

Resilienz in Programmen der Erwachsenenbildung: Die fehlende (Selbst-)Optimierung?

BERND KÄPPLINGER & CAROLINE DIETZ

Abstract

Resilienz kann zeitdiagnostisch im Kontext von Optimierung und Selbstoptimierung kritisch diskutiert werden. Der Beitrag beschäftigt sich explorativ programmanalytisch mit Weiterbildungsangeboten zu Resilienz an Volkshochschulen. Auf Basis quantitativer und qualitativer Analysen werden Merkmale von Resilienzkursen herausgearbeitet. Insgesamt sind noch wenige Angebote zu Resilienz zu verzeichnen. Sie haben oft einführenden Charakter und werden zielgruppenunspezifisch offeriert.

Keywords: Volkshochschulen, Erwachsenenbildung, Resilienz, Deutschland

Abstract

Resilience can contemporarily and critically be discussed in the context of optimization and self-optimization. The article deals with the program analysis of training offers on resilience at adult education centers in an explorative way. Characteristics of resilience courses are worked out on the basis of quantitative and qualitative analyzes. Overall, there are few offers on resilience so far. Most are introductory in nature and offered in a manner that is not target group specific.

Keywords: adult education centers, adult education, resilience, Germany

1 Einführung und theoretische Rahmung

Der abgesagte DGfE-Kongress hatte den Topos der Optimierung zum Thema: „OPTIMIERUNG gehört zu den zentralen Signaturen der Gegenwart [...] Es setzt sich die optimistische Idee einer auf individuellen und kollektiven Praktiken aufruhenden, im Prinzip unbegrenzten Steigerungs- und Entwicklungsfähigkeit (von Menschen, Institutionen, Gesellschaften etc.) durch. OPTIMIERUNG ist aber nicht nur ein positiv unterfütterter Begriff, der im pädagogischen Denken und Handeln etabliert ist, sondern selbst Gegenstand der Kritik“ (DGfE 2020). Optimierung und besonders Selbstoptimierung werden in der Bildungs- und Weiterbildungsforschung als zeitdiagnostische Rahmung zumeist kritisch diskutiert (z. B. von Felden 2020, Mayer et al. 2013). Resilienzkonzepte und -kurse können in diesen Diskursen als „Selbsttechnologien“ (ebd.) eingeordnet werden, mithilfe derer Individuen z. B. mit Resilienzkursen zur

eigenen Selbstoptimierung aufgefordert werden. Diese theoretischen bzw. generell kritischen Ausführungen aufgreifend wird im Folgenden der Resilienzbegriff und seine Verwendung am Beispiel von Programmen der deutschen Volkshochschulen (VHSn) explorativ analysiert. Diese Analyse erfolgt ergebnisoffen und umfasst die Frage, ob die Verwendung des Resilienzbegriffs jenseits einer Selbsttechnologie nicht auch in einem anderen oder weiteren Sinn erfolgt.

Programme können theoretisch als Seismographen verstanden werden, in denen Praktiker*innen aktuelle Entwicklungen („Zeitgeist“) aufgreifen und professionell gefiltert in Bildungsangebote übersetzen. Programmanalysen werden seit rund 50 Jahren in der Erwachsenen- und Weiterbildungsforschung genutzt, um u. a. Trends in der Angebotsentwicklung nachzuvollziehen (vgl. Käßpinger 2008).

Der Resilienzbegriff wird als ein Merkmal des Topos der Optimierung verstanden. Resilienz thematisiert die Belastbarkeit von Menschen und das Vermögen, widrige Situationen zu bestehen. Lernziel kann sein, wie krisenförmige Situationen ausgehalten und wie sich an diese angepasst werden kann. Es geht nicht um die Gestaltung oder Veränderung von Rahmenbedingungen. Mit Resilienz sollen Menschen dem äußeren Druck und Anforderungen standhalten. Es überrascht nicht, dass der Resilienzbegriff aus sozial- und bildungswissenschaftlicher Perspektive ähnlich wie der Begriff der Optimierung kritisch diskutiert wird (vgl. Gabriel 2005). Ein Kritikpunkt ist, dass die „individuelle psychische Widerstandsfähigkeit, die zudem vom Einzelnen herzustellen sei, [...] dann zu einer Pathologisierung jener Menschen führen [würde], die sich im Angesicht der Zumutungen ihrer Umwelt als vulnerabel zeigen“ (ebd., S. 215). Damit ist gemeint, dass das Aufzeigen von resilienten Menschen im Umkehrschluss nahelege, dass Menschen, die an den widrigen Umständen scheitern, selbst schuld wären, weil sie nur nicht genügend Resilienz haben. Jede*r habe die Chance, sich selbst zu optimieren. Gabriel betont, dass dies nicht den Forschungsstand zu Resilienz widerspiegelt, aber das Konzept so missverstanden werde und fordert „das Konzept der Resilienz zu entmythologisieren“ (ebd.).

Die folgende Analyse ist erstens von der Hypothese gespeist, dass eine problematische Verwendung des Resilienzbegriffs in den VHS-Programmen quantitativ und qualitativ identifiziert werden kann. Eine problematische Verwendung wäre z. B., wenn die Resilienzkurse primär eine edukative Intention von Anpassung der Lernenden an die Verhältnisse umfassen würden. Zweitens ist die Forschungsfrage explorativ angelegt: *„Wie wird der Begriff der Resilienz in Programmen deutscher VHSn verwendet?“* Ziel ist es, ein differenziertes Verständnis für diese Begriffsverwendung zu erarbeiten.

2 Begriff und Konzepte zu Resilienz

Resilienz leitet sich vom lateinischen Wort „resiliere“ ab, das „zurückspringen“ oder „abprallen“ bedeutet (vgl. Leipold 2015, S. 18). Es kann aus dem Englischen „resilience“ übersetzt werden mit „Widerstandsfähigkeit, Spannkraft oder Elastizität“ (vgl. Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse 2019, S. 9). Resilienz beschreibt die Fähigkeit, mit

belastenden Lebensumständen umzugehen und stellt eine Form „psychischer Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen, psychologischen oder psychosozialen Entwicklungsrisiken“ (Wustmann 2004, S. 18) dar. Sie ist nicht angeboren, sondern entwickelt sich im Lebenszyklus in Abhängigkeit von Erfahrungen und zu bewältigenden Ereignissen dynamisch, variabel und kontextabhängig (Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse 2019, S. 7, 10). Die Resilienzforschung stuft neben individuellen Schutzfaktoren oder psychischen und genetischen Dispositionen den sozialen Kontext bei der Krisenbewältigung als besonders bedeutsam ein (vgl. Gabriel 2005, S. 213). Die Forschung zu Resilienz entwickelte sich in den 1970er Jahren aus der Entwicklungspsychopathologie und legte ihren Fokus zunächst auf die kindliche Entwicklung. Studien sind im angloamerikanischen Raum (Garmezy 1984; Rutter 1989; Werner/Smith 2001) und zeitlich versetzt in Deutschland zu verorten (Laucht et al. 2000; Lösel/Bender 2008). Populär wurde die Resilienzforschung durch die besonders bekannte Längsschnittstudie („Kauai-Studie“) von Werner & Smith (2001), die Kinder auf der hawaiianischen Insel Kauai über 40 Jahre hinweg zu ihrem Gesundheitszustand und ihrer Lebenssituation untersuchten. Die Ergebnisse zeigten, dass sich ein Drittel der Proband*innen trotz Zugehörigkeit zu einer Risikogruppe (z. B. von Armut bedroht oder in instabilen Familienverhältnissen lebend) positiv entwickelten. Angestoßen durch Langzeitstudien zur Resilienz von Kindern wurde in der Pädagogik, den Gesundheitswissenschaften und der Psychologie in den 90er Jahren ein Perspektivwechsel angeregt. Statt sich defizitorientiert auf Störungen zu konzentrieren, wurden Schutzfaktoren für den Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit untersucht (vgl. Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse 2019, S. 7, 16). Resilienzphänomene im Erwachsenenalter sind in der internationalen Forschung weniger untersucht, „da erwachsenenbezogener Resilienzforschung erst in den 80er Jahren Aufmerksamkeit zuteil wurde (Rutter 1989)“ (Höfler 2016, S. 101). Gegenwärtig lässt sich ein Diskurswechsel zur Erforschung von Resilienz über die ganze Lebensspanne erkennen (vgl. ebd.). So untersuchte Hammond (2004), wie sich lebenslanges Lernen positiv auf Resilienz auswirkt und Götze (2013) erforschte Resilienz im Personalmanagement zur Erhöhung der psychischen Widerstandsfähigkeit von Beschäftigten.

