

# Resilienz

Migration – Herausforderung  
und Chance



# Definition

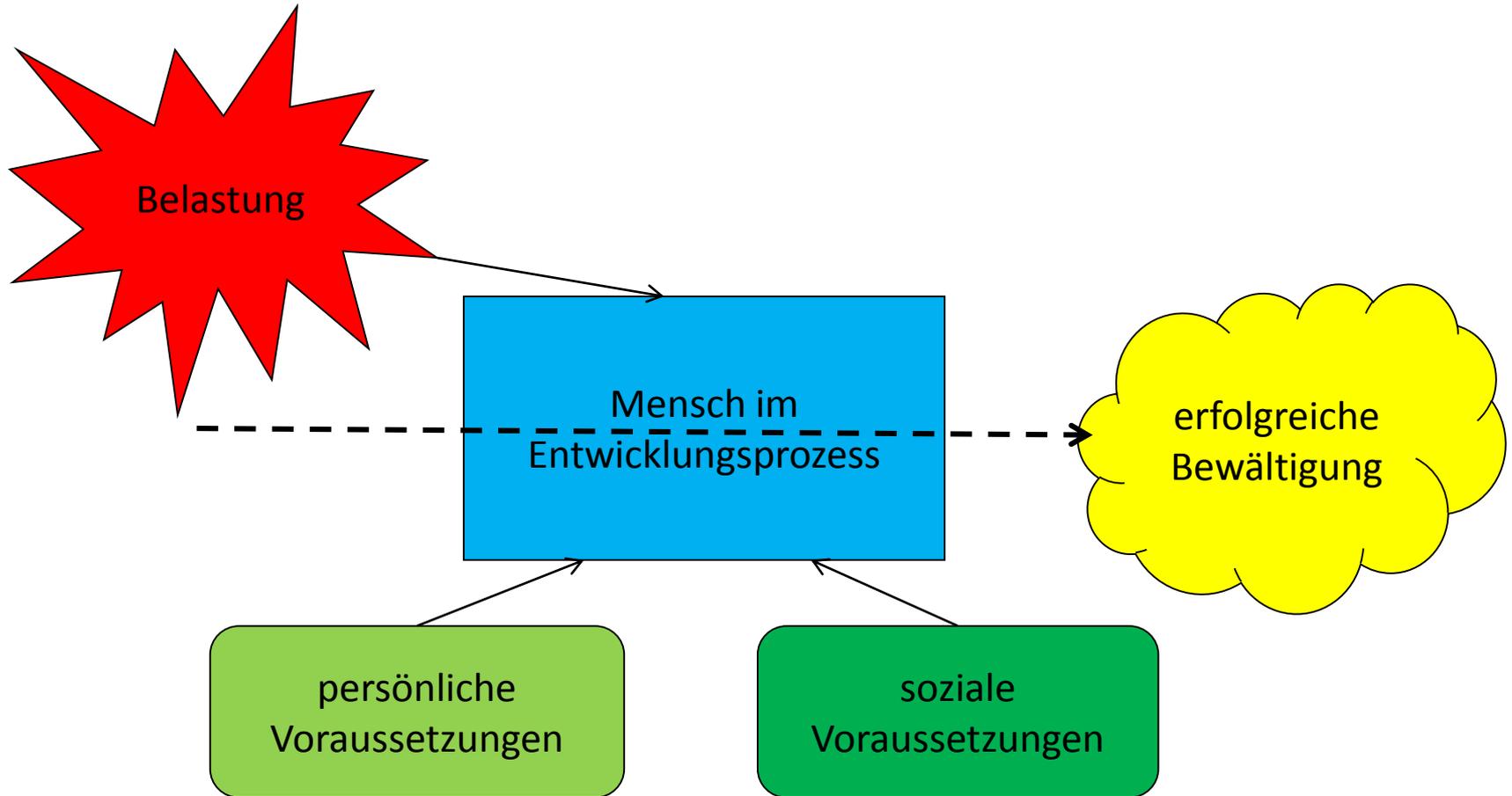
„**resilience**“ =  
Widerstandsfähigkeit,  
Spannkraft, Elastizität



→ erfolgreicher Umgang mit belastenden  
Lebensumständen und negativen Stressfolgen

→ **Psychische Widerstandsfähigkeit** gegenüber  
biologischen, psychologischen und psychosozialen  
Entwicklungsrisiken

# Modell



# Resilienz ist...

nicht angeboren

keine stabile Unverwundbarkeit

nicht auf alle Lebensbereiche übertragbar

alle biopsychosozialen Faktoren betreffend



# Migration als Herausforderung

- Bruch im Lebensverlauf
- mangelnde Sprachkenntnisse
- Verlust von Bindungen und gewohnter Lebensumwelt
- kulturelle Orientierungsprobleme
- abgleichen von Normen und Werten
- rechtliche oder soziale Problemlagen
- Status- und Anerkennungsdefizite



