

Liebe Leserinnen und Leser,

für die aktuelle Ausgabe haben wir ein Thema gewählt, das sich schon seit Längerem einer großen Aufmerksamkeit erfreut. In vielen Zeitschriften ist von Resilienz die Rede und auch der Blick in die Auslagen von Buchhandlungen macht deutlich, dass am Thema Resilienz scheinbar niemand vorbeikommt.

Dabei ist die Definition von Resilienz weniger eindeutig, als man annehmen würde. Der Begriff stammt ursprünglich aus der Materialwissenschaft und bezeichnet dort Materialien, die nach einer elastischen Verformung ohne Schaden in ihren Ausgangszustand zurückgebracht werden können. Sie sind biegsam und gleichzeitig besonders stabil. Übertragen auf den Menschen oder seine psychische Verfassung könnte man also sagen: Resilienz ist die Fähigkeit, sich bestimmten Umständen anpassen zu können, ohne darunter zu leiden. Doch nur um unsere Anpassungsfähigkeit geht es eben nicht.

PsychologInnen verstehen unter Resilienz das Vermögen eines Menschen, eine Art seelische Widerstandskraft zu entwickeln, die es ihm erlaubt, auch in schwierigen Situationen oder akuten Krisen seelisch und körperlich gesund zu bleiben – oder aus solchen Krisen sogar gestärkt und mit neuen Perspektiven hervorzugehen. Besonders wichtig scheint dabei die Tatsache, dass Resilienz keine angeborene Eigenschaft ist, sondern durchaus gelernt werden kann. Dennoch muss man sich bewusst machen, dass ein solcher Lernprozess nach keinem festen Schema und nicht für jeden Menschen gleich schwer oder einfach verläuft. Es ist ein Trugschluss zu glauben, die Entwicklung von Resilienz sei etwas, das jede und jeden ohne große Mühe vor Burn-out, Stress und Arbeitsüberlastung schützen könne – so wie es manche Ratgeberliteratur zu vermitteln versucht.

Den verschiedenen Facetten von Resilienz gehen unsere AutorInnen in unserem Schwerpunkt nach. Sie stellen gängige Resilienzkonzepte vor und zeigen, wie in unterschiedlichen Lebensbereichen mit dem Thema umgegangen wird: etwa in der Schule oder am Arbeitsplatz. Zudem wird ein Blick auf die Resilienzforschung geworfen, die mit neurowissenschaftlichen Methoden untersucht, in welchen Bereichen unseres Gehirns Resilienz „entsteht“ und warum sie bei einigen Menschen ausgeprägter ist als bei anderen.

Darüber hinaus werden aktuelle Entwicklungen aus der Gesundheitspolitik beleuchtet: Ist die Entscheidung für eine generalistische Pflegeausbildung zukunftsfähig? Welchen Nutzen haben die neu eingerichteten Terminservicestellen, die gesetzlich Versicherte dabei unterstützen sollen, schneller einen Facharzttermin zu bekommen? Und werden Krankenkassen künftig die Kosten für Cannabis zu medizinischen Zwecken übernehmen müssen? Diesen und anderen Fragen widmen sich unsere AutorInnen außerhalb des Schwerpunkts.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.
Herzliche Grüße aus der Redaktion!



Franca Liedhegener
Franca Liedhegener