

30.05.2023

ABSCHLUSSBERICHT

Treffen von RAN Y&E: Instrumente zum Aufbau von Resilienz bei Jugendlichen nach den Lockdowns

7.–8. März 2023, online

Instrumente zum Aufbau von Resilienz bei Jugendlichen nach den Lockdowns

Wesentliche Ergebnisse

Das zentrale Thema des Online-Treffens der Arbeitsgruppe RAN Youth & Education am 7. und 8. März 2023 war der Aufbau von Resilienz bei Jugendlichen, um sie vor negativer Polarisierung und Radikalisierung zu schützen. Die Notwendigkeit, über dieses Thema zu sprechen, wurde bei mehreren RAN-Treffen sowie in den Medien und in Forschungsarbeiten betont. Schließlich weisen verschiedene ExpertInnen darauf hin, dass die Lockdowns während der COVID-19-Pandemie große Auswirkungen auf die psychische Gesundheit junger Menschen hatten. Darüber hinaus haben sie die Chance verpasst, in entscheidenden Jahren ihrer Entwicklung ihre demokratischen Bürgerrechte auszuüben. Zusätzlich üben die gestiegene Bedeutung der sozialen Medien sowie ein kontinuierlicher Strom an Nachrichten über weltweite Krisen großen Druck auf die Jugendlichen aus.

Bei dem Treffen berichteten PraktikerInnen, dass diese Entwicklungen schwerwiegende Folgen für das allgemeine Wohlbefinden der jungen Menschen hatten, was sich in der Schule und der Jugendarbeit immer deutlicher zeigte. Diskussionen eskalieren rasch, was Gruppen polarisieren und Einzelne noch stärker isolieren kann. Dies ist im Hinblick auf die Primärprävention ziemlich alarmierend, weswegen stärkere Bemühungen unternommen werden müssen, um diese jungen Menschen zu resozialisieren, damit sie demokratische BürgerInnen werden. Die fünf Bausteine der Resilienz, die bei dem Treffen besprochen wurden, sind:

- **Emotionale Resilienz:** Die Fähigkeit, mit Emotionen umzugehen. Die Entwicklung emotionaler Resilienz ist äußerst wichtig für den Schutz der psychischen Gesundheit sowie das allgemeine Wohlbefinden, insbesondere bei jungen Menschen.
- **Konfliktlösung:** Die Fähigkeit, mit Meinungsverschiedenheiten umzugehen und zwischenmenschliche Konflikte gewaltfrei und konstruktiv zu lösen.
- **Multiperspektivität:** Die aktive Betrachtung verschiedener Standpunkte und Sichtweisen, um ein umfassendes Verständnis eines komplexen Themas wie Geschichte, Zeitgeschehen oder persönliche Situationen zu entwickeln.
- **Persönliches Vertrauen zwischen PraktikerInnen und SchülerInnen:** PraktikerInnen haben auf SchülerInnen mehr Einfluss, wenn eine gute Basis persönlichen Vertrauens zwischen ihnen besteht. Dieses Vertrauen ist jedoch nicht selbstverständlich, sondern muss verdient werden.
- **Kritisches Denken:** Die Fähigkeit, Informationen rational und objektiv zu analysieren und zu bewerten, alternative Sichtweisen in Betracht zu ziehen sowie Annahmen und die eigene Position zu hinterfragen.

In diesem Abschlussbericht wird zuerst die Diskussion zu Beginn des Treffens zur Einführung in das Thema vorgestellt, um zu zeigen, wie die Teilnehmenden das Problem wahrnahmen. Anschließend wird ein umfassenderer Überblick über die Diskussionen und die Empfehlungen gegeben, die für PraktikerInnen in ihrer täglichen Arbeit formuliert wurden.

Kernpunkte der Diskussion

Zu Beginn des Treffens wurde darüber gesprochen, wie die Teilnehmenden das zentrale Thema erleben und beobachten. Die meisten waren der Meinung, dass es tatsächlich mehr hitzige Diskussionen als vor der Pandemie gibt und dass ein Mangel an bestimmten demokratischen Kompetenzen herrscht. Es wurden jedoch auch wichtige Feinheiten festgestellt.