# Kinder/Jugendliche und Migration

Herausforderungen im Lebensalter  
Herausforderungen durch Migration

➤ erhöhen die Belastungen



# Migration als Entwicklungschance

- Ziel der (Weiter-)Entwicklung
- Mobilität als positiver Begriff
- viele Stärken wirksam

(vgl. Haci-Halil Uslucan)



# mehrere Kulturen als Chance

- Verbinden beider Kulturen – hohe Flexibilität
- Innen- und Aussenblick
- bewusste Lebensgestaltung und flexible Identität – grosse ICH Stärke

(vgl. Haci-Halil Uslucan)



# mehrere Sprachen als Chance

- Zweisprachigkeit sehr geschätzt
  - kann schulische und berufliche Möglichkeiten eröffnen
  - kognitive Entwicklung
- gemeinsame Familiensprache

(vgl. Haci-Halil Uslucan)



# Bedeutung von sozialen Netzen

„Wer einsam und allein ist, hat es schwer, resilient zu sein bzw. zu werden“

(Gragert und Seckinger, 2007)



# Bedeutung von Beziehungen

- mind. eine stabile Bezugsperson (ausserhalb der Familie) grösster Schutz
- enge Familienbindung
  - Schutz und Herausforderung
- kulturelle Netzwerke
  - Schutz und Herausforderung

(vgl. Michel und Sattler)



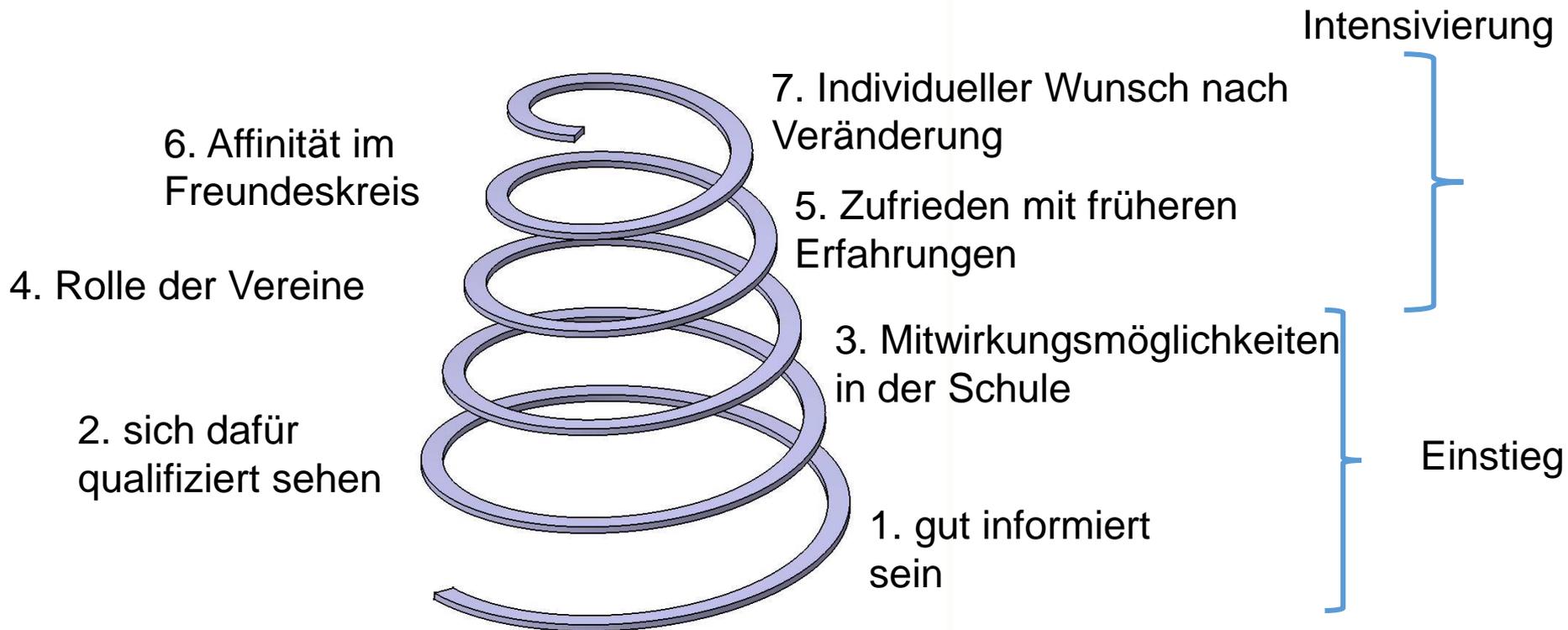
# Wie kann man Resilienz fördern?

- über Gefühle sprechen
- Umgang mit Schwierigkeiten vorleben
- Verantwortung übertragen
- helfen Beziehungen zu leben
- etwas zu trauen
- nicht vorschnell helfen

(vgl. Fröhlich-Gildhoff, Rönna-Böse)



# Partizipationsspirale



Fatke et al. 2006; Fatke/Schneider 2007

# Vielen Dank!

