

Ulrike Kurth,

Soziale Distanz, innere Isolation und Resilienz - ein Erasmus+ - Projekt

Die Maßnahmen, die in der Folge der Coronapandemie seit März 2020 überall in Europa und der sonstigen Welt ergriffen worden sind, haben vielfältige Auswirkungen auf die Menschen gehabt. Verschiedene Regelungen (Lockdown, Homeoffice, Kontaktverbot, Storno bei Kultur, Tourismus, Sport etc.) führten zu unterschiedlichen Reaktionen in der Bevölkerung. Überall war man bemüht Strategien zu entwickeln, um in dieser Situation von Blockaden, Verboten und Sperrungen möglichst kreativ Alternativen zu finden.

Bereits in der Phase gab es parallel zu den vielfältigen Beschränkungen Erhebungen, wie Menschen mit den verordneten Einschränkungen umgingen, wie sie sich mit der ungewohnten Situation arrangierten, in welchen Situationen sie Hilfe und Unterstützung von außen brauchten. Die Situation war nicht vorhersehbar und niemand konnte auf erlernte Verhaltensmuster zurückgreifen (vgl. Benoy 2020: S. 23¹). Der Unterschied zu anderen Erkrankungen wurde auch dadurch deutlich, dass das Coronavirus nicht nur Einfluss auf die eigene Gesundheit hatte, sondern auf die ganze Gesellschaft.

Die Eindämmungsmaßnahmen zielten vor allem darauf ab, den unmittelbaren Kontakt so weit wie möglich einzuschränken bzw. zu reduzieren, um die Verbreitung des Virus zu verhindern. Das zeitigte allerdings Auswirkungen auf die menschliche Psyche. Menschen sind soziale Wesen, der Kontakt zu anderen löst im menschlichen Gehirn positive Gefühle wie Verbundenheit, Glück und Sicherheit aus. Wird dieser Kontakt eingeschränkt, zeichnen sich negative Auswirkungen auf die Psyche ab, unter anderem lässt sich ein erhöhtes Stressgefühl feststellen. In Stresssituation zeigen Menschen unterschiedliche Reaktionen und entwickeln Symptome und Leiden, die vielfältig sein können (vgl. Benoy 2020: S. 24²).

In dieser Phase fielen häufig die Begriffe „Soziale Distanz“ und „Resilienz“. Für beide Termini gilt, dass sie nicht exakt definiert sind, Bei genauerer Recherche findet sich eine Vielzahl von Definitionen, die sich durchaus unterscheiden. Soziale Distanz hat ursprünglich eine positive Füllung, nämlich die Distanz zum anderen, die dem Individuum einen akzeptablen, als angenehm empfundenen Abstand zusichert. Ursprünglich handelt es sich hierbei um kulturabhängige, unterschiedliche große Abstände, die Menschen im Umgang mit Mitmenschen zulassen bzw. die sie gegen andere verteidigen. („Proxemik“: vgl. E.T. Hall, 1966)³. Diese Freiräume werden Distanzzonen genannt und dienen den Menschen als Schutz ihrer Privat- bzw. Intimsphäre. Die amtliche Verpflichtung zur Distanz (nicht in einem gemeinsamen Raum sein, nicht mit mehr als fünf Personen zusammen essen, bei öffentlichen Veranstaltungen nur jede zweite Reihe und jeden zweiten Stuhl besetzen), die Abstände, die während der Pandemie verpflichtend eingehalten werden mussten, führten

¹ Benoy, C. (2020): Psychologische Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der einhergehenden Maßnahmen – ein Überblick. S. 23, URL: https://medien.ubitweb.de/pdfzentrale/978/317/039/_1_9783170393967.pdf. (Abruf 04.07.2021).

² Ebenda, S. 24

³ E. T. Hall (1966), The Hidden Dimension. Garden City, New York

dann allerdings zu einer negativen Konnotation. Soziale Distanz wurde nicht länger als Frei- und Schonraum empfunden, sondern als leere Zone, in der Vereinsamung und Isolation drohten.

