

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

**Möglichkeiten resilienten Verhaltens trotz schwieriger Lebensumstände –
Beispielhafte Analyse weiblicher Biografien -**

Prof. Dr.rer.nat. Marion Tacke, Leibniz-Universität Hannover

In diesem Beitrag soll der Ansatz zur Entwicklung und Nutzung resilienter gendergerechter Verhaltensweisen im Vordergrund stehen. Dieses Verhaltensmanagement setzt am Einsatz selbstwirksamen Verhaltens für die Gesunderhaltung an. Es gestaltet sich im gesellschaftlich-kulturellen, sozialen und individuellen Lebensraum. Einige, aus der Retrospektive betrachtete Lebensläufe späterer, in die Geschichte eingegangenen Persönlichkeiten wirken insgesamt sehr „strahlend“. Schauen wir uns jedoch an, welchen Schwierigkeiten sie während ihrer Lebensspanne ausgesetzt waren, so bedurfte es vielfältiger Nutzung widerstandskräftiger Fähig- und Fertigkeiten, um die Belastungen als zu meisternde Herausforderungen sehen und nutzen zu können, sei es durch Entschlossenheit, Unabhängigkeit, Wissenschaftsbegeisterung oder Humor. Wir spüren anhand ausgewählter Biografien deren äußeren und inneren Lebensbedingungen im Rahmen von Risiko- und Schutzfaktoren nach, um sodann die Bedeutung der Stressresistenz zu fokussieren. Grundlage der Analyse wird ein von der Referentin entwickeltes Modell zu den Resilienzfaktoren sein.