Seit den 90er Jahren boomt das Thema „Resilienz“ nicht nur in der Forschung (vgl. Weiß et al. 2018). Zur Resilienzförderung von Erwachsenen existieren VHS-Kurse oder Seminare und es finden sich eine Reihe von Handbüchern (vgl. z. B. Wellensiek 2011). Darüber hinaus haben Coaches, Heilpraktiker*innen, Testentwickler*innen und Therapeut*innen das Thema für sich entdeckt. Aktuell ist der Resilienzbegriff im Kontext der COVID-19-Pandemie präsent und wird als Schutzfaktor beschrieben, um pandemiebedingten Belastungen entgegenzuwirken¹.

Kritisch anzumerken ist, dass sich „Resilienz“ zu einem Modewort entwickelt hat, das in Ratgebern popularisiert wurde. Die Begeisterung für Resilienz entspringt der Vorstellung, dass innere Widerstandskraft erlernbar sei und gegen jede psychische Belastung immunisiere. Hier verdeutlicht sich die Nähe von Resilienz zum Kongressthema Optimierung: Man könne sich selbst so optimieren, um widrigste

1 Vgl. dazu z. B. Fraunhofer-Institut (2020)

Umstände gut zu ertragen. Nicht nur als Projektionsfläche der Phantasmagorie menschlicher Unbesiegbarkeit scheint das Konzept geeignet. Es zeigt sich eine „Verwandtschaft zum Mythos des amerikanischen Traums“ (Gabriel 2005, S. 215). Neben dieser sozial- und bildungswissenschaftlichen Kritik kommen internationale Analysen in Bezug auf die Wirksamkeit von Trainingsprogrammen zu Resilienz eher zu skeptischen Ergebnissen (vgl. z. B. Liossis et al. 2009).

3 Methodisches Vorgehen der Programmanalyse

Um die Verwendung des Resilienzbegriffs in deutschen VHS-Programmen empirisch und explorativ zu untersuchen, wurde als Forschungsmethode auf die Programmanalyse zurückgegriffen (Käpplinger 2008). Diese erfolgte über das „Online-Archiv VHS-Programme“ des Deutschen Institut für Erwachsenenbildung (DIE), welches nach einer Retro-Digitalisierung über das Projekt RetroPro einen Online-Zugriff auf ein breites „Trägerspektrum“ (Reichart et al. 2008, S. 46) von 41 VHSn in Deutschland für den Zeitraum von 1947 bis 2015 bot. Seit Juni 2021 geht der Datensatz sogar bis 2020. Die 41 VHSn bilden verschiedene Regionen Deutschlands ab und sind nach Kreistypen („hochverdichtet, Kernstadt, ländlicher Raum, ländliches Umland verdichtetes Umland“) sortierbar. Die VHS Leipzig ist mit ihren Programmen als einzige ostdeutsche VHS über die ganze DDR-Zeit lückenlos dokumentiert, während weitere ostdeutsche VHSn und ihre Programme erst nach 1989/1990 online im Archiv zugänglich sind. Insgesamt können 373.686 Programmseiten (Stand: Mai 2020) per Suchmaske durchsucht und heruntergeladen werden. Auf diese Weise kann auf der Plattform in VHS-Programmen zum Vorkommen von Begriffen auf einzelnen Seiten recherchiert werden. Mithilfe von Worthäufigkeitsanalysen kann ermittelt werden, auf wie vielen Seiten ein Begriff vorkommt und wie sich dieser im Zeitverlauf entwickelt hat.

Zum Begriff „Resilienz“ wurde für das eigene Forschungsvorhaben eine Begriffsrecherche durchgeführt. Insgesamt konnten 107 Fundstellen in VHS-Programmen ermittelt werden, die das Stichwort „Resilienz“ beinhalteten. Neben Kursen wurden auch Veranstaltungskalender, Inhalts- und Stichwortverzeichnisse oder Vorworte mitberücksichtigt. Da der Fokus der Analyse aber auf den Kursen bzw. Kursankündigungen lag, wurden alle Fundstellen, die keine Kursankündigungen bzw. Kurse umfassten, in die weitere Analyse nicht miteinbezogen. So konnten insgesamt 69 Programmseiten bzw. Kurse identifiziert werden, die sich für das weitere Forschungsvorhaben als relevant erwiesen haben.

Im Anschluss an die Begriffsrecherche wurde mit Blick auf die Forschungsfragen ein qualitativ-quantitativ verschränkendes Vorgehen gewählt. Zur Untersuchung des Resilienzbegriffs im Zeitverlauf wurden die Fundstellen quantitativ hinsichtlich der Begriffshäufigkeit ausgewertet. Als Worthäufigkeit wurde ermittelt, auf wie vielen Seiten der digitalisierten VHS-Programme Resilienz vorkommt. Darüber hinaus wurde die Analysemöglichkeit des DIE genutzt, die Fundstellen nach Kreistyp im Ver-

gleich zur gesamten Datenbasis zu filtern, um zu ermitteln, in welchen DIE-Raumordnungsregionen der Begriff in den Programmen genutzt wird.

Nach der quantitativen Analyse wurden die Fundstellen per qualitativer Inhaltsanalyse ausgewertet (Käpplinger 2008). Dazu wurde eine Kodierung vorgenommen, um die Fundstellen inhaltlich und überblicksartig zu systematisieren. Jede Fundstelle wurde auf Basis dieser deduktiven Kategorien kodiert: „Fundjahr“, „Programmbereich“, „Qualifikation der Kursleitung“, „Zielgruppe“, „Bezug zum Thema Stress“² sowie „Eher Individualisierung/Eher Anpassung“³. Anschließend erfolgte eine Beschreibung der jeweiligen Fundstelle im Hinblick auf die Verwendung des Resilienzbegriffs und der Eignung der Fundstelle als Ankerbeispiel. Anschließend wurden anhand der deduktiven Kategorien und inhaltlichen Beschreibungen induktive Kategorien ermittelt, um die Inhalte der Fundstellen bzw. Kurse gegenstandsnah zu differenzieren. Dabei lag der Fokus auf der Identifikation und Ermittlung thematischer Schwerpunkte und Charakteristika im Kontext des Resilienzthemas. Folgende induktive Kategorien konnten gebildet werden:

- Einführungen zu Resilienz (41 Fundstellen)
- Resilienz in Verknüpfung mit der Stress-Thematik (29 Fundstellen)
- Resilienz in Verknüpfung mit der Krisen-Thematik (15 Fundstellen)
- Resilienz in Verknüpfung mit Erziehung für Eltern oder Erzieher*innen (10 Fundstellen)
- Resilienz bezogen auf Persönlichkeiten oder bestimmte (Berufs-)Gruppen (9 Fundstellen)

4 Quantitative Ergebnisse

Nachfolgend werden die Ergebnisse der quantitativen Analysen zur Verwendung des Resilienzbegriffs in deutschen VHS-Programmen beschrieben. Es wurde explorativ ermittelt, wie sich der Begriff in VHS-Programmen im Zeitverlauf entwickelt hat, ob sich regionale Unterschiede zeigen und innerhalb welcher Programmbereiche die Resilienzkurse angeboten werden.