- Diskussionen sind nicht unbedingt explosiver als vor einigen Jahren, aber die explosiven Diskussionen sind häufiger geworden. Die Gesellschaft ist heute zersplitterter als früher, wodurch es mehr potenziell polarisierende Themen gibt.
 - Die Teilnehmenden bezeichneten dies als die „Superdiversität“ der aktuellen Gesellschaft, die sich auch in der Schule zeigt. Das geht über Multikulturalität hinaus und spiegelt auch die Diversität innerhalb kultureller Gruppen wider. Sie umfasst auch andere Trennlinien in der Gesellschaft wie sozio-ökonomische Position, Bildung oder Geschlecht.
 - Mehrere Teilnehmenden berichteten davon, dass eine Kluft zwischen den Geschlechtern und Polarisierung rund um das Thema Männlichkeit derzeit zu den meisten Spannungen und schwierigen Gesprächen führen.
- Es ist seit jeher normal, dass junge Menschen provozieren und Normen und Autoritäten infrage stellen. Das kann sich positiv oder negativ entwickeln. In den letzten Jahrzehnten wurden Jugendliche dazu ermuntert, offen und kritisch zu sein. Jetzt sind sie zwar kritisch, aber es scheint, als seien sie weniger offen und respektvoll gegenüber anderen Sichtweisen.
 - Das Problem ist nicht so sehr, dass die Jugendlichen ihre Meinung sagen, sondern die mangelnde Bereitschaft, etwas Konstruktives vorzubringen und sich die Meinung anderer anzuhören. Die Meinungsfreiheit ist unverzichtbar, aber sie muss auch anderen mit gegensätzlichen Ansichten zugestanden und für sie geschützt werden. Das eigentlich Problematische ist daher die Haltung und das Verhalten.
 - Wenn mehr Menschen ihre Rechte einfordern, ist das nicht schlecht, aber die Reibung, die dadurch in der Schule entsteht, muss pädagogisch begleitet werden. Lehrkräfte und JugendarbeiterInnen spielen dabei eine entscheidende Rolle, doch sie müssen über die konkreten umstrittenen Themen und Narrative informiert und in der Lage sein, die Diskussion lenken zu können.

Wir fragten die Teilnehmenden, welche Themen heute zu den meisten hitzigen Diskussionen führen. Darauf wurden Geschlechtsidentität, der Krieg in der Ukraine, sexuelle Orientierung und Rassismus genannt.

- Es wurde ein Muster beschrieben, nach dem jedes dieser Themen für einen bestimmten, relativ kurzen Zeitraum besonders kontrovers ist. Die Berichterstattung in den traditionellen und sozialen Medien spielt eine große Rolle dabei, welche Fragen diskutiert werden.
 - Manche Themen fühlen sich für junge Menschen als echter Teil ihrer Identität an. Eine Gegenrede kann dann fast wie ein persönlicher Angriff wirken und führt meist zu einer Eskalation der Diskussion.

Bausteine für Resilienz

Wie bereits erwähnt wurden fünf Ansätze diskutiert, um zum Wohlbefinden und der Resilienz junger Menschen beizutragen. Zu jedem Thema gab es eine Präsentation im Plenum, eine Diskussion in kleinerer Runde sowie Feedback und eine Diskussion im Plenum. Folgendes wurde zu jedem der Ansätze besprochen:

Emotionale Resilienz

Wie Menschen auf Polarisierung reagieren, wird hauptsächlich von Emotionen gesteuert, was zu einer weiteren Entfremdung und sogar zu Gewalt führen kann. Wir müssen uns daher dieser emotionsgesteuerten Reaktion bewusst und in der Lage sein, diese Gefühle zu kontrollieren. Außerdem müssen wir jungen Menschen beim Umgang mit ihren Emotionen helfen. Dafür ist **emotionale Resilienz** nötig. Emotionale Resilienz ist eine Kombination aus emotionaler Kompetenz und emotionaler Intelligenz. Hier die wichtigsten Erkenntnisse zu diesem Thema:

- **Emotionale Kompetenz** ist die Fähigkeit, Gefühle in Worte zu fassen. Es gibt acht Basisemotionen wie Freude oder Ärger, aber diese beinhalten viele weitere Nuancen wie Stolz, Selbstvertrauen und Hoffnung oder Unmut, Neid und Zweifel. Je besser wir formulieren, wie wir uns fühlen, desto besser können wir diese Gefühle regulieren.
- **Emotionale Intelligenz** ist die Fähigkeit einer Person, ihre eigenen Emotionen zu erkennen und zu kontrollieren. Sie umfasst aber auch die Fähigkeit, die Gefühle anderer zu erkennen und sich positiv auf diese einzustellen. Wer emotional intelligent ist, kann seine Wut zügeln.
- Ein damit verwandtes Konzept ist die **Gefühlsansteckung**, bei der (positive wie negative) Emotionen auf andere übertragen werden, wodurch Menschen dieselben Gefühle erleben wie die Personen um sie herum. Im Rahmen einer Studie konnte gezeigt werden, dass Gefühle auch in den sozialen Medien ansteckend sind und zu einer Empörung der Massen führen können.

In der Lage zu sein, seine Emotionen zu kontrollieren, ist ein grundlegender Schutzfaktor für die psychische Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden. Emotionale Resilienz ist daher für PVE essentiell, um junge Menschen widerstandsfähig gegen Krisen und hitzige Diskussionen zu machen, damit ihr Verhalten nicht eskaliert. Emotionale Resilienz ist jedoch nicht nur für Jugendliche wichtig, sondern auch für PraktikerInnen. Auch sie können sich in ihrer Identität bedroht fühlen und Situationen durch ihre Emotionen eskalieren lassen.

Konfliktlösung

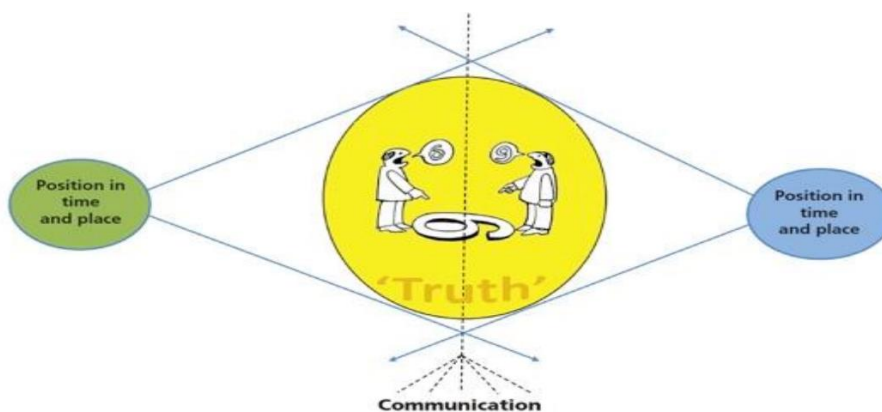
Ein anderer Aspekt prosozialen demokratischen Verhaltens ist die Fähigkeit, mit Meinungsverschiedenheiten umzugehen und zwischenmenschliche Konflikte gewaltfrei und konstruktiv zu lösen. Dazu sollte die Schule oder die für Jugendarbeit zuständige Organisation eine für die Konfliktlösung förderliche Atmosphäre schaffen.

- Konkrete Regeln für Gruppendiskussionen festzulegen, ist wichtig. Die Beteiligten sollten ihre Meinung sagen dürfen, aber ihre Ausführungen müssen gesetzeskonform sein, dürfen nicht in der Absicht getätigt werden, andere zu verärgern, und müssen für das diskutierte Thema relevant sein.
- Die Menschen sollten über ihren eigenen Standpunkt und ihr Verhalten nachdenken:
 - Bevor sie etwas sagen, sollten sie sich fragen, ob das, was sie sagen möchten, **wahr** (wenn Menschen Spannungen oder Widerspruch wahrnehmen, neigen sie dazu, zu lügen oder etwas vorzutäuschen), **relevant** (vom Thema abzulenken ist ein Bewältigungsmechanismus, wenn jemand in die Ecke gedrängt wird) und **freundlich** ist (muss man unfreundlich sein, um seinen Standpunkt zu vermitteln?).
 - Die Menschen sollten sich mit der Bereitschaft an Diskussionen beteiligen, konstruktiv zu sein, die Argumente der Gegenseite anzuhören und die Möglichkeit in Betracht zu ziehen, selbst unrecht zu haben.