Ähnlich verhält es sich mit dem Begriff der Resilienz, der zwar auch seit ca. 2004 in der pädagogischen und psychologischen Literatur immer wieder auftritt, aber ohne wirklich inhaltlich genau bestimmt zu werden. „Mit der Resilienzbestimmung wird eine Bündelung bzw. eine Geltungsbegründung einer schwer fassbaren und zwischen Zufall und Strategie, Produkt und Prozess, Wollen und Sollen, Eigenschaft und Fähigkeit oder Person und System pendelnden Kategorie angestrebt.“⁴ Reiter stellt fest, dass der Begriff Resilienz nicht eindeutig festgelegt und in ihren Ausführungen stellt sie darüber hinaus fest, dass sich auch durchaus widersprüchliche Deutung finden: „Sie ist – wie viele wissenschaftliche Konstrukte der Neuzeit - polyreferenziell, interaktiv, multivalent, transdisziplinär, mehrdimensional und sozial divergent, und daher schwer zu erfassen.“⁵ Das mag ein Grund dafür sein, warum die Diskussion während und im Anschluss an die Pandemie uneinheitlich geführt wurde. Die einen forderten resiliente Menschen, um Krisen zu meistern, die anderen attestierten den resilienten Menschen, dass sie besser geeignet sind, Krisen zu meistern als andere, aber die Faktoren, aber wodurch Resilienz im Menschen angelegt ist, welche Faktoren diese Widerstandsfähigkeit fördern und wodurch Menschen gestärkt werden, wird nach wie vor uneinheitlich diskutiert.

Inzwischen scheint sich in der Pädagogik und der Psychologie allerdings die Annahme durchzusetzen, dass die Widerstandsfähigkeit des Menschen kontinuierlich gefördert werden muss, was heißt, dass immer wieder kleine Krisen überwunden werden müssen, um mit der Erfahrung, diese gemeistert zu haben, gestärkt weiterzuleben. Auf diesen Annahmen basiert auch das Stufenmodell von Eriksons⁶, das acht Stufen beschreibt, die im Laufe des menschlichen Lebens durchgestanden und überstanden werden müssen. Auch Erikson geht davon aus, dass die jeweils nächste Entwicklungsstufe nur erreicht werden kann, wenn die Krise der vorausgegangenen Phase erfolgreich gemeistert wurde.

Ursula Nuber hat 2010 das Modell der „Sieben Säulen“⁷ entwickelt, die Resilienz markieren. Dieses Modell ist seither häufig übernommen, modifiziert und auf vor allem auf den Bereich Coaching übertragen worden. Aber das ist eine ganz spezielle Form des Trainings, die nicht auf die Entwicklung des Menschen übertragen werden kann. Coaching ist ein spezielles Training, in dem Alltagssituationen reduziert werden und in dem auf spezielle, ausgewählte Aspekte fokussiert wird. Somit ist es nur ein Ausschnitt unserer Alltagserfahrungen und kann nicht generalisiert werden. Nuber sagt, „wer in der Lage ist, sich in Krisenzeiten auf seine Kompetenzen zu besinnen und diese zu nutzen, bekämpft nicht nur übermäßige

⁴ Krystyna Reiter, Resilienz im Diskurs der Bildungswissenschaft und Frühpädagogik, Dissertation an der PH Karlsruhe, veröffentlicht im Internet, Abgabe 01.09.2022, S. 15, zuletzt aufgesucht: 10.12.2023

https://phka.bsz-bw.de/frontdoor/deliver/index/docId/364/file/Dissertation_KrystynaReiter_2022.pdf

⁵ Ebenda, S. 16

⁶ Erik H Erikson, (1993) [1950]: *Childhood and Society*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

