

Pressemitteilung

Neue Erkenntnisse zu Resilienz in Krisenzeiten

Metaanalyse betrachtet fünfzig Studien und untersucht die Bedeutung individueller, sozialer sowie gesellschaftlicher Resilienzfaktoren für psychische Anpassungsprozesse in Krisenzeiten.

(Mainz, 14.11.2024) In der aktuellen Publikation *“A systematic review of individual, social, and societal resilience factors in response to societal challenges and crises”* im Fachjournal *Communications Psychology* werden Erkenntnisse über die Bedeutung individueller, sozialer und gesellschaftlicher Resilienzfaktoren für die psychische Reaktion auf gesellschaftliche Herausforderungen und Krisen zusammengefasst. Das Forschungsteam, bestehend aus Jun.-Prof. Dr. Sarah K. Schäfer, Lea M. Schaubruch, Dr. Max Supke und Prof. Dr. Klaus Lieb vom Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) sowie PD Dr. Caroline Cohrdes und Corinna Kausmann vom Robert Koch-Institut (RKI), hat insgesamt fünfzig Studien analysiert und zusammenfassend ausgewertet.

Ziel der Studie war es, ein umfassendes Bild der Faktoren zu schaffen, die Menschen helfen, sich an extreme Belastungen wie Pandemien, Naturkatastrophen und gesellschaftliche Umwälzungen anzupassen und dabei ihre psychische Gesundheit zu wahren bzw. rasch wiederherzustellen.

Die untersuchten Studien berichteten über Stressoren wie Pandemien, Naturkatastrophen und Terroranschläge, wobei gezeigt werden konnte, dass Faktoren wie wahrgenommene soziale Unterstützung, die Fähigkeit zur Emotionsregulierung oder aber auch psychologische Flexibilität resiliente Anpassungsreaktionen auf zuvor genannte Stressoren begünstigten.

Dennoch betont Jun.-Prof. Dr. Sarah K. Schäfer (LIR): „Bei vielen Resilienzfaktoren - einschließlich Selbstwirksamkeit, Bildung und Optimismus - waren die Ergebnisse sehr unterschiedlich in verschiedenen Studien, was darauf hindeutet, dass die Passung zwischen Resilienzfaktoren und situativen Anforderungen der Schlüssel zum Verständnis des komplexen Phänomens der erfolgreichen Anpassung sein könnte.“

Die Ergebnisse zeigen außerdem, dass der Schwerpunkt der bisherigen Forschung auf der Untersuchung einzelner und individueller Resilienzfaktoren liegt, während soziale und gesellschaftliche Resilienzfaktoren sowie die vergleichende Relevanz verschiedener gleichzeitig betrachteter Faktoren weniger häufig untersucht wurden. Für einige Resilienzfaktoren fehlen auch klare Definitionen, sodass unter demselben Oberbegriff unterschiedliche Konzepte untersucht werden.

„Künftige internationale Studien zur psychischen Gesundheit der Bevölkerung sollten eine kontinuierliche vergleichbare Datenbasis schaffen, um auch die Zeit vor dem Erleben von Stressoren für die Bewertung von Entwicklungen einbeziehen zu können. Des Weiteren sollte ein stärkerer Fokus auf soziale und gesellschaftliche Resilienzfaktoren und ihre Wechselwirkung mit individuellen Faktoren gelegt werden, um diese komplexen Dynamiken besser verstehen und Hinweise auf Förderpotentiale ableiten zu können“, resümiert PD Dr. Caroline Cohrdes (RKI).

Die Studie leistet einen wichtigen Beitrag, indem sie aufzeigt, dass Resilienzförderung auf mehreren Ebenen erfolgen muss. Maßnahmen zur Schaffung stabiler Strukturen und sozialer Unterstützungsnetzwerke könnten dazu beitragen, gesellschaftliche Widerstandskraft in zukünftigen Krisen zu stärken. Jun.-Prof. Dr. Sarah K. Schäfer betont: „Um die gesellschaftliche Resilienz gegenüber Herausforderungen und Krisen zu stärken, ist es essenziell, Resilienz in Individuen und Gemeinschaften gleichermaßen zu stärken. Aktuell liegt der Fokus noch zu häufig auf dem Individuum.“

Diese Forschung unterstreicht die Bedeutung von Resilienzförderung in Politik und Gesellschaft und bietet wichtige Ansätze für zukünftige Strategien im Umgang mit globalen Herausforderungen.

Die dieser Pressemitteilung zugrunde liegende Publikation ist frei zugänglich: <https://www.nature.com/articles/s44271-024-00138-w>

Wissenschaftlicher Kontakt:

Jun.-Prof. Dr. Sarah K. Schäfer

AG Lieb

Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) gGmbH

E-Mail: sarah.schäfer@lir-mainz.de

Pressekontakt:

Noreia Becker

Kommunikation

Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) gGmbH

E-Mail: noreia.becker@lir-mainz.de

Das Leibniz-Institut für Resilienzforschung (LIR) wurde im Jahr 2014 als Deutsches Resilienz Zentrum (DRZ) gegründet und im Januar 2020 als LIR in die Leibniz-Gemeinschaft aufgenommen. Das LIR ist ein außeruniversitäres Forschungsinstitut, in dem Neurobiolog:innen, Physiker:innen, Mediziner:innen und Psycholog:innen interdisziplinär das Phänomen der Resilienz erforschen, d.h. die Aufrechterhaltung oder rasche Wiederherstellung psychischer Gesundheit während oder nach stressvollen Lebensereignissen. Seine zentralen Anliegen sind es, Resilienzmechanismen neurowissenschaftlich zu verstehen, Interventionen zur Förderung von Resilienz zu entwickeln und darauf hinzuwirken, Lebens- und Arbeitsumfelder so zu verändern, dass Resilienz gestärkt wird. Damit widmet sich das LIR einer der aktuell besonders drängenden gesellschaftlichen Fragen und stellt europaweit das erste Institut seiner Art dar.

Die Leibniz-Gemeinschaft verbindet 97 eigenständige Forschungseinrichtungen. Ihre Ausrichtung reicht von den Natur-, Ingenieur- und Umweltwissenschaften über die Wirtschafts-, Raum- und Sozialwissenschaften bis zu den Geisteswissenschaften. Leibniz-Institute widmen sich gesellschaftlich, ökonomisch und ökologisch relevanten Fragen. Sie betreiben erkenntnis- und anwendungsorientierte Forschung, auch in den übergreifenden Leibniz-Forschungsverbänden, oder sie unterhalten neben ihrer Forschungsaktivität auch Infrastrukturen (Datenbanken, Sammlungen, Großgeräte, etc.) und bieten forschungsbasierte Dienstleistungen an. Die Leibniz-Gemeinschaft setzt Schwerpunkte im Wissenstransfer, vor allem mit den Leibniz-Forschungsmuseen. Sie berät und informiert Politik, Wissenschaft, Wirtschaft und Öffentlichkeit. Leibniz-Einrichtungen pflegen enge Kooperationen mit den Hochschulen u.a. in Form der Leibniz-WissenschaftsCampi, mit der

Industrie und anderen Partnern im In- und Ausland. Sie unterliegen einem transparenten und unabhängigen Begutachtungsverfahren. Aufgrund ihrer gesamtstaatlichen Bedeutung fördern Bund und Länder die Institute der Leibniz-Gemeinschaft gemeinsam. Die Leibniz-Institute beschäftigen knapp 21.000 Personen, darunter fast 12.000 Wissenschaftler:innen. Der Gesamtetat der Institute liegt bei zwei Milliarden Euro.

www.leibniz-gemeinschaft.de