- Empathische Neugier ist essentiell, um die Welt in all ihrer Komplexität zu verstehen, einschließlich der Perspektive anderer. Darüber hinaus steigert der Wunsch, das Gegenüber zu verstehen, dessen Bereitschaft, einen selbst zu verstehen.

Multiperspektivität

In einem polarisierten Umfeld neigen die Menschen dazu, Dinge nur von ihrem Standpunkt aus zu betrachten. Die folgende Abbildung zeigt, warum dies ungeeignet ist, um Behauptungen hinsichtlich Wahrheit und Moral aufzustellen. Wenn man etwas nur von einer Seite betrachtet, kann man nicht sehen, wie es von der anderen Seite aussieht, und weiß daher nichts über seine wahre Gestalt. Gleiches gilt für Ereignisse oder Diskussionen. Die Perspektive wird von der Lage bestimmt, in der sich jemand befindet, und Kommunikation ist nötig, um die Perspektive anderer und damit die Realität zu ermitteln.



- Es gibt einen Unterschied zwischen ideologischer Polarisierung und affektiver Polarisierung. Ideologische Polarisierung ist in einer Demokratie normal und bezeichnet einfach gegensätzliche Meinungen und Standpunkte. Die affektive Polarisierung geht jedoch weiter und lehnt andere Meinungen sowohl emotional als auch moralisch wirklich ab. Junge Menschen können unter Anleitung von Lehrkräften oder JugendarbeiterInnen lernen, verschiedener Meinung zu sein.
- Wenn das Thema einer kontroversen Diskussion in der Schule mit der Identität einer Schülerin oder eines Schülers in Zusammenhang steht, kann sich diese Person **in ihrer Identität bedroht fühlen**. Wenn das Selbstbild infrage gestellt wird, fühlen sich Menschen bedroht und können eine starke Abwehrhaltung einnehmen, die zu aufgeheizten Situationen führt. Daher kann es hilfreich sein, mit weniger kontroversen Themen zu beginnen oder damit nicht zusammenhängende, aber vergleichbare historische Ereignisse als Beispiel heranzuziehen.
- Entscheidend für das Diskutieren kontroverser Themen auf depolarisierende Weise sind die **Verbundenheit** (Freundlichkeit und persönliches Vertrauen) und **Handlungsmacht** (Überlegenheit und Fähigkeit, die Diskussion zu lenken) der Lehrkraft. Laut einer Untersuchung sind SchülerInnen eher bereit, sich positiv an einer Diskussion zu beteiligen, wenn eine Lehrkraft in diesen beiden Punkten gut abschneidet.

Aufbau von Vertrauen zwischen PraktikerInnen und SchülerInnen

Wie gerade erwähnt, sind eine persönliche Beziehung und Vertrauen zwischen PraktikerInnen und SchülerInnen unerlässlich, um Diskussionen in konstruktive Bahnen zu lenken. Darüber hinaus zählen positive Vorbilder und vertrauenswürdige MentorInnen als Schutzfaktoren für junge Menschen generell und auch im Rahmen von P/CVE. In den letzten Jahrzehnten geht die Entwicklung in den Schulen von einer absolut asymmetrischen Beziehung hin zu einer weniger bedingungslosen Akzeptanz von Autorität. Lehrkräfte und JugendarbeiterInnen müssen sich daher heute mehr darum bemühen, das Vertrauen zu gewinnen und ein pädagogisches Klima basierend auf Vertrauen und Anteilnahme zu schaffen.

