



RESILIENT?! KINDER UND JUGENDLICHE MIT PRAKTISCHEN METHODEN UNTERSTÜTZEN

Ein Blick auf aktuelle Studien zeigt, dass sich nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder und Jugendliche immer stärker psychisch belastet fühlen. Befragt nach ihren Ängsten, nennen Jugendliche den Klimawandel und den Krieg in der Ukraine an erster und zweiter Stelle. Fehlende Veranstaltungen, Feste und Aktivitäten im Verein sowie die Angst, dass die eigene Familie krank wird, schließt sich aus aktuellem Anlass der letzten Jahre ebenfalls an. Klimakrise, der Angriff Russlands auf die Ukraine und die starke Belastung durch die Corona-Pandemie auf Familie, Schul- oder Ausbildungsleben, Freizeitgestaltung und den Kontakt zur Peergroup machen in ihrer Gesamtheit den persönlichen Rucksack schwer.

Aus der Resilienzforschung

Laut dem Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) in Mainz können solche einschneidenden Ereignisse als Stressoren benannt werden. Diese beeinflussen mehr oder weniger stark das Wohlbefinden einer Person. „Resilienz ist die Fähigkeit zur Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung psychischer Gesundheit während oder nach stressvollen Lebensereignissen.“³ Faktoren, die für die Resilienz von Personen eine Rolle spielen, sind unter anderem Genetik, Lernerfahrungen, Persönlichkeit, Selbstwert, soziale Unterstützung sowie gesellschaftliche Rahmenbedingungen. Positiver Ausblick ist, dass die meisten dieser Faktoren weiterentwickelt werden können, also ein Umlernen stattfinden kann. Auf diese Weise lässt sich als Reaktion auf eine Krise die eigene Resilienz sogar stärken. Findet eine Anpassung an Stressoren statt, können Personen eine Haltung zu ihnen entwickeln, selbstwirksame Erfahrungen machen und unterstützende Ressourcen weiter aufbauen.⁴

... über Lebensräume von Kindern und Jugendlichen

Wo also begegnen Kinder und Jugendliche den Stressoren? In all ihren Lebensbereichen.

Um sich ein Bild von der Lebenswelt junger Menschen zu machen, eignet sich das Konzept der Räume, wie es auch der 16. Kinder- und Jugendbericht entwirft. In diesem Sinne werden soziale Räume „durch Handlungen konstituiert und durch gesellschaftliche Strukturen und Institutionen stabilisiert.“⁵ Räume können also beispielsweise Familie, Kindertagesbetreuung, Schule, soziale Bewegungen oder Jugendkulturen, die digitale Welt, Kinder- und Jugendarbeit im weitesten Sinne, die Hochschule und so weiter sein. Also dort wo sich der*die Jugendliche selbst in den sozialen Kontext eingebunden sieht. Diese Räume sind nicht immer scharf voneinander getrennt, sondern überlappen einander. Bei Stressoren wie der Corona-Pandemie sind mehrere Räume betroffen. Dies stellt eine besondere Herausforderung dar, da kaum ein Raum nicht betroffen ist.

... in die politische Bildung

In all diesen Räumen können laut dem 16. Kinder- und Jugendbericht Bildungsprozesse stattfinden. Diese können formal, non-formal oder informell sein. Diese Angebote, wie sie auch in der politischen Bildung bestehen, unterstützen Kinder und Jugendliche in ihrer Anpassungsentwicklung: Sie erhalten Zugänge zu Wissen, können somit eine Haltung zu belastenden Situationen entwickeln und ihre Urteilsfähigkeit ausbauen und schließlich Handlungsfähigkeit erlangen. Grundlage der Angebote sind Selbstwirksamkeitserfahrungen und Teilhabe.

... mit Praxisimpulsen

Auf den kommenden Seiten stellen wir unterschiedliche kleinere oder größere Projekte vor, die die Resilienz bei Kindern und Jugendlichen im Angesicht der vielen gesellschaftlichen Herausforderungen stärken sollen. In unterschiedlichen Bildungssettings können junge Menschen eine Haltung auch zu belastenden Themen entwickeln, Selbstwirksamkeit erfahren und an ihre vielfältigen Ressourcen anknüpfen.

1. Schnetzer, Simon; Hurrelmann, Klaus (2022): Jugend in Deutschland – Trendstudie Sommer 2022. Jugend im Dauerkrisen-Modus – Klima, Corona, Krieg. Kempten. S. 6.
2. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs) (Hrsg.) (2021). JIM-Studie 2021. Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland. Stuttgart. S. 19.
3. <https://lir-mainz.de/resilienz>, Zugriff: 23.08.2022.
4. Ebd.
5. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2020): 16. Kinder- und Jugendbericht. Berlin. S. 133 ff.

Annika Gramoll ist Referentin für politische Jugendbildung in der Geschäftsstelle der Evangelischen Trägergruppe für gesellschaftspolitische Jugendbildung (et).

*Dieser Artikel ist erschienen in: Gramoll, Annika; Jantschek, Ole; Lorenzen, Hanna (Hrsg.) (2022): Aufbrüche - Politische Jugendbildung in Krisenzeiten. Jahrbuch 2022. Ev. Trägergruppe für gesellschaftspolitische Jugendbildung. Berlin, S. 38–40.
www.politische-jugendbildung-et.de*