⁷ Die sieben Säulen, die U. Nuber für die Entwicklung von Resilienz benennt, sind: Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Opferrolle verlassen, Verantwortung übernehmen, Netzwerkorientierung, Zukunftsplanung

Verzweiflung, sondern hat sogar die Chance, gestärkt aus der Krise hervorzugehen“⁸. Hier werden Kompetenzen – oder auch Erfahrungen – vorausgesetzt, über die der Mensch bereits verfügt und die in einem bestimmten Krisenszenario aktiviert werden können. Sie ergänzt diese Annahme mit dem Gegenbild: „Nichtresiliente Menschen werden häufig von ihren Denkabkürzungen in die Irre geführt. (...) Das heißt: Sie personalisieren, sie generalisieren, sie katastrophisieren. Wer diese drei Denkstile anwendet, glaubt automatisch, dass er selbst das Problem verursacht hat, dass es andauern wird und unveränderbar ist und dass auch andere Bereiche seines Lebens davon betroffen sein werden. Er wertet die Krise, in die er geraten ist, als persönliches Versagen, glaubt, dass es an seinen mangelnden Fähigkeiten liegt und dass er auch in Zukunft vom Pech verfolgt sein wird“⁹.

Um solche falschen Zuordnungen zu vermeiden und soziale Distanz nicht als Strafe, sondern als Schutz und Resilienz nicht als Ergebnis eines gelungenen Coachings, sondern als Stärke und Widerstandskraft durch Lebenserfahrung zu begreifen, haben sich sechs europäische Partner zusammengetan. Wie wichtig es ist, in diesem Zusammenhang tragfähige Handlungsimpulse zu benennen und deutlich zu machen, welche Möglichkeiten, aber auch welche Grenzen wir in unseren Handlungen erfahren, macht Reiter deutlich, wenn sie sagt: „Im Hinblick auf die faktische Stoßrichtung von Resilienz sorgt die Bildungswissenschaft musterhaft dafür, dass v.a. jene Fragestellungen fortgesetzt werden, die dem falschen Optimismus, der euphorischen Verkürzung oder >entschuldigten< Politik die Stirn bieten und Resilienz fern von universellen Zauberpraxen wissenschaftlich dennoch als nützlich erachten. Gefestigt wird damit eine Sicht auf Resilienz, die keine Erwartungen impliziert, gute Handlungsimpulse aufgreift und sich im bewussten Wirksam-werden-Wollen offenbart. Eingeschrieben in disziplinäre Bildungsdebatten, thematisiert Resilienz die Vorgänge der Selbst- und Weltbezüge in den Grenzen des Machbaren und Gewünschten.“¹⁰

Partnereinrichtungen aus den Ländern Deutschland, Finnland, Irland, Lettland, Litauen und der Slowakei stimmten sich ab und kamen zu der Entscheidung sich im Rahmen eines Erasmus+ - Projektes mit den Reaktionen der Bürger auf Maßnahmen während der Pandemie auseinanderzusetzen. Die Einrichtungen decken ein breites Spektrum im Bildungsbereich ab: von Kunst- und Musikschule (SK), über Familienarbeit (IR), bürgerschaftliches Engagement (FI) bis hin zur Universität (LV, LT). Die koordinierende Einrichtung in Deutschland bildet als Bildungs- und Kulturverein eine Klammer für diese Partner. Im Frühjahr 2022 reichte das Westfälische Forum für Kultur und Bildung e.V. den Antrag zur Förderung einer Lernpartnerschaft ein, deren Gegenstand die Aufarbeitung der Folgen von Kontaktverboten und Krisenerfahrung anhand ausgewählter Beispiele sein soll. Gelungene – aber auch misslungene – Lösungsansätzen sollen gesammelt, vorgestellt,

⁸ Ursula Nuber. Leben mit einer dicken Haut, in: Psychologie heute, Heft 7, 2011, S. 2

⁹ Ebenda, S. 3

¹⁰ Krystyna Reiter, Resilienz im Diskurs der Bildungswissenschaft und Frühpädagogik, a.a.O., S. 326

analysiert und kommentiert werden. Im Sommer 2022 wurde der Antrag genehmigt und im 10/22 startete die Projektarbeit.