- Schulen und Organisationen der Jugendarbeit müssen diese gesellschaftlichen Veränderungen hinsichtlich Autorität berücksichtigen und ihre Regeln und Praktiken entsprechend anpassen. Kritisches Denken hat in viele Lehrpläne und Programme Eingang gefunden, emotionale Resilienz dagegen noch nicht. Probleme von außerhalb der Schule werden oft mit ins Klassenzimmer gebracht. Lehrkräfte müssen dies bedenken.
- Es gibt kein Vertrauen ohne Sicherheit. Die SchülerInnen müssen das Gefühl haben, im Fall von Diskriminierung oder Mobbing geschützt zu werden. Dafür ist ein Schul-/Jugendarbeitsethos mit klaren Regeln und Transparenz nötig.
- Vertrauensbeziehungen zwischen PraktikerInnen und SchülerInnen sind sehr empfindlich. Vertrauen muss sehr sorgfältig aufgebaut werden, aber ein Vorfall kann genügen, um es zu verlieren.
- Ein wichtiger Hinweis war, dass ein informelles Umfeld oder zwanglose Aktivitäten am besten geeignet sind, um Vertrauen aufzubauen und Beziehungen zu knüpfen. Die SchülerInnen erleben die PraktikerInnen dann in einem anderen Rahmen und aus einer neuen Perspektive, was diesen die Möglichkeit gibt, mehr von ihrer persönlichen Seite zu zeigen (wobei sie professionell bleiben müssen). Die bei solchen Aktivitäten aufgebauten Beziehungen werden in die Schule übernommen.

Kritisches Denken

Kritisches Denken ist die Fähigkeit, Informationen rational und objektiv zu analysieren und zu bewerten, alternative Sichtweisen in Betracht zu ziehen sowie Annahmen und die eigene Position zu hinterfragen. Dies ist aus mehreren Gründen wichtig, um resilient gegen Radikalisierung zu werden.

- Junge Menschen sollten in der Lage sein, extremistische Ideen zu erkennen und zu hinterfragen, Informationsquellen zu identifizieren und zu bewerten, Empathie für Menschen mit anderer Meinung zu entwickeln und die Folgen ihrer Handlungen abzuschätzen, insbesondere im Hinblick auf Gewalt.
- Diese Fähigkeiten fördern die Eigenwahrnehmung und Multiperspektivität und verhindern geistige Unbeweglichkeit und Schwarz-Weiß-Denken. Es gibt jedoch verschiedene kognitive Vorurteile, die kritisches Denken behindern. Unser Gehirn ist darauf programmiert, Informationen zu beachten, zu suchen und zu akzeptieren, die unser bestehendes Weltbild bestätigen. Wenn Menschen dem widersprechende Informationen erhalten, kann es sein, dass sie sehr scharf reagieren.
- Die Fähigkeiten zu kritischem Denken müssen in der Erziehung junger Menschen kontinuierlich geübt werden und Schulen und Organisationen der Jugendarbeit spielen dabei eine wichtige Rolle. PraktikerInnen sind in der Position, das vorhandene Weltbild der Jugendlichen zu hinterfragen. Dazu können sie kreative Methoden wie Kunst oder Spiele nutzen.

Relevante Praktiken

- **UFUQ (DE):** In der Schule über den Konflikt zwischen Israel und Palästina zu sprechen ist angesichts der langen Geschichte und der polarisierten Meinungen zum Thema eine komplizierte und heikle Aufgabe. In Deutschland gibt es starke pro-palästinensische Stimmungen, aber es wird auch viel Wert auf den Schutz Israels gelegt. In Schulbüchern steht in der Regel der Konflikt im Vordergrund anstatt die gesellschaftlichen Aspekte des Lebens in der Region. In ähnlicher Weise dreht sich die Darstellung von Islam und Migration häufig um religiöse, kulturelle und soziale Konflikte, was zu einem gefühlten Othring muslimischer Religiosität führt.

Die UFUQ-Broschüre enthält Vorschläge zum Umgang mit solchen Kontroversen im Klassenzimmer. Es wird anerkannt, dass nicht nur jüdische oder palästinensische SchülerInnen polarisierte Sichtweisen haben, sondern dass diese durch persönliche Emotionen und Erfahrungen beeinflusst werden. Der Israel-Palästina-Konflikt fungiert als Projektionsfläche für verschiedene andere Kontroversen wie Diskriminierung, Identität, Zugehörigkeit und Medienerziehung. Der Unterricht zu diesem Thema beschränkt sich daher nicht auf Geschichte und Politik, sondern ist auch mit der heutigen deutschen Gesellschaft verwoben.