Überraschend ist zu betonen, dass der Resilienzbegriff in den Programmen nicht sehr prominent vertreten ist. Die nur rund 70 Fundstellen sind als geringe Anzahl einzustufen. Wird dies mit dem Begriff „Stress“ verglichen, so existieren hier immense 11.470 Fundstellen in den Programmen und somit taucht dieser Begriff mehr als hundert Mal häufiger auf. Bis zum Jahr 2014, in welchem der digitale Datensatz des DIE zum Zeitpunkt unserer Analyse endete, ist die quantitative Relevanz von „Resilienz“ in den Programmen als marginal einzuordnen. Es scheint, dass VHSn mit dem Resilienzbegriff eher zu „fremdeln“ scheinen. Allerdings vollzieht sich das

2 Mithilfe dieser Kategorie wurde sondiert, ob und inwiefern der Begriff der Resilienz in Verbindung mit dem Stressbegriff verwendet wird (vgl. Käpplinger/Falkenstern 2018).

3 Mithilfe dieser Kategorie wurde analysiert, ob die Resilienzkurse die individuelle Entwicklung der Teilnehmenden adressieren, oder ob die Kurse eher auf eine Anpassung an Umweltbedingungen abzielen.

Wachstum der Begriffsverwendung in den letzten Jahren exponentiell, wie die nachfolgende Abb. 1 zur Worthäufigkeitsanalyse veranschaulicht:

RELATIVE HÄUFIGKEIT

Anteil der Seiten, die den Suchbegriff enthalten, an der Gesamtmenge: 0,03 %

Trefferseiten prozentual zur Gesamtseitenzahl pro Jahr:

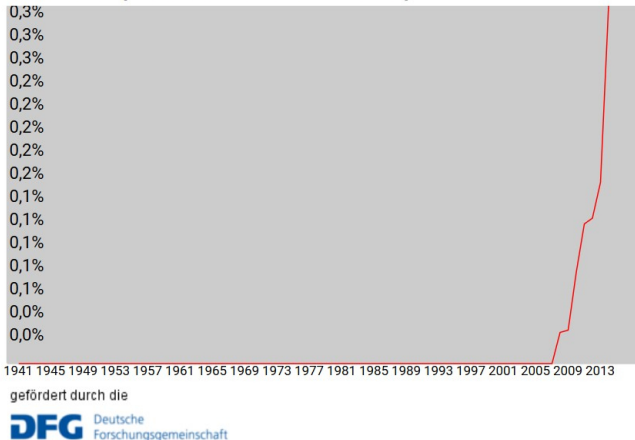


Abbildung 1: Worthäufigkeitsanalyse zum Begriff „Resilienz“ in Programmen von deutschen VHSn des jeweiligen Jahres (Quelle: DIE Volkshochschul-Programmarchiv, Historische Verteilung der Worthäufigkeiten, eigene Auswertung)

Es wird deutlich, dass der Resilienzbegriff im Jahr 2008 in die deutschen VHS-Programme Eingang fand und wie sich seine exponentielle Verbreitung entwickelt hat. Auch vergleichbare Ergebnisse einer Analyse von Weiß et al. (2018) zur Verwendung des Resilienzbegriffs in Gesellschaft und Wissenschaft zeigen, dass er seit ca. zwanzig Jahren eine rasant steigende gesellschaftliche und wissenschaftliche Diffusion erfahren hat. Die Verwendung setzt dort jedoch deutlich früher ein und erfährt bereits seit Anfang der 2000er Jahre ein exponentielles Wachstum (vgl. ebd., S. 19). Somit vollzieht sich das Wachstum an den VHSn knapp 10 Jahre später als in den analysierten Publikationen von Weiß et al. (2018). Dies stellt einen Unterschied zur Verwendung des Stressbegriffes dar, der eher zeitgleich zu seiner allgemeinen Verbreitung eine Verwendung in den VHSn fand (vgl. Käßlinger/Falkenstern 2018).

Insofern ist festzuhalten, dass der Begriff „Resilienz“ bisher selten in den VHS-Programmen verwendet wird und sich seine Verbreitung dort langsamer als in der Gesellschaft vollzieht. Der „Zeitgeist“ wird nicht zeitnah seismographisch nachgezeichnet – vielmehr wird ihm zurückhaltender und nur langsam nachgegeben. Allerdings ist in Zukunft zu untersuchen, ob angesichts der Corona-Krise dieses exponentielle Wachstum weiter genährt wird.

Daran anknüpfend ist das Ergebnis für die Häufigkeitsauswertung der Fundstellen nach Programmbereichen ebenfalls überraschend, da sich Resilienzkurse nicht

primär im Programmbereich Gesundheit (39 %), sondern in anderen Programmbereichen finden. Fast genauso viele Kurse finden sich, wie die Abb. 2 zeigt, im Programmbereich Politik-Gesellschaft-Umwelt (38 %) und dort oft im Unterbereich Psychologie oder (seltener) im Unterbereich Pädagogik. Auch im Programmbereich Arbeit-Beruf sind Resilienzkurse lokalisiert (20 %).

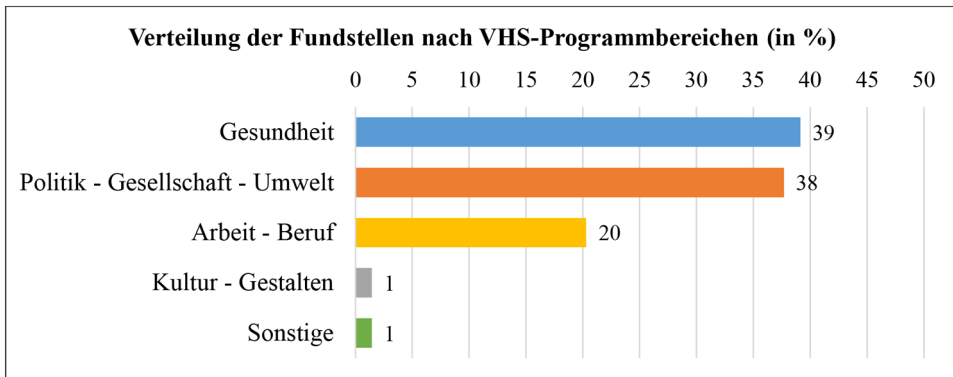


Abbildung 2: Verteilung der Fundstellen nach VHS-Programmbereichen (in %) (Quelle: Eigene Berechnung auf Basis von n = 69 Fundstellen, eigene Darstellung)

Dies zeigt einen breiten Einsatz dieses Begriffes auf, da er nicht ausschließlich bzw. nicht dominant im Programmbereich zur Gesundheitsbildung Verwendung findet. Auffällig ist des Weiteren quantitativ, dass die Kurse bzw. das Resilienzthema gemäß DIE-Raumordnungsregionen überproportional und dominant in VHSn in Ballungsräumen und Kernstädten und seltener in ländlichen Räumen/ländliches Umland lokalisiert sind. 2008 und 2009 konnten Angebote zum Thema Resilienz nur in Bayern recherchiert werden. Erst 2010 folgten VHSn in Hamburg, Hessen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und Thüringen, wobei der ländliche Raum nur einmal vertreten war. Ob die Zentrierung des Begriffes auf Ballungsräume/Kernstädte an einem anderen Angebot oder einer anderen Nachfrage als in ländlichen Räumen liegt, kann hier nicht geklärt werden und bedürfte einer weiteren Analyse durch vergleichende Interviews mit Programmplanenden in städtischen und ländlichen Regionen. In eher ländlichen Räumen ist zudem auffallend, dass sich an den analysierten VHSn nach den ersten Angeboten zu Resilienz oft keine Kurse in den Folgejahren finden. Eine Implikation kann sein, dass die Akzeptanz dieses ggf. akademisch wirkenden Begriffes in ländlichen Räumen geringer als in Großstädten oder Kernstädten sein könnte. Dies ist umso erstaunlicher, da Gesundheitsbildung an VHSn insgesamt eher präsenter in Flächenländern (und in Süddeutschland) als in Stadtstaaten oder Ballungsräumen ist (vgl. Reichart et al. 2019, S. 65). In Bayern und Baden-Württemberg beläuft sich so der Anteil der Gesundheitskurse auf rund 40 Prozent des Gesamtangebotes, während er in den drei Stadtstaaten bei nur rund 20 Prozent liegt (vgl. ebd.). Eine Begründung dafür kann sein, dass das Angebot in Süddeutschland ggf. ökonomischer

angelegt und/oder in Großstädten das Konkurrenzangebot zur Gesundheitsbildung außerhalb von VHSn größer ist (vgl. Käßlinger 2012).

