

Dossier zur Bildung für nachhaltige Entwicklung

Emotionen, Resilienz und Bildung für nachhaltige Entwicklung – was kann junge Menschen im Wandel stärken?

53. Netzwerk-Treffen BNE

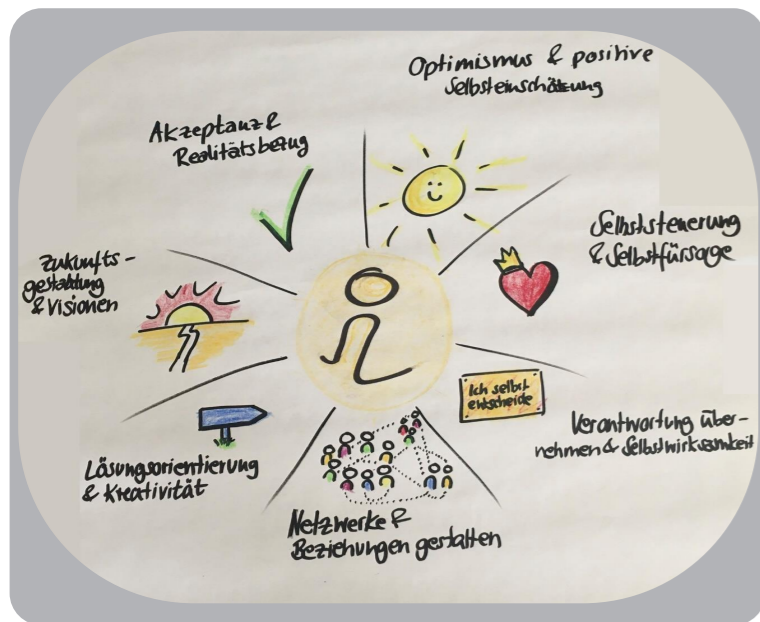
Nr. 35/April 2024

Der Resilienz-begriff hat in den vergangenen Jahren eine ähnliche Entwicklung erlebt, wie zuvor das Konzept Nachhaltigkeit: Es gibt beispielsweise resiliente Systeme und unsere Fähigkeit zur Resilienz lässt uns Herausforderungen und Krisen bestehen – eine ungefähre Vorstellung der Bedeutung des Begriffs ist mittlerweile vorzusetzen. Im Fokus des 53. Netzwerk-Treffens stand nun der Bezug zu Umweltfolgen, allen voran der Klimawandel und die damit – möglicherweise – verbunde-

ne Klimaangst. Was kann Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) in diesem Kontext leisten? Welche Ansätze der BNE decken sich bereits mit den Erkenntnissen der Resilienzforschung für psychische Gesundheit? In welchen Bereichen sollte BNE neue Aspekte berücksichtigen oder womöglich Konzepte überarbeiten, um insbesondere bei Kindern und Jugendlichen keine Emotionen auszulösen oder zu verstärken, die statt Handlungsfähigkeit den gegenteiligen Effekt erzielen?

Klimapsychologie und das Resilienzkonzept bieten Anknüpfungspunkte, um Zukunftskompetenzen zu entwickeln, gerade in Zeiten eines verstärkten Wandels. Für tragfähige Lösungs- und Handlungsstrategien stellt die psychische Widerstandskraft ein Schlüsselement dar. Wir brauchen sie, um Krisen zu meistern: die Entwicklung nachhaltiger Lebensstile, für Natur- und Klimaschutz und zum friedvollen Zusammenleben in einer diversen Gesellschaft.

Steffi Kreuzinger von Ökoprosjekt MobilSpiel e.V. – Veranstalter des Netzwerk-Treffens – leitete den Abend ein, zu dem knapp 50 Interessierte aus verschiedenen Bereichen und mit unterschiedlichen Zugängen zu BNE in den zukunftssalon des oekom Verlags in München gekommen waren. Nach der Einführung der Referentinnen stellten sich die Teilnehmer:innen kurz vor.



Resilienzzyklus – die 7 Säulen der Resilienz (Darstellung von Katja Franke in ihrem Vortrag „Resilienz – auf die Ressourcen kommt es an. Was junge Menschen im Wandel stärken kann“)

Resilienzkonzept fokussiert auf die innere Widerstandskraft

Dipl. Pädagogin Katja Franke ist Bildungsreferentin im Münchner Kreisjugendring (KJR) in den Themenbereichen Nachhaltigkeit und Demokratiebildung und Expertin für Resilienz. In ihrem Vortrag erklärte sie zunächst die Grundlagen des Resilienzkonzepts, das ursprünglich aus der Materialkunde stammt. Resilienz bezeichnet dort die Fähigkeit eines Materials, beispielsweise nach einer Verformung wieder den ursprünglichen Zustand anzunehmen. Für das pädagogische Handeln bedeutet es, die innere Widerstandskraft in den Fokus zu stellen.