Bei diesem Ansatz geht es schwerpunktmäßig darum, zur Einnahme anderer Perspektiven zu ermuntern. Durch Kontextualisierung und Vergleich einer Situation können pädagogische Fachkräfte die jeweiligen Komplexitäten aufzeigen und gleichzeitig die Legitimität der Ansprüche beider Seiten anerkennen.

Empfehlungen

Während des Treffens formulierten die Teilnehmenden Empfehlungen für andere PraktikerInnen.

- Wenn Sie feststellen, dass eine Schülerin oder ein Schüler sehr heftig auf ein Thema reagiert, stellen Sie zunächst Fragen, anstatt Ihre eigene Meinung zu sagen. Einwände können zu einer noch defensiveren Haltung führen.
- Über Spannungen zu sprechen führt zu Spannungen, wohingegen einigende Themen zu einer toleranten Gruppenatmosphäre beitragen. Diese positive Stimmung ist eine Voraussetzung, um über heikle Themen zu sprechen.
- Nutzen Sie kreative Möglichkeiten, Gefühle und Meinungen auszudrücken, zum Beispiel Kunst. Dies kann dazu führen, dass sich Jugendliche auf eine Art öffnen, die verbal nicht möglich wäre.
- PraktikerInnen müssen den individuellen Hintergrund ihrer SchülerInnen kennen, da es wichtig ist zu wissen, womit die Jugendlichen zu Hause zurechtkommen müssen. Seien Sie hilfsbereit, aber nicht aufdringlich oder gutgläubig.
- Gehen Sie bei Projekten kooperativ und integrativ auf Ihre SchülerInnen zu. Betrachten Sie sie als echte PartnerInnen, ohne sie zu bevormunden. Bitten Sie sie um Feedback, akzeptieren Sie ihre kritischen Bemerkungen und berücksichtigen Sie ihre Vorschläge. Achten Sie darauf, dass Projekte handfeste Ergebnisse haben, damit die Jugendlichen das Resultat ihrer Bemühungen sehen können.
- Halten Sie Versprechen ein. Projekte gehen oft gut los, aber langfristig wechseln die Erwachsenen vielleicht den Beruf oder das Projekt, und die Jugendlichen sind dann enttäuscht. Dies kann ein Grund sein, sich nicht mehr zu engagieren.

Folgemaßnahmen

Wir beobachten, dass sich viele Menschen in zersplitterten, hybriden Ideologien anstatt großen, zusammenhängenden Narrativen radikalieren. Möglicherweise sind die Menschen durch Emotionen stärker polarisiert. Daher ist mehr Wissen über psychische Gesundheit, Emotionsregulation und emotionale Resilienz im Hinblick auf Radikalisierung und P/CVE unverzichtbar. Diese Informationen könnten durch Schulungen oder Peer-Learning mit Fachleuten für die psychische Gesundheit Jugendlicher erworben werden. Solche Angebote könnten von Schulen und Organisationen der Jugendarbeit (getrennt oder gemeinsam) organisiert und durchgeführt werden, unterstützt von lokalen, regionalen oder nationalen Behörden.

Die diskutierte Kluft zwischen den Geschlechtern und die Spannungen rund um die Themen Männlichkeit und Gender stehen auf der Agenda der Arbeitsgruppe RAN Youth & Education und werden bei einem weiteren Treffen besprochen.

In einer der kleineren Diskussionsrunden wurde über die Praxis gesprochen, Jugendliche von der Schule auszuschließen. Dies gibt ihnen das Gefühl, als könnte frei über sie verfügt werden. Darüber hinaus verschafft ihnen das einen gewissen Ruf, der sie stigmatisiert und in einen Teufelskreis führen kann. Es wurde vorgeschlagen, dieses Thema ausführlicher zu diskutieren.

Weiterführende Literatur

Im Rahmen des [EUROGUIDE](#) Project wurden ein umfangreicher Leitfaden sowie eine Online-Schulung für Lehrkräfte für den Umgang mit religiösen und gesellschaftspolitischen Argumenten in der Schule erstellt. Sie beinhalten konkrete Beispiele verschiedener Ideologien, Themen und möglicher Handlungsweisen. Der Leitfaden ist auf Niederländisch, Französisch, Ungarisch, Italienisch und Schwedisch verfügbar.