

# Glaube, Hoffnung, Liebe als Resilienzfaktoren

## Theologisch-ethische Erkundungen

von Martin Schneider und Markus Vogt

Die drei christlichen Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe lassen sich erstaunlich gut Resilienzfaktoren wie Kohärenzsinn, Daseinsakzeptanz, Handlungsmächtigkeit, Selbstwirksamkeit und Empathiefähigkeit zuordnen. Worin dieses „Passungsverhältnis“ besteht, wie weit es reicht und wo es transzendiert wird, zeigen die folgenden Überlegungen. Ein Ergebnis ist: Glaube, Hoffnung und Liebe sind resilienzfördernd, wenn sie sich als Kräfte erweisen, die Ängste relativieren, zu einer kritischen Zuversicht motivieren und die Zuwendung zu anderen Menschen forcieren. Sie können jedoch auch als psychosozial ambivalente Phänomene auftreten, die sich dem kritischen Blick der Resilienzforschung stellen müssen.

### Einleitung

Ratgeber, die „Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft“, „Die 5 Geheimnisse der Überlebenskünstler“ und „Die Strategie der Stehauf-Menschen“ lüften wollen, sind viel gelesene Beispiele für populärwissenschaftliche Zugänge zum Begriff der Resilienz. Die auf die Optimierung des Einzelnen bezogenen Tipps und Tricks können aus wissenschaftlicher Perspektive mit guten Gründen problematisiert werden. In zeitdiagnostischer Hinsicht verbirgt sich dahinter die Erfahrung, dass in krisenhaften Zeiten die Anforderungen an die Robustheit von Identität wachsen. Das Bemühen um ein *starkes Ich* wird zu einem Trend. Damit verbunden ist ein Blick auf die oft verborgenen Potentiale und Ressourcen der Problembewältigung. In der Bildung zeigt sich dies in der Ausrichtung auf das Ziel, „stark fürs Leben“ zu machen (Vogt 2016). Verwandt damit ist die Suche nach Fitness (Keupp 2013). In allen möglichen Bereichen ist davon die Rede: *fit for change, fit für die Zukunft, fit for job*. Um die Fitness zu stärken, muss geübt und trainiert werden. Mit dem Training wird immer früher begonnen. Was ganz harmlos damit anfängt, Kindern Mut zuzusprechen und sie in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken, endet bei der Angst, die Kinder könnten zu schwach sein für zukünftige Herausforderungen.

Das Bedürfnis nach Übung und Training ist jedoch nicht nur ein aktueller Trend: Der Mensch ist immer schon ein „Übender“, der sich durch Exerzitien, Trainingspläne und Riten formt, diszipliniert und transzendiert. Peter Sloterdijk spricht hier von „Anthropotechniken“ und versteht darunter „die mentalen und physischen Übungsverfahren, mit denen die Menschen verschiedenster Kulturen versucht haben, ihren kosmischen und sozialen Immunstatus angesichts von vagen Lebensrisiken und Todesgewißheiten zu optimieren“ (Sloterdijk 2009, 23). Die Stärkung des Ichs und die Förderung der eigenen Fitness sind wichtige Momente von Resilienz. Die Resilienzforschung, so könnte man

sagen, beschäftigt sich mit psychischen und sozialen „Immunsystemen“. Damit meinen wir nicht, dass Resilienz auf die reine Abwehr von Krisen und Störungen zielt (also gegen etwas immun zu sein), sondern auf den Prozess der Stärkung. So wie sich ein Immunsystem erst entwickelt, wenn es mit Bakterien und Schmutz konfrontiert ist, brauchen auch der Mensch und soziale Systeme Störungen, um zu reifen und zu wachsen.