Da insgesamt nur 69 Fundstellen in den Programmen identifiziert wurden und der Resilienzbegriff im Untersuchungszeitraum als nicht sehr verbreitet einzustufen ist, wurden keine weiteren, quantitativen Analysen durchgeführt, da die Fallzahlen für elaborierte, multivariate quantitative Analysen nicht ausreichten. Insgesamt wäre es interessant, die Begriffsnutzung weiter zu verfolgen. Sondierungen mit dem im Juni 2021 aktualisierten Datensatz lassen vermuten, dass der Begriff der Resilienz 2020/2021 deutlich an Verbreitung zugenommen hat (vgl. Kap. 6).

5 Qualitative Inhaltsanalyse

Im Anschluss an die quantitativen Ergebnisse werden nun die qualitativen Ergebnisse der Programmanalyse zur Ermittlung der inhaltlichen Verwendung des Resilienzbegriffs in den VHS-Kursen vorgestellt. Grundlage dafür bilden die induktiv ermittelten Kategorien (vgl. Kap. 3). Jede Kategorie bildet ein Thema ab, das innerhalb der kodierten Ankündigungstexte bzw. Kurse sichtbar wurde. Wichtig ist an dieser Stelle hervorzuheben, dass Mehrfachkodierungen möglich waren und die Kategorien daher nicht disjunkt sind. Zudem kommt es vor, dass Kurse über einen bestimmten Zeitraum wiederholt angeboten wurden.

5.1 Einführungen zu Resilienz

Die Kategorie „Einführungen zu Resilienz“ kommt quantitativ mit 41 Fundstellen am häufigsten vor. Über die Hälfte aller recherchierten Kurse lassen sich dieser Kategorie zuordnen. Die Kursankündigungen thematisieren Einführungskurse zum Resilienzthema und der Begriff wird oft bereits im Titel mitaufgeführt. Es ist jedoch auch zu beobachten, dass der Begriff nur im Untertitel oder im Fließtext auftaucht. Dort werden statt dem Resilienzbegriff eher alltagsweltliche Formulierungen („Starke Seele“, „Dickes Fell“, „Widerstandsfähigkeit“, „innere Widerstandskraft“) als interessesweckende Aufmacher oder Übersetzungen gewählt. Inhaltlich werden grundsätzliche Fragen angesprochen („Was ist Resilienz?“) und Konzept sowie Begriff sind erklärungsbedürftig. Die Titel und die Beschreibungen der meisten Kurse deuten auf Einführungen zu theoretischen Grundlagen hin, die manchmal ergänzt werden durch praktische Übungen, Tipps oder Handlungsempfehlungen zum Erlernen von Resilienz. Neben Vorträgen werden in dieser Kategorie Wochenendseminare angeboten, die sich über ein bis zwei Tage erstrecken.

Nicht nur Resilienz, sondern auch Stressprävention und Krisenbewältigung werden thematisiert. Eine typische Kursankündigung sieht wie folgt aus:

J 17 124 B (NEU) Wi(e)der-Stehen -

mit innerer Widerstandskraft wieder in Balance kommen

Alle Menschen erleben im Verlauf ihres Lebens Misserfolge, Schicksalsschläge, Krankheiten oder andere Ereignisse, die sie aus ihrem persönlichen Gleichgewicht bringen und sogar „umhauen“ können. Manche leiden darunter und werden krank. Andere stehen, wie ein „Stehaufmännchen“, relativ schnell wieder auf. Der Abend zielt darauf ab, sich mit den Faktoren dieser Widerstandskraft, der sogenannten Resilienz, zu beschäftigen: Welche sind es? Hat sie jeder Mensch? Kann man Resilienz trainieren?

10.4., Do., 18 - 19.30 Uhr / 2 Ustd.

4 EUR

Volkshochschule, Löhrrstraße 3 - 7

Leipziger Bündnis gg. Depression

Abbildung 3: Typische Kursankündigung der Kategorie „Einführungen zu Resilienz“ (Quelle: vhs Leipzig, Frühjahr 2014, S. 65)

Es ist stimmig mit ihrem Bildungsauftrag, dass die VHSn informieren und aufklären, was unter Resilienz zu verstehen ist: „Die Wissenschaft hat für diese Kompetenz den Begriff Resilienz = seelische Widerstandskraft geprägt“ (vhs München, Frühjahr 2009, S. 126). In den Texten wird einerseits erwähnt, dass Resilienz eine Veranlagung oder in der Kindheit angelegt sei. Andererseits wird die Erlernbarkeit betont: Resilienz „kann auch später entwickelt werden“ (ebd.) oder „Fähigkeit erlernen, Krisen und Rückschläge zu überstehen“ (vhs Hamburg, Frühjahr 2013, S. 52). Stellenweise wird als Frage aufgeworfen: „Kann man Resilienz trainieren?“ (vgl. vhs Leipzig, Frühjahr 2014, S. 65). Die didaktischen Orientierungen dieser Ankündigungen weisen sowohl eine Wissensorientierung, aber noch mehr eine Kompetenz- und Handlungsorientierung auf. Hinweise auf einschlägige wissenschaftliche Publikationen zum Resilienzbegriff bzw. ein Verweis auf wissenschaftliche Autor*innen wie Viktor Frankl oder allgemeine Ratgeberliteratur finden sich selten. Darüber hinaus sind die Kurse in der Regel zielgruppenunspezifisch ausgeschrieben. Mit Blick auf die Kursleitenden dieser Angebote finden sich kaum Angaben zu akademischen Abschlüssen. Bei Nachrecherchen, soweit dies aufgrund der Namen möglich war, konnten Personen mit Praxen im Bereich der Psychotherapie oder Heilpraktiker*innen gefunden werden. Auffällig ist, dass sich der Großteil der Kurse eher an großstädtischen oder an VHSn in Städten mittlerer Größe und nur selten in ländlichen Räumen finden lässt.

5.2 Resilienz in Verknüpfung mit der Stress-Thematik

Die zweithäufigste Kategorie, die im Rahmen der induktiven Analyse gebildet werden konnte, umfasst Kursankündigungen, die Resilienz eng mit dem Thema „Stress“ verknüpfen (29 Fundstellen). Der Stressbegriff hat in den 1970er Jahren Einzug in deutsche VHS-Programme erhalten (vgl. Käßlinger/Falkenstern 2018). Beide Begriffe befinden sich in einem ähnlichen Themenfeld, wobei Stress tendenziell als das Problem und Resilienz als die Lösung begriffen werden kann. Häufig ist die Kernaussage der

Fundstellen in dieser Kategorie, dass resiliente Menschen Stress bewältigen können, was hier aufgezeigt wird:

Resilienz

Wie Sie Ihre Widerstandskraft gegen Stress stärken!

Resilienz (lat. *resilire* »abprallen«) ist die Fähigkeit, Krisen durch den Rückgriff auf persönliche oder sozial vermittelte Ressourcen zu meistern (Quelle: www.wikipedia.org) Widerstandskraft gegen Stress wird dadurch gewonnen, dass wir ein intuitives Gespür für das persönlich Wichtige entwickeln. In einer Lebenswelt, in der immer mehr Ziele und Aufgaben von außen an uns herangetragen werden, ist es wesentlich, die eigenen Werte erkennen und gut vertreten zu können. Persönliche Werte dienen uns

dabei als »innerer Kompass« durch den Dschungel der Anfragen, die uns täglich erreichen.