Zur Projektidee:

Es ist eine Tatsache, dass durch den Lockdown überall auf der Welt Menschen gezwungen waren, Handlungsroutinen zu unterbrechen und neue Möglichkeiten zu finden, ihren Alltag und ihre Arbeit zu strukturieren. Die Isolation Zuhause hatte Folgen: weniger soziale Kontakte, Verlust der individuellen Freiheit, Verlust alltäglicher Routinen und daraus resultierende mögliche psychische Folgen wie erhöhtes Stressempfinden oder Depressionen. Durch die Isolation wurden einige Stressoren herausgestellt, wie die Unwissenheit der Dauer der Isolation, Angst vor Infektion, unzureichende Versorgung, zu wenig Informationen und Langeweile (vgl. Brooks et al. 2020). Deshalb bezieht unsere Projektarbeit nicht nur auf Lehr- und Lernprozesse, sondern auf viele verschiedene Lebenssituationen, die unter besonderen Voraussetzungen gemeistert werden mussten.

Diese Lösungsstrategien, die erarbeitet wurden, zeigten unterschiedliche Ergebnisse. Es gab Lösungen, die funktionierten und die für eine begrenzte Zeit das Lernen, die Arbeit oder auch öffentliche Zusammenkünfte in Präsenz ersetzen konnten, es gab aber auch Vorschläge und Versuche, die nicht wirklich zur Überwindung der Beschränkungen beitrugen und die eher geeignet waren, die Frustration oder auch die Langeweile, die in dieser Situation der Reglementierung aufgekommen war, zu vergrößern.

Unter Berücksichtigung dieser Aspekte haben die Projektpartner sich für die gemeinsame Arbeit folgende Aufgaben benannt:

- Eine Zusammenstellung zu leisten, welche Strategien während des Lockdowns verwendet wurden
- Eine Analyse vorzunehmen, wie sich diese Lösungsstrategien bewährt haben
- Eine Reflexion darüber anzustoßen, welche Maßnahmen zielführend waren und welche eher nicht
- Einige Lösungsvorschläge zu reduzieren auf kleine Sketche, kurze Szenen, die konkrete Situationen abbilden
- Diese Szenen zu inszenieren
- Eine Präsentation vorzubereiten (Bühne / Video)
- Eine gemeinsame Inszenierung zu probieren, die wie ein Kaleidoskop wirken soll – und möglichst ein kleines Theaterstück / oder eine Videoperformance als Ergebnis zeitigen soll
- Eine kritische Auseinandersetzung zu provozieren, warum einige Lösungsansätze angemessen, andere eher unpassend waren.

Geplant war im ersten Schritt ein Rückblick, im zweiten Schritt ein Ausblick. Die Partner sollten sich kleine Szenen gegenseitig präsentiert, wodurch eine Priorität des Calls 2022¹¹ umgesetzt wurde: „Gemeinsame Werte – bürgerschaftliches Engagement und Partizipation“. Durch den Vergleich und die kritische Auseinandersetzung mit Lösungen, die entwickelt worden waren, sollten Defizite oder auch bessere Möglichkeiten für Lösungen herausgearbeitet werden. Dabei war eine Absicht, das Engagement des Einzelnen in neue Bahnen zu lenken, weil neue Denkanstöße die eigene Haltung und Aktivität verändern können. Damit soll gleichzeitig eine „Verbesserung der Kompetenzen von Pädagogen und anderem Personal in der Erwachsenenbildung“ erreicht werden, denn die Mitarbeiter des Partnerteams sind diejenigen, die die Projektziele gemeinsam erarbeiten.