Verletzlichkeit von Kindern und Jugendlichen berücksichtigen

„Resilienz ist, was ihr alle bereits an ganz vielen Ecken in eurer Arbeit macht“, schlägt Franke den Bogen zu BNE: „Sie ist gewissermaßen ein neu geordnetes Konzept alter Mechanismen.“ (Globale) Krisen wie der Klimawandel werden auch von Kindern und Jugendlichen als Bedrohung wahrgenommen. Deutlich stärker als bei Erwachsenen müsse in der Bildungsarbeit jedoch stets berücksichtigt werden, dass diese Zielgruppe nicht denselben Einfluss auf ihr Entwicklungsumfeld nehmen könne: Kinder können sich beispielsweise weder entziehen, wenn ihnen ein Thema „zu viel“ wird, noch haben sie vergleichbare Mittel um Veränderungen anzustoßen.

Woher stammt das Resilienzkonzept?

Nach dem Einstieg erläuterte Franke in groben Zügen die Entwicklung des Resilienzkonzepts. Der Soziologe Aaron Antonovsky entwickelte das salutogenetische Modell, das die Grundlage für die spätere Resilienzforschung bildet. Im Kern geht es um einen anderen Blick auf Gesundheit, weg von den Risikofaktoren, hin zu den Faktoren, die vor Krankheit schützen. Die Resilienzforschung untersucht entsprechend, wie mit Krisen umgegangen wird, welche Ressourcen und Einflussfaktoren bei deren Überwindung helfen können.

Bildung muss Krisenkompetenz vermitteln

Franke nennt zur Verdeutlichung den „Resilienzbaum“: „Wir kommen mit den Wurzeln auf die Welt, werden aber stark durch das geprägt, was ›oben‹ passiert. Erlebnisse und Ereignisse, die nicht zu stark sind, stärken diesen Baum. Extreme Erfahrungen hingegen lassen ihn brechen.“

Bildung müsse entsprechend dem Auftrag folgen „so viel zu rütteln, dass Krisen überstanden werden können“. Neben Umweltwissen können und sollten somit zentrale Schutzfaktoren (auch) von den Bildungsinstitutionen vermittelt werden.

„Eine Erkenntnis aus der Resilienzforschung: Bei Umweltbildung sollte immer mitbedacht werden, dass Kinder anders betroffen sind, dass sie weniger Möglichkeiten haben, aktiv Einfluss zu nehmen.“

Katja Franke,
Expertin für Resilienz
und Salutogenese.

Sieben Säulen der Resilienz

Die genannten Faktoren stellte Franke anhand des Resilienzzyklus vor, im Kern handelt es sich um:

- Akzeptanz und Realitätsbezug
- Optimismus und positive Selbsteinschätzung
- Selbststeuerung und -fürsorge
- Verantwortungsübernahme und Selbstwirksamkeit
- Netzwerke und Beziehungen gestalten
- Lösungsorientierung und Kreativität
- Zukunftsgestaltung und Visionen

Für die pädagogische Arbeit lassen sich davon einige Handlungsempfehlungen ableiten, etwa der Fokus auf Ressourcen zur Problembewältigung statt auf Risiken. Herausforderungen und Krisen gehören zum Leben und ermöglichen es, an ihnen zu wachsen. Kinder und Jugendliche müssen gleichermaßen dabei unterstützt werden, ihre Emotionen zu akzeptieren und ihre Fähigkeiten einzuschätzen. Es gilt nicht den Blick durch die „rosarote Brille“ zu vermitteln, sondern eine Lösungsorientierung entlang realistischer Parameter.

Der Klimaangst resilient begegnen

Als zweite Referentin erläuterte die Diplompsychologin Nadja Hirsch vom Institut für Klimapsychologie Wahrnehmung und Umgang von Kindern und Jugendlichen mit Umweltproblemen, allen voran der Klimakrise.

Hirsch spricht die Teilnehmenden über Emotionen an, flankiert ein Bild von abgestorbenen Bäumen mit zwei Fragen „was denkt ihr dabei?“ und „was fühlt ihr dabei?“ Die Gefühle können ganz unterschiedliche Folgen hervorrufen, daher sei es wichtig, in sich hineinzuspüren, sie zuzulassen ohne zu bewerten: „Es gibt keine guten oder schlechten Emotionen“, erläutert Hirsch. Im Gespräch darüber lassen sich die eigenen Bedürfnisse erkennen und verschiedene Handlungsoptionen ausloten.

Der Klimawandel sorgt für zusätzliche Stressoren, teilweise auch mit körperlichen Folgen.

„Der Klimawandel führt zu zusätzlichen Stressfaktoren mit körperlichen Folgen. Gerade bei Kindern und Jugendlichen betrifft das auch die Frage ›wie viel Medienkonsum mute ich mir zu.‹“

Nadja Hirsch,
Institut für
Klimapsychologie

Der BNE komme hier die Aufgabe zu, nicht nur über die Fakten aufzuklären, sondern auch über die Möglichkeiten sich Informationen zu erhalten, etwa über verringerten Medienkonsum.