In diesem Kontext fragt der folgende Beitrag danach, was die drei klassischen theologischen Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe zur Stärkung von Resilienz beitragen können. Die Bedeutung religiöser Traditionen und theologischer Reflexionen liegt, so unsere Ausgangsthese, nicht primär in unmittelbaren Problemlösungen, sondern auf einer Metaebene: Sie helfen, die mentalen Infrastrukturen, grundlegenden Einstellungen und Sinnmuster zu bestimmen, derer es bedarf, um mit der richtigen Perspektive nach Lösungen zu suchen. Damit ist gemeint: Glauben, Hoffen und Lieben sind Grundakte, die Resilienzermöglichende Grundhaltungen fördern. Diese liegen situationsbedingten Reaktionen immer schon voraus. Wenn man Resilienz als eine „Response-Strategie“ versteht, dann stellt sich aus ethischer und theologischer Sicht immer auch die Frage, in welcher Perspektive und in welcher Form auf Herausforderungen, Krisen und Störungen reagiert wird. Dies hängt nämlich immer auch von Grundhaltungen ab. Ein Ziel dieses Beitrages ist es, mit den Grundakten Glauben, Hoffen und Lieben verknüpfte Grundhaltungen herausarbeiten und für den Resilienzdiskurs fruchtbar zu machen. Wir hoffen damit zum wechselseitigen Lernprozess von Theologie, Ethik und Resilienzforschung beitragen zu können. Den Fokus legen wir zum einen auf psychologische Aspekte von Resilienz,<sup>1</sup> zum anderen schränken wir unsere Ausführungen auf tugendethische Aspekte ein. Dass die Ergebnisse auch strukturethische Relevanz haben, ist naheliegend, kann aber im Rahmen dieses Beitrages nicht näher ausgeführt werden.

## 1. Machtvoller Glaube

In den Anfängen der Resilienzforschung fand die unterstützende Auswirkung des religiösen Glaubens deutliche Beachtung. So hebt Emmy Werner in ihrer Pionierstudie zur Resilienz bei Kindern auf der hawaiitischen Insel Kauai die positive Wirkung des Glaubens und der Mitgliedschaft in einer Gemeinde hervor (vgl. Fröschl 2016, 319 f.; Werner 1992; Werner 1996, 48; Werner 2008, 32–34; Werner 2011, 37 f.; Werner 2013, 98; Stangl 2016, 25. 214 f.).

In der weiteren Resilienzforschung wurde dieser Zusammenhang jedoch nicht systematisch weiter verfolgt (vgl. Stangl 2016, 25). Elias Stangl hat mit seiner vor Kurzem veröffentlichten Studie dieses Manko ansatzweise zu beheben versucht. Er hat dazu eine eigene qualitative empirische Untersuchung durchgeführt, die bestätigt, dass ein aktiv gelebter Glaube eine Ressource für Resilienz ist. Glauben kann stark machen, so seine Quintessenz. Zu erwähnen ist allerdings, dass Stangl sein Urteil über die fehlende religiö-

---

<sup>1</sup> Einen guten Überblick zur psychologischen Resilienzforschung bietet Fookien 2016. Zum Resilienzdiskurs in den unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen vgl. Wink 2016; Endreß; Maurer 2015 und den Beitrag von Vogt und Schneider im vorliegenden Heft.

se Perspektive in der Resilienzforschung vor allem auf den deutschsprachigen Raum bezieht. Im englischsprachigen Raum, so seine Wahrnehmung, wird in der Resilienzforschung Glaubenshaltungen („Spirituality“ oder „Religious beliefs“) oder dem Glauben („faith in God“) ein „relativ bedeutende[r] Stellenwert eingeräumt“ (Stangl 2016, 214).<sup>2</sup>

Fragt man, worin genau die resilienzfördernde Kraft des Glaubens besteht, dann scheint das Phänomen des Vertrauens von zentraler Bedeutung zu sein.<sup>3</sup> Im Folgenden werden wir darlegen, dass diese Verknüpfung auch aus theologischer Perspektive naheliegend ist. Wir werden dazu erstens das biblische Verständnis des Glaubensaktes explizieren, zweitens die traditionelle theologische Unterscheidung zwischen Glaubensakt (*fides qua*) und Glaubensinhalt (*fides quae*) aufgreifen und drittens auf die gesellschaftliche Funktion des Glaubens hinweisen. Daran anschließend werden wir prüfen, ob die aus dem Grundakt des Glaubens resultierenden Grundhaltungen einen gewissen Mehrwert gegenüber dem Resilienzfaktor Kohärenzgefühl haben.