Der Teamkonzeption entsprechend, sind nicht nur Dozenten aus verschiedenen Bildungsbereichen eingebunden, sondern auch Lernende aus allen Einrichtungen, damit ist der Kreis der aktiv in die Projektarbeit erweitert und es werden zusätzlich „Lernmöglichkeiten geschaffen und gefördert“, die die erwachsenen Lerner in allen Altersgruppen erreichen. Durch die Zusammensetzung der Partnereinrichtungen wurde ein interkultureller und generationsübergreifender Ansatz umgesetzt. Die Arbeit soll für alle Bewusstmachung und Reflexion fördern und so der Überprüfung konkreter Handlungsmuster in Ausnahmesituationen dienen.

Damit leistet die Arbeit in diesem Projekt einen konkreten Beitrag zur Verhütung und Bewältigung von Katastrophen. Wenn wir geübter darin sind, mit Ausnahmesituationen, mit Distanz und sozialer Isolation umzugehen, dann können wir besser Möglichkeiten entwickeln, wie wir Vorsorge treffen und ein – halbwegs – normales Leben beibehalten können. Das ist eng verbunden mit unserer körperlichen und geistigen Gesundheit und unserem allgemeinen Wohlbefinden. Die Gestaltung der Szenen soll als Vorwegnahme verstanden werden.

Projektarbeit

Die letzten zwei Jahre haben gezeigt, wie wichtig soziale Kontakte und Ansprechpartner in vielen Alltagssituationen sind. Wir leben in einer kommunikativen Gesellschaft, in der viel mehr persönliche Kontakte gepflegt werden, als uns vorher wahrscheinlich bewusst gewesen ist. Und unsere Lebenssituationen haben sich verändert: da, wo es früher Großfamilien lebten oder Großeltern in einem Haushalt mit Kindern und Enkelkindern (Mehrgenerationenhaus), gibt es heute isolierte Wohnsituationen: Großeltern in einem Heim, Enkelkinder in Single-Apartments und die Eltern in einer Eigentumswohnung. Dadurch war die soziale Isolation (Kontaktverbot oder Kontaktbeschränkungen) viel intensiver zu spüren als man erwartet hatte.

Kultur- und Sportveranstaltungen wurden auf Eis gelegt und Vereinsamung und Depressionen waren an der Tagesordnung. Feste, berufliche Abschlüsse, Studienerfolge,

¹¹ Die Calls der EU-Kommission zur Einreichung von Projektanträgen weisen jährlich spezifische Prioritäten aus, die bei Antragstellung zu berücksichtigen sind.

Familientreffen – alles ist ausgefallen. ABER Menschen wurden erfinderisch. Es gab verschiedene Lösungsansätze, es gab Ideen und Formate, mit denen Menschen versucht haben, diese neue Situation zu meistern. Dieser bunte Strauß von Ideen war es beispielweise, der das Partnerteam zum Projekt GeCo motiviert hat. Es gab verschiedene Ansätze, wie Begegnungen und Veranstaltungen in Kultur und Sport – zumindest in einem kleinen, reduzierten Format – weitergeführt werden konnten.

Im Projekt werden solche Lösungsansätze gesammelt, analysiert und reflektiert, um in einer reduzierten Variante kleine Sketche daraus zu kreieren. Diese Sketche (ggf. als Video) werden allen Teammitgliedern gegenseitig vorgestellt und im Anschluss soll diskutiert werden, welche Lösungen gelungen scheinen und welche eher als problematisch zu bewerten sind.

Nach einer Phase der Kritik soll es um Modifikation, Veränderung und bessere Ausgestaltung gehen, die Szenen werden addiert und zu einem Kaleidoskop europäischer „Overcomes“ zusammengesetzt. Es gibt sowohl die Variante auf der Bühne live zu spielen als auch kleine Videotapes zu machen. Der transnationale Ansatz nimmt die unterschiedlichen Vorkenntnisse, die verschiedenen Ideen zu Lösungsansätzen und das kreative Potential der Partner auf.

