätzung im Tun zu erleben, gemeinsam zu handeln sowie sich gegenseitig Mut zuzusprechen, sind bedeutsame Säulen, um Zuversicht zu leben. Denn es bedarf der Achtsamkeit gegenüber sich selbst, seinem Körper und den eigenen Bedürfnissen sowie verlässliche Beziehungen, um in einem kollektiven Miteinander durch Krisen zu gehen. Mit Geduld, Humor, Flexibilität und Zuversicht Herausforderungen anzunehmen und sich gegenseitig Mut zuzusprechen, unterstützt dabei, mit Veränderungen umzugehen und auf lange Sicht motiviert handeln zu können.

### Literaturverzeichnis

Florian, M. (2015). Vertrauenskrisen und der Verlust der Zuversicht. Forschungsstand und Perspektiven der soziologischen Analyse. In S. Lessenich (Hrsg.) *Routinen der Krise – Krise der Routinen. Verhandlungen des 37. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Trier 2014*.

[https://publikationen.soziologie.de/index.php/kongressband\\_2014](https://publikationen.soziologie.de/index.php/kongressband_2014)

Wolfers, M. (2023). *Zuversicht – Die Kraft, die an das Morgen glaubt*. Altenberg: Bene! Verlag.

## Autorin

**Sabine Höflich**, Mag. Dr.

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

Kontakt: [sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at](mailto:sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at)