(1) Der biblische Ausdruck für Glauben lautet *aman*. *Aman* meint „sich verlassen auf Gott, ihm vertrauen, auf seine Verlässlichkeit setzen, um selbst Dauer und Verlässlichkeit zu gewinnen, fest, sicher, zuverlässig sein“ (Hieke 2009, 27). Die Zusage des biblischen Glaubens ist, dass derjenige, der sich im Glauben auf Gott und seine alles überdauernde Kraft ausrichtet, nicht zuschanden wird. Gottvertrauen wird als Schlüssel für Krisenbewältigung verstanden – und auch eingefordert. So skandierte Jesaja im sechsten Jahrhundert vor Christus angesichts des drohenden Exils: „Glaubt ihr nicht, so bleibt ihr nicht“ (Jes 7,9) – ein Wortspiel, das auf die Wurzel des Wortes *aman* (fest, sicher, zuverlässig sein) verweist. Wer sich in Gott und seiner Treue festmacht, wird Stabilität und Widerstandskraft gewinnen. Die biblischen Zeugnisse machen auf unterschiedliche Weise deutlich, dass der Glaube ein „Grundakt“ ist, der Kraft geben kann, „Schweres durchzustehen, ja auch Martyrium zu ertragen“ (Sedmak 2013, 273). Auch ein Blick in die neuere Geschichte lehrt uns, dass es viele Wege und Weisen gibt, auch unter widrigsten Umständen Kraft aus dem Glauben zu schöpfen. Beispiele hierfür sind Dietrich Bonhoeffer, Alfred Delp, Tiziano Terzani, Judith Levine, Pedro Arrupe. In der unbeugsamen Bereitschaft, auch mit dem eigenen Leben für den Glauben an die Würde und Freiheit des Menschen einzustehen, entwickelt der Glaube eine paradoxe „Macht der Machtlosen“ (Vogt 2009).

(2) Die klassische Unterscheidung zwischen Glaubensakt (*fides qua*) und Glaubensinhalt (*fides quae*) kann so interpretiert werden, den Glauben als Phänomen der Vertrauensbildung und nicht (nur) des Wissenserwerbs zu begreifen (vgl. Sedmak 2013, 274). Auch die gegenwärtige Fundamental- und Pastoraltheologie expliziert den Glaubensakt meist als eine Form des Vertrauens und bringt ihn mit der Stärkung eines positiven Selbstbildes in Verbindung (vgl. Stangl 2016, 125 f.). Die Glaubensvermittlung und Katechese kreist um Zusagen wie „Gott liebt dich – so wie du bist“; „Gott hat Vertrauen in dich“; „Gott glaubt an dich und ermutigt dich“; „Gott stärkt dich mit dem Brot des Lebens und schenkt dir ‚neue Anfänge‘“. Nicht zuletzt Buchtitel wie „Gott macht uns stark“

<sup>2</sup> Stangl verweist hier auf Bowman 2013, 313; Crenshaw 2013, 316; Hanbury; Indart 2013, 221. Bei Sedmak (2013, 34) findet sich in diesem Zusammenhang der Hinweis auf Clarke; Cardman 2002 und Titus 2006.

<sup>3</sup> Dass Vertrauen eine der wichtigsten Grundlagen für die Entwicklung von Resilienz ist, darauf verweisen auch Stangl (2016, 213) und Young (2006, 391 f.).

(Beier; Wurzer 2013) weisen auf den Zusammenhang zwischen Vertrauensbildung, Ich-Stärkung und Glauben hin.