Der Antrag wurde formuliert als der Russland-Ukraine-Krieg begann und die Auswirkungen der Pandemie in Form von Spätfolgen gerade deutlich wurden. Die Motivation unter solchen Bedingungen transnational zu arbeiten, spürten die Partner in diesen Tagen intensiver als in 25 Jahren vorangegangener Projektarbeit.

Zum Antragszeitpunkt waren wir sicher, dass die Zusammenarbeit zu gegenseitiger Unterstützung, aber auch zu besserem gegenseitigem Verständnis für die jeweils spezifischen Situationen in den Partnerregionen führen würde. Die Lebenssituationen sind unterschiedlich: für Irland und Finnland lässt sich sagen, dass Partnereinrichtungen aus dünnbesiedelten, sozioökonomisch schwierigen Regionen beteiligt sind. Für die Partner aus dem Baltikum können wir sagen, dass es Universitäten sind, die sehr hart daran arbeiten, um im internationalen Vergleich zu bestehen. Die Einrichtung in Bratislava ist eine relativ kleine Musik- und Kunstschule, hat aber durch ihre individuelle Expertise eine herausragende Position eingenommen. Die Expertise im Bereich „Bühne und Video“ ist ein Alleinstellungsmerkmal und ist für die geplante Projektarbeit ausgesprochen wichtig.

Für die Projektarbeit ist es wichtig, alle diese Partner im Team zu haben, weil dadurch eine Analyse und Reflexion vom Westen der EU in den Osten und den Nord-Osten ermöglicht wird. Um ein Kaleidoskop der verschiedenen Lösungsansätze zu erarbeiten, brauchen wir Beispiele aus verschiedenen europäischen Regionen, wobei unterschiedliche kulturelle Gepflogenheiten und Bedürfnisse berücksichtigt werden sollen. Ein transnationaler Vergleich ist wichtig, um nicht nur einen national begrenzten Blick auf die Situation der

zurückliegenden Monate zu werfen, sondern grenzüberschreitend einen Beitrag dazu zu leisten, dass die Menschen in Zukunft besser gerüstet sind für eingeschränkte Kontakte, für Distanzsituation im Lernen und Arbeiten. Für alle Beteiligten ist es wichtig, in den Einrichtungen die eigenen Reaktionen auf die Herausforderungen zu analysieren.

Diese Projektidee wird seit Oktober `22 Schritt für Schritt umgesetzt. Die ersten Resultate sind auf die Projekthomepage (geco.westfaelisches-forum.de) hochgeladen und diese Publikation belegt ebenfalls, wie intensiv am Thema gearbeitet wird.

Abgesehen von der Absicht, die Ergebnisse zukünftig für eine bessere Vorbereitung und für Szenarien zu nutzen, die Menschen mit Handlungsmustern ausstatten, um bei Bedarf über mögliche Lösungsmodelle zu verfügen, hat die Projektarbeit auch einen gegenwärtigen Nutzen für die Arbeit in den Partneereinrichtungen. So bildet die Universität Liepaja Lehrer und Sozialarbeiter aus, für die Fallstudien ein wichtiger Inhalt im Studium sind. Sie können die Szenen analysieren und überprüfen, welche Elemente für Lösungsstrategien wichtig sind, was erfolgreich und was weniger erfolgreich ist. Sie sollen die Reflexionsarbeit für die Gruppe anregen und sie sollen ins Team zurückspiegeln, was sich an den Szenen ablesen lässt.

Die Vytautas-Magnus-Universität Kaunas unterstützt die Arbeit vor allem im sprachlichen Bereich. Hier werden Übersetzungen produziert, Untertitel angefertigt und sprachliche Feinheiten erarbeitet. Die Studenten können auch Analysen zur Sprachebene, zu den Floskeln, die verwendet werden, analysieren und isolieren. Hier ist ein Sprachvergleich von großem Interesse. Dieser Arbeitsbereich ermöglicht eine sprachliche Beherrschung von außergewöhnlichen Situationen und gerade in einer Fremdsprache ist es nicht selbstverständlich, dass Ausnahmesituationen sprachlich adäquat gefasst werden können.