Der Workshop gliedert sich in einen Vortrag zur Wertelehre nach dem berühmten Arzt Viktor E. Frankl und einer anschließenden Diskussion zum Nutzen einer klaren Wertorientierung im Lebensalltag. Literaturempfehlung: Silvia Längle, Martha Sulz (Hg.): »Das Eigene leben: ein Lesebuch zur Existenzanalyse«, 2005

B82130 3,00 Ustd. 14,- €

1 Abend, 26.10.2011

Mi, 19:00 – 21:15 Uhr

Wolfram Krug

Abbildung 4: Typische Kursankündigung der Kategorie „Resilienz in Verknüpfung mit der Stress-Thematik“ (Quelle: vhs Wiesbaden, Herbst 2011, S. 123)

So wird in der Kursankündigung schon im Untertitel der Zusammenhang zwischen Resilienz und Stress hergestellt und thematisiert, dass Krisen an Menschen mit Resilienz abprallen würden. Auf die Lehre von Frankl und Schriften zur Existenzanalyse wird explizit Bezug genommen. Die Ankündigungstexte in dieser Kategorie stellen „Stressprävention“ und „Persönlichkeitsentwicklung“ in Aussicht und gerade bei diesen Angeboten ist der Gedanke der Optimierung inhärent, wenngleich nicht explizit angesprochen. Menschen sollen sich wachsenden Herausforderungen anpassen, die dabei jedoch nicht näher ausgeführt, sondern eher vage umschrieben werden („stürmische Zeiten“ (vhs Bremen, Frühjahr 2014, S. 302), „einer Lebenswelt, in der immer mehr Ziele und Aufgaben von außen an uns herangetragen werden“ (vhs Wiesbaden, Herbst 2011, S. 123)).

Neben dieser Vagheit bzgl. der Herausforderungen werden keine Zielgruppen angesprochen. Letztlich wird es so den Lesenden einfach gemacht, diese Ankündigungen unterschiedlich auszulegen bzw. die eigenen Bedürfnisse in die Kursangebote hinein zu projizieren. Dies könnte für die Veranstaltenden die Chancen erhöhen, dass die Kurse ausreichend Interessent*innen und Teilnehmende finden und Kursausfall könnte verhindert werden. Darüber hinaus differieren die Kurse erheblich im Zeithorizont. Neben einer rund zweistündigen Einzelveranstaltung an einem Abend (vgl. Abb. 4) konnten mehrtägige Seminare und eine einwöchige Bildungsurlaubsveranstaltung mit rund 25 Stunden identifiziert werden. Dieses Format ist jedoch in dieser Kategorie eher die Ausnahme und primär wurden Einzelveranstaltungen und ein- bis mehrtägige Kurse angeboten.

Insgesamt bleibt festzuhalten, dass die Kurse in dieser Kategorie an Ankündigungen aus früheren Zeiten rund um Stressbewältigung und Stressprävention anschließen. Ähnliche Argumentationen und Formulierungen konnten Käßlinger & Falkenstern (2018) im Rahmen einer Programmanalyse zum Stressbegriff identifizieren, sodass der Resilienz-begriff im Anschluss daran als eine Art neues Gewand für den Stressbegriff begriffen werden könnte und den Vorteil nahelegt, nicht wie „Stress“ primär problem- sondern lösungsorientiert („resilient werden“) zu sein.

5.3 Resilienz in Verknüpfung mit der Krisen-Thematik

Eher neu und anders als in den beschriebenen Kategorien wird in der folgenden Kategorie in den Resilienzkursen auf einen anderen Begriff Bezug genommen. Hierbei handelt es sich um den Krisenbegriff, der zu 15 Fundstellen zugeordnet werden konnte⁴. Der Krisenbegriff wird im Vergleich zu Kursen zum Thema „Stress“ (vgl. ebd.), in denen der Krisenbegriff seit den 1970er Jahren prominent war, weniger thematisiert. Ein Beispiel der Verknüpfung von Resilienz und Krise zeigt sich hier:

Y1809 am Wochenende

NEU

Resilienz – Die Fähigkeit, aus Krisen gestärkt hervorzugehen

Resilienz beschreibt die Fähigkeit, Herausforderungen und belastende Situationen zu bewältigen, die eigene Persönlichkeit zu stärken und trotz widriger Bedingungen zu gedeihen. Krisen und Veränderungen – beruflich und privat – gehören zu unserem Leben, wir empfinden sie meist als Bedrohung, aber sie bringen uns auch neue Sichtweisen und Chancen zur persönlichen Weiterentwicklung. Resiliente Menschen (Stehaufmenschen) verfügen über eine hohe innere Widerstandskraft, sie finden leichter Lösungen und nehmen somit wesentlichen Einfluss auf ihr Wohlergehen. Kann man Krisenfestigkeit trainieren, Veränderungs- und Bewältigungskompetenz entwickeln? Ja, Resilienz kann man trainieren. Jeder Mensch besitzt in bestimmtem Maße resiliente Fähigkeiten. Glücklicherweise sind diese nicht individuell festgeschrieben, sondern bis ins hohe Alter erlern- und erweiterbar. Sie lernen an diesem Tag, wie Sie Krisen unbeschadet überstehen und Ihre innere Widerstandsfähigkeit trainieren. Sie entdecken und entwickeln Ihr persönliches Resilienzprofil. Sie lernen Übungen, die Ihnen helfen, sich Ihrer eigenen Stärken zu vergewissern. Es können geringe Materialkosten entstehen. Bitte Tagesverpflegung mitbringen.

Daniela Zahrt

9 U.Std. (1 Termin), € 33,50/27,00 (Staffel 3)*

Samstag 9.00 – 16.30 Uhr (45 Minuten Pause), 8. März

Anmeldeschluss 28. Februar

VHS in der Spilburg, Steinbühlstraße 5, Raum 1.05

Abbildung 5: Typische Kursankündigung der Kategorie „Resilienz in Verknüpfung mit der Krisen-Thematik“ (Quelle: vhs Wetzlar, Frühjahr 2014, S. 12)

4 Drei Kurse dieser Kategorie führen nicht explizit den Begriff der Krise auf, lassen sich aber dieser Kategorie zuordnen, da schwierige Lebensphasen und belastende Lebensumstände, wie Armut, Krankheit, Traumata oder Verluste thematisiert werden, die sich als Krisen einordnen lassen.

Anhand der Ankündigung wird impliziert, dass Resilienz „Stehaufmenschen“ (vhs Wetzlar, Frühjahr 2014, S. 12) fördere, die Krisen zu bewältigen haben. Es wird in Aussicht gestellt, dass Resilienz in einem Tageskurs trainierbar und „bis ins hohe Alter erlernen- und erweiterbar“ (ebd.) sei. In weiteren Fundstellen werden Krisen als notwendig erachtet, um „manche Stärken und Fähigkeiten erst zu entwickeln“ (vhs Aachen, Frühjahr 2011, S. 64). Passend wird im Titel die häufige Formulierung der „Krise als Chance“ (ebd.) bemüht.

In der Kategorie ist auffällig, dass sich die Fundstellen primär auf Vorträge, Tages- oder Wochenendseminare und weniger auf zeitlich ausgedehntere Angebote beziehen. Wie ein roter Faden zieht sich in dieser Kategorie eine zielgruppenunspezifische Ausschreibung markant durch. Außerdem wird nicht näher spezifiziert, ob es sich um berufliche, familiäre, gesellschaftliche oder gesundheitliche Krisen handelt. Der Verzicht auf eine Spezifizierung verspricht einerseits einen Einbezug vieler Personengruppen und kann positiv als Ansprache und Inklusion verschiedener Bevölkerungsgruppen in verschiedenen Lebenssituationen ausgelegt werden. Andererseits kann kritisiert werden, dass es für Kursleitende nur schwer möglich ist, gleichermaßen den heterogenen Teilnehmendengruppen gerecht werden zu können. Sehr heterogene Gruppen mit unterschiedlichsten Bedürfnislagen und Hintergründen stellen hohe Anforderungen an die Kursleitung im realen Kursgeschehen dar, was aber auch typisch für viele Erwachsenenbildungsveranstaltungen ist.

