

Tagung:

Was Resilienz stärkt. Chancen und Risiken eines immer populärer werdenden Konzepts

10./11. März 2023, Pädagogische Hochschule Heidelberg

Verantwortliche: Prof. Dr. Rolf Göppel & Prof. Dr. Ulrike Graf

Evidenzbasierte Resilienzforschung und -förderung

Dr. Isabelle Helmreich, Leibniz-Institut für Resilienzforschung Mainz

Der Beitrag gibt einen Überblick über den aktuellen Forschungsstand zur Resilienzforschung und -förderung im Rahmen der Verhaltensprävention sowie die Forschung am Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) in Mainz. Aktuelle Forschungsergebnisse verdeutlichen, dass Resilienz ein multisystemischer lebenslanger dynamischer Lern- und Entwicklungsprozess ist, der trainier- und veränderbar ist. Das Konzept hilft dabei, den Blick von der Defizit- zur Ressourcenorientierung zu wenden. Im Rahmen der Verhaltens- und Verhältnisprävention wird es zur Förderung der Stressbewältigung und Aufrechterhaltung der psychischen Gesundheit eingesetzt.