Die Partner in Bratislava haben sowohl die inhaltliche Erfahrung mit Theaterstücken als auch die technischen Voraussetzungen für Bühnenarbeit und Videoaufnahmen. Dieser Partner ist besonders wichtig, weil durch Wettbewerbserfahrungen großes Potential in der Beurteilung von Produktionen vorhanden ist, das als Korrektiv genutzt wird, gleichzeitig werden hier Heranwachsende und Jugendliche eingebunden, die sich retrospectiv mit den eigenen Problemen befassen, die aber auch durch die Begegnung mit den Partnern Szenarien in anderen Ländern kennenlernen können.

Als erste Jahr der Projektarbeit abgeschlossen war, in dem Beispiele gesammelt und analysiert, kleine Sketche entworfen und gefilmt wurden, veränderte sich die Perspektive von Rückschau nach Ausblick. In der ersten Phase wurden verschiedene Forschungsansätze verfolgt. In der koordinierenden Einrichtung wurde zu Beginn des Projektes ein Fragebogen eingesetzt, mit dem Erfahrungen und Rückmeldungen zur Coronaphase in den einzelnen Einrichtungen abgefragt wurden. In der Universität Liepaja wurde im Studiengang Soziale Arbeit eine Untersuchung zum Verhalten Blinder in der Phase des Lockdowns durchgeführt.

Zu Beginn des 2. Projektjahres erfolgte der Schritt vom Sammeln und Aufarbeiten zur Übertragung auf Modelle, die zukünftig für Lösungsstrategien genutzt werden können. Die

Reflexionen und Übertragungen, die in jeder Einrichtung mit den kleinen Szenen durchgeführt wurden, trugen dazu bei, die Sensibilität für das Thema zu erhalten und fortzuschreiben. In dieser Phase war es wichtig, eine angemessene Form der Umsetzung zu finden – und Regeln der Theaterpädagogik sagen: es darf überzeichnet, aber nicht überzogen werden, die Darstellung muss plakativ sein, darf aber nicht erschlagen, die Dialoge müssen einfach, aber eindeutig sein. Das alles musste in dieser Phase berücksichtigt werden, denn die Weiterentwicklung der einzelnen Szenen war einer der Arbeitsaufträge in dieser Phase.

Bei einem ersten Treffen zu Beginn des 2. Projektjahres wurde die Idee entwickelt, die verschiedenen kleinen Videos, die bereits erstellt wurden, in einem großen Bilderbogen mit entsprechenden Kommentaren zu verbinden, weil dies als eine Variante erschien, die ganz unterschiedlichen Alltagssituationen, die dokumentiert wurden, gleichberechtigt nebeneinander zu zeigen. Es gibt Sequenzen aus Schule, Hochschule, Sport, Seniorenarbeit, kultureller Arbeit und zur Versorgungssituation in strukturschwachen Regionen. Um diese verschiedenen Arbeitsfelder nicht unverbunden nebeneinander zu stellen, soll eine Klammer erstellt werden, die durch eine Moderation der verschiedenen Bereiche gebildet wird.

Bereits nach einem Jahr der gemeinsamen Arbeit konnten wir feststellen, dass die Ergebnisse vielfältig waren und Probleme in der Pandemie auf unterschiedliche Weise erfasst wurden. In der Arbeitsgruppe mussten alle Mitarbeitenden feststellen, wie schnell verschiedene Maßnahmen, Regelungen und Verbote in Vergessenheit geraten sind. Ganz oft wurden Kalendereintragungen genutzt, um noch einmal zu überprüfen, wann was geschehen ist. Alle Partner im Team waren erstaunt, wie schnell nach dieser Ausnahmesituation wieder der „Normalbetrieb“ angelaufen war, wobei man nicht vergessen darf, dass immer noch viele Menschen unter Beeinträchtigungen leiden, die unter „Long Covid“ subsumiert werden.