5.4 Resilienz in Verknüpfung mit Erziehung für Eltern oder Erzieher*innen

Neben den vielen eher unspezifisch ausgeschriebenen Kursen ohne genau erkennbare Zielgruppe konnten Kursankündigungen mit direkter Ansprache von Adressat*innen identifiziert werden. Allen diesen Angeboten ist gemein, dass sie sich an Menschen richten, die für die frühkindliche Entwicklung wichtig sind. In den insgesamt 10 Fundstellen sind dies Eltern und Erzieher*innen und es wird überwiegend thematisiert, wie sie Kinder in der Entwicklung von Resilienz fördern können. Erwachsenenbildung erbringt dabei Leistungen für andere Bildungsbereiche durch Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte oder durch Elternarbeit. Ähnliche Kurse existieren seit Jahrzehnten rund um die Stressthematik (vgl. Käßpinger/Falkenstern 2018). In Bezug zu Erzieher*innen als Adressat*innen fällt der nachfolgende Ankündigungstext auf:

I. POLITIK – GESELLSCHAFT – UMWELT

Erziehung/Pädagogik

„Kinder - stark im Leben (Resilienz)“

Zielgruppe: Erzieher/innen in Kindertagesstätten

Verschiedenste aktuelle Studien zeigen deutlich, wie wichtig das Resilienzkonzept für pädagogisches Fachpersonal in der (früh)kindlichen Bildung ist. Um kindliche Bildungsprozesse gemeinsam mit den Kindern entsprechend der jeweiligen individuellen Bedürfnislagen gestalten zu können, werden im Kurs folgende Lehrgangsziele umgesetzt:

Die Teilnehmer/innen:

- kennen Risiko- und Schutzfaktoren,
- sind in der Lage, sozioökonomisch prekäre Lebenslagen sowie Unterversorgungslagen in anderen Lebensbereichen von Kindern und deren Familien zu deuten und hieran pädagogische Angebote abzuleiten
- kennen Möglichkeiten der Elternarbeit

Die Fortbildung dient dazu, pädagogische Bildungsangebote entsprechend des Thüringer Bildungsplanes vorzubereiten und durchzuführen. Der Kurs ist vom ThILLM zertifiziert und unterstützt die Umsetzung des Thüringer Bildungsplans für Kinder bis 10 Jahre.

Die Fortbildung setzt sich aus zusammen aus: Block 1 (2 Tage á 8 Stunden), Praxiseinheit (8 Stunden), Block 2 (2 Tage á 8 Stunden)

Die Fortbildung wird gefördert durch das Thüringer Ministerium für Wirtschaft, Technologie und Arbeit aus Mitteln des europäischen Sozialfonds.

Ansprechpartner und Anmeldung:

Thüringer Volkshochschulverband e.V.,

Steffi Ehrhardt Tel: 03641-53423-14, Kristin Adam Tel: 03641-53423-17

(Kursnummer: I 512.0102)



01-ABG

22./23.02.+18./19.04.2012, jeweils 9:00-16:00 Uhr
Volkshochschule Altenburg

Dr. Susanne Volkmar
Entgelt: kostenfrei

Abbildung 6: Typische Kursankündigung der Kategorie „Resilienz in Verknüpfung mit Erziehung für Eltern oder Erzieher*innen“ mit Erzieher*innen als Adressat*innen (Quelle: vhs Altenburger Land, Herbst 2011, S. 7)

In der Fundstelle ist die Wissens- und Kompetenzorientierung („Verschiedene aktuelle Studien zeigen...“, „Die Teilnehmenden kennen...“ (vhs Altenburger Land, Herbst 2011, S. 7) besonders auffällig, da es sich um eine vom Bundesland anerkannte/zertifizierte sowie öffentlich zusätzlich geförderte und kostenfreie Fortbildung für Erzieher*innen handelt. Im Vergleich zu den vorherigen Texten fällt diese Ankündigung mit ihrer differentiellen Form und Duktus auf. Während die in den bisherigen Kategorien beschriebenen Kurse sich eher alltagsweltlich orientierten und persönliche Bedürfnisse ansprachen, wird der Kurs sachlich-formal beschrieben. Es erscheint nicht unwahrscheinlich, dass die öffentliche Förderung eine Rolle spielt und die Ankündigung ggf. mit dem Mittelgeber abgestimmt ist bzw. der Text sich an den Mittelgeber indirekt wendet, um Förderung und Legitimität abzusichern. Die Teilnahme der Erzieher*innen könnte empfohlen sein, sodass durch den Kurs keine Weckung von Interessen notwendig ist.

Die Resilienzkurse für Eltern werden anders beschrieben und es werden Familiensysteme wie Eltern, Großeltern und Geschwister angesprochen, welche die kindliche Entwicklung befördern. Dies zeigt die nachfolgende Kursankündigung in typischer Art und Weise:

605 Erziehungsfragen

Mit Resilienz durch die Kindheit zum Erwachsenensein

Der Mensch hält Einiges aus. Schicksalsschläge, schwere Krisen und Krankheiten, Folter, Missbrauch, persönliche Katastrophen, wie den Verlust seines Jobs oder – noch schlimmer – den eines geliebten Menschen. Nicht alle können damit gleich gut umgehen. Diejenigen, die es können, sind zäh und widerstandsfähig. Es sind „Stehaufmännchen“ mit einer entscheidenden Eigenschaft: Resilienz.

In der Psychologie werden damit Menschen bezeichnet, die seelisch in der Lage sind, ohne anhaltende Beeinträchtigung durchzuhalten und schon in kurzer Zeit wieder zur Hochform aufzulaufen. Resilient ist, wer die emotionale Stärke aufbringt, sich von Stress, Krisen und Schicksalsschlägen nicht charakterlich verbiegen zu lassen, sondern das Beste aus dem Unglück zu machen, daraus zu lernen und durch die Leiderfahrung über sich selbst hinauszuwachsen. Eine Eigenschaft, die gerade in schicksalhaften Jahren erforderlicher ist. Resilienz ist förderbar. Eltern und ältere Geschwister können viel dazu beitragen, dass ein Kind Resilienz entwickelt. Amerikanische und andere Wissenschaftler beschäftigten sich mit Familien, die in Armut lebten und deren Eltern eine geringe Bildung hatten. Sie stellten fest, dass sich die Mehrheit ihrer Kinder als resilient erwies. Emotional am stabilsten und schulisch am erfolgreichsten waren jedoch die Kinder aus den Familien, wo sowohl von Eltern (obwohl diese Eltern selbst keine gute Bildung hatten) als auch von älteren Geschwistern viel Wert auf Bildung gelegt wurde und Bildung außerdem nicht als Mittel zum Zweck betrachtet wurde, sondern als Selbstzweck.

Was können wir als Eltern und Großeltern dazu beitragen, dass unsere Kinder und Enkel resilient werden und den extremen Belastungen des Lebens gewachsen sind?

Über die sieben Säulen der Resilienz und deren Erlernbarkeit nicht nur für Kinder, sondern auch für Erwachsene, referiert Bärbel E. Kohler.

Nr. X605101V

Vortrag

mit Anmeldung

Bärbel E. Kohler

Di. 24.01.2012

19:00 – 21:00 Uhr

Weiterbildungszentrum

Hafenstr. 29

Raum 11/12

5,00 €

Abbildung 7: Typische Kursankündigung der Kategorie „Resilienz in Verknüpfung mit Erziehung für Eltern oder Erzieher*innen“ mit Familiensystemen bzw. Eltern als Adressat*innen (Quelle: vhs Neuss, Frühjahr 2011, S. 257)

Im Gegensatz zu den Kursen in den anderen Kategorien steht nicht die Selbstsorge, sondern die Fürsorge für Minderjährige im Zentrum, wobei am Ende die Relevanz für Volljährige („(...) auch für Erwachsene“ (vhs Neuss, Frühjahr 2011, S. 257) nicht unerwähnt bleibt. Nebenbei sei erwähnt, dass in der Ankündigung erneut die Metapher des „Stehaufmännchen“ (ebd.) verwendet wird, die sich auch in anderen Kursen wiederfindet (vgl. Kapitel 5.3).