Stressoren im Klimawandel

Neben realen Veränderungen fordert die Klimakrise auch im zwischenmenschlichen Bereich heraus, erläutert Hirsch, beispielsweise durch das „Finger pointing“: „Innerhalb von Gruppen – beispielsweise von Klimaschützer:innen – kann dies den Druck erhöhen, sich besonders umweltschonend zu verhalten und womöglich ausgrenzen.“ Gerade bei Aktivist:innen seien nicht selten Symptome von Burn-out und Depression zu erkennen, „sie sehen kein Licht mehr.“

Eine Repräsentativumfrage der BARMER unter Jugendlichen fragte 2022/2023 unter anderem nach Zukunftsoptimismus, Klimawandel und Gesundheit. Eine Auswahl der Ergebnisse präsentierte Hirsch, auch hier gibt es einen klaren Unterschied in den Emotionen zwischen Alt und Jung: Zum einen sind die Jungen de facto stärker von den Klimafolgen betroffen, zweitens aber entwickle sich der präfrontale Cortex bis zum 25. Lebensjahr. Dieser Teil des Gehirns



Teilnehmer:innen beim 53. Netzwerk-Treffen im zukunftssalon des oekom Verlags (Foto: Steffi Kreuzinger)

steuert unter anderem den Umgang mit Risiken, Ängste könnten sich so stärker entwickeln als bei Erwachsenen.

Umgang mit Klimaangst in der BNE

In der abschließenden Diskussionsrunde zeigte sich, dass die Problematik in der pädagogischen Arbeit spürbar ist. Nadja Hirsch gab Antworten auf die Frage nach Warnzeichen (Stimmung bis hin zu Kontrollverlust der Alltagsaufgaben) oder dem Umgang mit Klimaleugner:innen („klar sagen: ›Du musst nicht diskutieren.‹“)

Abschließend lässt sich festhalten, dass Kreativität eine Kernkompetenz im Umgang mit Krisen ist und entsprechend gefördert werden sollte. Emotionen und Reaktionen der Kinder und Jugendlichen müssen beachtet und the-

matisiert werden. Gefühlen des „Ausgeliefertseins“ lässt sich begegnen, indem einen Schritt zurückgetreten wird: Was tut mir gut? Welche Bedürfnisse habe ich (gerade)? Hier gilt es nicht die große Lösung (für das große Problem) in den Fokus zu stellen, sondern die direkten Möglichkeiten zu fördern. Dazu gehört auch, bereits Erreichtes nicht kleinzureden und das Gefühl der Selbstwirksamkeit zu erhalten.

Für die Bildungsarbeit heißt das, neben Fakten die gemeinsame Suche nach dem richtigen Weg zu vermitteln, den Umgang mit Krisen. Im Schlusswort formulierte Steffi Kreuzinger zugleich einen Arbeitsauftrag: „BNE bleibt politisch. Und wir müssen uns fragen, was an systemischer Veränderung in unserer Verantwortung liegt.“

Service

Kontakt:

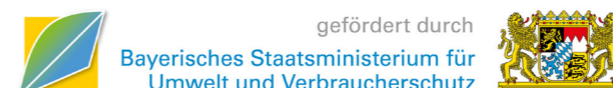
Katja Franke, Dipl. Pädagogin und Bildungsreferentin für Resilienz und Salutogenese.
Tel.: 0179/5269385, kontakt@katja-franke.de

Nadja Hirsch, Institut für Klimapsychologie.
c/o Coachoo GmbH, Konrad-Zuse-Platz 8,
81829 München, Tel.: 089/51112392,
kontakt@institut-psychologie.de,
https://institut-klimapsychologie.de

Literatur + Projekte:

Lea Dohm, Mareike Schulze:
Klimagefühle: Wie wir an der Umweltkrise wachsen, statt zu verzweifeln | Die „Psychologists for Future“ über die psychologischen Folgen der Klimakrise

Förderung:



www.droemer-knauer.de/buch/lea-dohm-mareike-schulze-klimagefuehle-9783426286159

Naturerlebniszentrum Burg Schwaneck:
Modellprojekt 2022-23 zu Resilienz. www.naturerlebniszentrum.org/naturerlebniszentrum/projekte/weltbuergerinnen-fuer-einen-klimafreundlichen-wandel-2020-2021-1

Impressum:

Netzwerk Bildung für nachhaltige Entwicklung
Dossier zur Bildung für nachhaltige Entwicklung ©
Text & Layout: Volker Eidems, www.greentext.de
Fotos: siehe Bildunterschrift
Hrsg.: Ökoprojekt MobilSpiel e.V., Welschstr. 23, 81373 München
Tel. 089/7696025
oekoprojekt@mobilspiel.de
www.oekoprojekt-mobilspiel.de