Die Szenen nur zu addieren, schien aber zu einfach für die komplexe Arbeit. Daraufhin haben wir die Idee eines Wettbewerbs entwickelt. Es sollte ein Zertifikat und einen Preis à la Oskar geben. In diesem Rahmen konnten dann kurze Ausschnitte der Videos, die bereits vorlagen, gezeigt und entsprechend kommentiert werden. Auf diese Weise gelang es uns, alle Partner gleichermaßen einzubinden und die verschiedenen Alltagssituationen, die in den Videos erfasst werden ebenfalls angemessen zu wertschätzen. Zu dieser Zeremonie gibt es ebenfalls ein Video auf der Homepage sowie die ausführlichen Zertifikate, die jeweils die Arbeitsschwerpunkte erfassen. Alle Partner fanden eine solche gemeinsame Abschlussarbeit sinnvoll und haben bei der Erstellung des Videos begeistert mitgearbeitet. Im Feedback sagte eine Kollegin, dass ihr das Projektteam schon jetzt fehle und sie sprach von einer intensiven aber auch einer sehr harmonischen Arbeit. Das spiegeln auch die zahlreichen Ergebnisse auf der Homepage wider.

„Insgesamt benötigen viele Menschen als „Doomsday-Gegenmittel“ das Konzept der Zukunfts-Resilienz für eine selbstwirksame und eigenständige Inszenierung ihrer „Welt im Kopf“, um ihre Zukunft kreativ, mit „eingeschaltetem präfrontalem Cortex“ und

ressourcevoller Selbstwirksamkeit aktiv mitgestalten zu können – für sich und ihre Mitmenschen.“¹²

Literatur

Benoy, C. (2020): Psychologische Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der einhergehenden Maßnahmen – ein Überblick. URL: <https://medien.ubitweb.de/pdfzentrale/978/317/039/pdf>. (Abruf 04.07.2021).

Besser-Siegmund, C., Siegmund, H., Siegmund, L., Hartmann-Wolff, E. (2023), Zukunfts-Resilienz: Stark werden in Krisenzeiten, Junfermann Verlag Paderborn

Brooks, S.K./ Webster, R.K./ Smith, L.E./ Woodland, L./ Wessely, S./ Greenberg, N. & Rubin, G.J. (2020): The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. URL: <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2820%2930460-8>. (Abruf 20.05.2021).

Erikson, Erik, H. (1993) [1950]: Childhood and Society. New York, NY: W. W. Norton & Company.

Hall, E. T. (1966), The Hidden Dimension. Garden City, New York

Nuber, U., (2011) Leben mit einer dicken Haut, in: Psychologie heute, Heft 7

Krystyna Reiter, (2022), Resilienz im Diskurs der Bildungswissenschaft und Frühpädagogik, Dissertation an der PH Karlsruhe, veröffentlicht im Internet, Abgabe 01.09.2022, (Abruf: 10.12.2023). URL:

https://phka.bsz-bw.de/frontdoor/deliver/index/docId/364/file/Dissertation_KrystynaReiter_2022.pdf

Dieser Artikel ist die deutsche Version des Artikels der in Englisch in die Publikation aufgenommen wurde:

¹² Cora Besser-Siegmund, Harry Siegmund, Lola Siegmund, Elke Hartmann-Wolff (2023) Zukunfts-Resilienz: Stark werden in Krisenzeiten, Junfermann Verlag Paderborn, S. 15



Overcoming Social Distancing by Ulrike Kurth (ed.) is marked with CC0 1.0 Universal. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/>

This work is licensed under Creative Commons Attribution 1.0 Universal which means that the text may be used, provided credit is given to the author. For details go to <https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/>