5.5 Resilienz bezogen auf Persönlichkeiten oder bestimmte (Berufs-)Gruppen

Neben den beschriebenen Kursankündigungen zu Resilienz-Einführungen, bestimmten Thematiken wie „Stress“ oder „Krise“ oder speziellen Zielgruppen wie Eltern oder

Erzieher*innen, konnten weitere Kurse identifiziert werden, die das Resilienzkonzept stark personalisierend zu vermitteln suchen (9 Fundstellen). Dies verdeutlicht z. B. eine Ankündigung, welche das Resilienzkonzept mit Blick auf die Biografie und Persönlichkeit des Nobelpreisträgers Nelson Mandela thematisiert: „Krisen und Rückschläge meistern – Faszination Nelson Mandela“ (vhs Wiesbaden, Herbst 2010, S. 125).

Andere Kurse beziehen sich auf Menschen mit Behinderung (Philippe Pozzo di Borgo, bekannt aus dem Film „Ziemlich beste Freunde“) (vhs München, Frühjahr 2014, S. 24), weitere Kurse beschreiben Resilienz im Kontext von Kriegsgenerationen wie „Die Kinder des II. Weltkrieges“ (vhs Ennepe-Ruhr Süd, Jahresprogramm 2010/2011, S. 136) oder thematisieren Viktor Frankl, der als Mitbegründer des Resilienzkonzepts gilt (vgl. Wiesbaden, Herbst 2011, S. 123).

Insgesamt ist auffallend, dass wenig Ankündigungen identifiziert werden konnten, die direkt auf die Berufswelt Bezug nehmen und Resilienz als Optimierungsansatz für berufliche Probleme offerieren. Lediglich im Programm der vhs Wiesbaden wurde im Frühjahr und Herbst 2013 sowie im Frühjahr 2014 ein einwöchiger Bildungsurlaub für Führungskräfte mit dem Titel „Erfolgreich führen – Burnout vermeiden“ angeboten. Die Entwicklung von Resilienz soll „alltagstauglich angeleitet“ (ebd.) werden.

6 Fazit

Zusammenfassend ist in Bezug auf die Forschungsfragen (vgl. Kap. 1) relativierend und überraschend zu betonen, dass der Resilienzbegriff nicht prominent in den VHS-Programmen vertreten ist und folglich (noch) nicht von einer ausgeprägten Optimierungsorientierung berichtet werden kann.

Rückbindend zur Programmforschung (Fleige et al. 2018) zeigt zum Beispiel Tietgens (2001, S. 37 ff) auf, dass Ideen und Wirklichkeiten der Erwachsenenbildung nicht identisch sind. Es stellt einen Vorteil der Programmforschung dar, dass sich jenseits theoretischer oder relativ allgemeiner Diskurse der alltäglichen Bildungspraxis angenähert werden kann, wenngleich Ankündigung im Programm und Umsetzung im Unterricht differieren können. Dies verdeutlicht, dass die für das Erkenntnisinteresse gewählte Methode der Programmforschung ihre Stärken und Schwächen hat wie jede andere Methode auch.

Insgesamt konnten im Rahmen der explorativ angelegten Programmanalyse zu Resilienzkursen in deutschen VHS-Programmen sechs zentrale Antworten zu den Forschungsfragen ermittelt werden:

Erstens befindet sich das Resilienzkonzept selbst im Wandel, was in Kap. 2 bereits verdeutlicht wurde. Die Forschung ist gegenwärtig zurückhaltender damit, Resilienz entweder als primär angeboren oder als erlernbar einzuordnen. Insofern kann Programmplanenden im Gesundheitsbereich und anderen Programmbereichen geraten werden, die Forschung weiter zu verfolgen. Über Längsschnittstudien wäre in

Zukunft interessant zu verfolgen, ob und wie Kursankündigungen zu Resilienz sich entsprechend dem neuen Forschungsstand wandeln.

Zweitens ließe sich in Bezug zum Thema Optimierung zwar qualitativ ein Beispiel aus den Fundstellen selektiv auswählen, in welchem Selbstoptimierung in einer Kursankündigung via Resilienz in Aussicht gestellt wird, jedoch sind die bislang ermittelten weniger als 100 Fundstellen zu Resilienz quantitativ als marginale quantitative Bedeutung einzuordnen. Allerdings ist das Wachstum der Begriffsverwendung in den letzten Jahren deutlich gestiegen, was Gegenstand von Folgestudien sein könnte. Zum Zeitpunkt des finalen Redigierens dieses Artikels kam es Mitte Juni 2021 zu einem Update des DIE-Programmarchives mit neuen Daten von 2015 bis 2021. Alle neuen Daten konnten in dem Artikel nicht berücksichtigt werden, aber bezogen auf den Indikator „Trefferseiten prozentual zur Gesamtseitenzahl pro Jahr“ (siehe Abb. 1) hat sich der Wert für „Resilienz“ bis ins Jahr 2021 von 0,3 Prozent auf 1,0 Prozent mehr als verdreifacht, was eine Relevanzsteigerung anzeigt. Ggf. führt die Corona-Krise dazu, dass das Resilienzkonzept aktuell eine Art Durchbruch erlebt.

Bislang sind drittens im Kontext des Resilienzbegriffs in unserer Analyse v. a. Einführungskurse am präsentesten. Dies ist wenig erstaunlich, da es ein Teil des Auftrags von VHSn ist, Grundbildung bzw. Basiswissen anzubieten. Kursangebote zu Resilienz müssen somit Resilienz nicht propagieren, sondern können Aufklärungsarbeit zum Verständnis dieses relativ akademischen Begriffs leisten. Inwiefern Resilienz in den Kursen dann kritisch oder unkritisch von Kursleitung und Teilnehmenden diskutiert wird, müsste Forschungsgegenstand von Unterrichtsbeobachtungen sein.

Problematisch ist viertens durchaus, dass in einigen Kursankündigungen eine (schnelle) Erlernbarkeit von Resilienz in Aussicht gestellt wird. Dies sollte kritisch reflektiert werden und zeigt auf, dass der theoretisch-kritische Diskurs zu Resilienz seine Berechtigung hat. Bewältigungskapazität ist zwar ein partiell „lernbasiertes Phänomen“ (Höfler 2016, S. 110); Resilienz kann aber gerade in relativ kurz angelegten Kursen nicht erworben werden. Hier sollte Marketing nicht dazu führen, dass Adressat*innen bzw. Teilnehmenden Unrealistisches bis Unredliches in Aussicht gestellt wird.

Wichtig erscheint fünftens, dass Resilienz ggf. zielgruppenspezifisch besser eingeordnet wird und klarer definiert ist, welche Krisen Kursgegenstand sind (vgl. Kap. 5.3). Angesichts der analysierten Ankündigungen besteht die Tendenz, alle Zielgruppen und alle Krisen mit den Kursen relativ pauschal anzusprechen. Dies mag z. T. ökonomische Gründe haben, um Kurse mit Teilnehmenden zu füllen. Für Lehrende stellt sich jedoch gleichzeitig die mikrodidaktische Herausforderung, mit tendenziell großer Heterogenität umzugehen. Dies ist typisch für die Erwachsenenbildung, jedoch wird z. B. gerade im Sprachbereich nach Niveaus entsprechend dem Europäischen Referenzrahmen unterschieden. Daran anknüpfend könnte in anderen Programmbereichen mehr nach Niveaustufen oder allgemein thematisch noch stärker differenziert werden. Sind familiäre Krisen mit identischer Resilienz zu meistern wie berufliche Krisen? Hier stellt sich Bildungsarbeit eng verbunden mit der Resili-

enzforschung dar: „Für eine effektive und langfristig effiziente Praxis der Entwicklung zielgruppenspezifischer Maßnahmen ist der Ausbau theoretischer, systematisierender und konzeptueller Resilienzforschung unumgänglich“ (ebd., S. 112). Vielleicht kann Optimierung bedeuten, dass Bildungsarbeit sich fortlaufend mit dem neuesten Forschungsstand befassen muss und Kurse daran optimierend angepasst werden, damit kein veraltetes Wissen gelehrt wird?

Insgesamt können sechstens die relativ geringe Nutzung und die oft eher einführende Verwendung des Resilienzbegriff an VHSn als eine Absage an eine unkritische Optimierung interpretiert werden. Ob VHSn generell eher mehr oder weniger dem Optimierungsparadigma folgen, kann hier nicht geklärt werden. Der Resilienzbezug allein weist zumindest nicht darauf hin. Vielleicht ist der Begriff mit seiner akademischen Abstraktheit nicht attraktiv für die Bildungsarbeit? Gerade in ländlichen Räumen wird er deutlich weniger als in städtischen VHSn verwendet. Ob der Popularisierungsschub durch Corona in der Bekanntheit des Begriffs dies verändert, bleibt zu verfolgen. Resilienz sollte nicht als ein ausschließlich individuelles Konzept verstanden werden: „Individuelle Lebensanforderungen stehen immer im Spannungsfeld gesellschaftlicher Problemlagen“ (ebd., S. 105). Die (kritische) Beschäftigung mit Resilienz kann gerade ein Anlass dafür sein, gesellschaftliche Problemlagen zu erkennen, besser zu verstehen und Veränderungen anzustreben, die über Optimierungen hinausgehen, sodass nicht Selbstoptimierung das Ziel ist. Es wird interessant sein zu verfolgen, wie sich der Umgang mit Resilienz in Erwachsenenbildungskursen weiter entwickeln wird, da sowohl affirmative als auch kritische Bildungsarbeit in der Beschäftigung mit dem Begriff praktiziert werden kann.

Literaturverzeichnis

- Deutsche Gesellschaft für Erziehungswissenschaft (DGfE) (2020). *OPTIMIERUNG als Thema des 27. DGfE-Kongresses vom 15.-18. März 2020 in Köln*. URL: <https://dgfe2020.uni-koeln.de/dgfe2020-optimierung> [Abrufdatum: 03.05.2021].
- Felden, H. von (Hrsg.) (2020). *Selbstoptimierung und Ambivalenz*. Wiesbaden: Springer.
- Fleige, M., Gieseke, W., von Hippel, A., Käpplinger, B. & Robak, S. (2018). *Programm- und Angebotsentwicklung in der Erwachsenen- und Weiterbildung*. Bielefeld: wbv.
- Fraunhofer-Institut für System- und Innovationsforschung (ISI) (2020). *Bouncing forward – Wie Erkenntnisse aus der Resilienzforschung in der Corona-Krise helfen können*. URL: <https://www.isi.fraunhofer.de/de/blog/2020/resilienz-corona-krise.html> [Abrufdatum 03.05.2021].
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (2019). *Resilienz*. 5. Aufl. München: Ernst Reinhardt.
- Gabriel, T. (2005). Resilienz – Kritik und Perspektiven. *Zeitschrift für Pädagogik*, 51 (2), S. 207–217.
- Garmezy, N. (1984). Children vulnerable to major mental disorders. Grinspoon L. (Hrsg.): *Psychiatric update*. 3. Aufl. Washington: American Psychiatric Press, S. 91–104.

- Götze, U. (2013). *Resilienzentwicklung im Personalmanagement*. Wiesbaden: Springer.
- Hammond, C. (2004). Impacts of lifelong learning upon emotional resilience, psychological and mental health: fieldwork evidence. *Oxford Review of Education*, 30 (4), S. 551–568.
- Höfler, M. (2016). Bewältigungskapazität als Bildungsauftrag. Wink R. (Hrsg.): *Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung. Studien zur Resilienzforschung*. Wiesbaden: Springer, S. 101-121. doi: https://doi.org/10.1007/978-3-658-09623-6_5.
- Käpplinger, B. (2008). Programmanalysen und ihre Bedeutung für pädagogische Forschung. *Forum Qualitative Sozialforschung*, 9 (1). URL: <https://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/333/727> [Abrufdatum: 23.02.2021].
- Käpplinger, B. & Falkenstern, A. (2018). Wann und wie kam der „Stress“ in die Volkshochschulprogramme? *Spurensuche*, 27, S. 155–167.
- Laucht, M., Schmidt, M. H. & Esser, G. (2000). Risiko- und Schutzfaktoren in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. *Frühförderung interdisziplinär*, 3, S. 97–108.
- Leipold, B. (2015). *Resilienz im Erwachsenenalter*. München: Ernst Reinhardt.
- Liossis, P. L., Shochet, I. M., Millear, P. M. & Biggs, H. (2009). The Promoting Adult Resilience (PAR) Program. *Behaviour Change*, 26 (2), S. 97–112.
- Lösel, F. & Bender, D. (2008). Von generellen Schutzfaktoren zu spezifischen protektiven Prozessen. Opp G. & Fingerle, M. (Hrsg.): *Was Kinder stärkt: Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*. 3. Aufl., München und Basel: Ernst Reinhardt, S. 57–78.
- Mayer, R., Thomson, C. & Wimmer, M. (2013). *Inszenierung und Optimierung des Selbst*. Wiesbaden: Springer VS.
- Reichart, E., Heuer, K. & Hülsmann, K. (2008): Neuer Service für die Programmforschung. *DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung*, 15 (4), S. 46–48. doi: 10.3278/DIE0804W046.
- Reichart, E., Huntemann, H. & Lux, T. (2019). *Volkshochschul-Statistik 57. Folge, Berichtsjahr 2018*, 2. Aufl. Bielefeld: wbv media. doi: 10.3278/85/0022aw.
- Rutter, M. (1989). Pathways from childhood to adult life. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 30, S. 23–51.
- Tietgens, H. (2001). *Ideen und Wirklichkeiten der Erwachsenenbildung in der Weimarer Republik*. Essen: Klartext.
- Weiß, M., Hartmann, S. & Högl, M. (2018). Resilienz als Trendkonzept. Karidi M., Schneider M. & Gutwald R. (Hrsg.): *Resilienz. Interdisziplinäre Perspektiven zu Wandel und Transformation*. Wiesbaden: Springer, S. 13-32. doi: https://doi.org/10.1007/978-3-658-19222-8_2.
- Wellensiek, S. (2011). *Handbuch Resilienz-Training*. Weinheim: Beltz.
- Werner, E. E. & Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife*. Ithaca: Cornell University Press.
- Wustmann, C. (2004). *Resilienz: Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. Weinheim und Basel: Beltz.

Autor und Autorin

Prof. Dr. Bernd Käpplinger hat seit 2015 den Lehrstuhl für Weiterbildung an der Justus-Liebig Universität Gießen inne. Zuvor war er u. a. Juniorprofessor an der Humboldt-Universität zu Berlin von 2010 bis 2015. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählen Programmforschung, Bildungsberatung und Betriebliche Weiterbildung.

Kontakt

Justus-Liebig-Universität Gießen
FB03/Institut für Erziehungswissenschaft
Professur für Weiterbildung
Karl-Glöckner-Str. 21 B
35394 Gießen
bernd.kaepplinger@erziehung.uni-giessen.de

Caroline Dietz, M. A., hat Erziehungswissenschaft mit dem Schwerpunkt Außerschulische Bildung an der Justus-Liebig-Universität Gießen studiert. Seit April 2021 ist sie dort an der Professur für Weiterbildung als wissenschaftliche Mitarbeiterin und Lehrbeauftragte tätig. Zu ihren Forschungsschwerpunkten zählen Betriebliche Weiterbildung, Personalentwicklung und Programmforschung.

Kontakt

Justus-Liebig-Universität Gießen
FB03/Institut für Erziehungswissenschaft
Professur für Weiterbildung
Karl-Glöckner-Str. 21 B
35394 Gießen
caroline.dietz@erziehung.uni-giessen.de