(3) Auf Niklas Luhman geht die These zurück, dass die gesellschaftliche Funktion von Religion und Glaube die Kontingenzbewältigung ist (Luhmann 2002, bes. 7–24). Diese Bewältigungskompetenz kann sich zum Beispiel darin manifestieren, dass im Kontext beschleunigten gesellschaftlichen Wandels Glauben und Gottvertrauen wichtige Ressourcen zur Überwindung angstbesetzter Reaktionsmuster sind. Ausgehend von dieser Wahrnehmung können vielversprechende Bezüge zu dem hergestellt werden, was in der Resilienzforschung Kohärenzgefühl genannt wird. Gottvertrauen ermöglicht, die Welt trotz aller Krisen, Katastrophen und Widersprüche als sinnvoll zu betrachten. Wer darauf bauen kann, dass das Leben einen Sinn hat, dem zieht es den Boden unter den Füßen nicht weg, wenn individuelle und soziale Kontrollsysteme versagen.

Unsere bisherigen Bemerkungen zur stärkenden und resilienzfördernden Rolle des Glaubens haben zugegebenermaßen stichpunktartigen Charakter. Sie liefern aber trotzdem Anhaltspunkte dafür, dass die Wechselwirkung zwischen dem Resilienzfaktor Kohärenzgefühl und den Grundhaltungen Vertrauen und Glauben ein Faden ist, der es lohnt, weitergesponnen zu werden. Hierzu wären natürlich empirische Untersuchungen hilfreich. Von Interesse ist in diesem Zusammenhang aber auch, welchen „Mehrwert“ der Grundakt des Glaubens gegenüber dem Kohärenzgefühl hat.

Das Kohärenzgefühl ist ein zentraler Aspekt des von Aaron Antonovsky geprägten Konzepts der Salutogenese (1997). Antonovsky hebt drei zentrale Komponenten hervor: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit (ebd., 34). Die *Verstehbarkeit* kennzeichnet die Fähigkeit, mein Leben, meine Welt, meine Erfolge, aber auch meine Probleme und Belastungen in einem größeren Zusammenhang zu sehen. Sie sind verstehbar, weil sie als stimmig und geordnet erlebt werden. *Handhabbarkeit* meint die Überzeugung, dass man das eigene Leben gestalten kann. Die Komponente der *Bedeutsamkeit* verweist auf die *Sinnhaftigkeit* des Lebens bzw. des Engagements. Antonovsky erwähnt explizit, dass das Vertrauen auf Gott eine Ressource dafür sein kann, das Kohärenzgefühl zu stärken (ebd., 35).<sup>4</sup> Um diesen Zusammenhang zu verstehen, lohnt ein Blick auf die biblische Figur des Ijob. Entscheidend ist hier: Nicht die frommen Worte wohlmeinender Freunde können Ijob helfen, sondern die glaubende Hinwendung zu Gott bringt die Wende (vgl. Fröschl 2016, 320; Zenger 2015, 430). Das Ijobbuch distanziert sich von einer auf dem vermeintlichen Tun-Ergehen-Zusammenhang aufbauenden Gerechtigkeitsvorstellung, die die Notleidenden zusätzlich demütigt, indem sie ihnen eine Schuld unterstellt. Der Verzicht auf eine Erklärung von Not durch Versagen oder unabänderliches Schicksal der Betroffenen erfordert jedoch Gottvertrauen, um den Glauben an die „Sinnhaftigkeit“ oder Kohärenz der Welt nicht zu verlieren. Die Basis hierfür ist ein Perspektivwechsel. Der Glaube an Gott ist mit einer Neuausrichtung des Lebens verknüpft, die Krisenereignisse relativiert, ohne sie zu verharmlosen. Dies ist möglich, weil der Glaube an Gott aus der Ich-Zentriertheit herausführt und den Blick weitet. Diese Transzendierung beinhaltet drei Aspekte (vgl. Sedmak 2013, 275–287).

---

<sup>4</sup> Ausgehend von der Salutogenese könnte auch auf die Auswirkung des Glaubens auf die Gesundheit eingegangen werden (vgl. Stangl 2016, 219–222).

(1) Der Glaube an Gott ist ein Beziehungsgeschehen. Er vertraut auf die „Nähe Gottes, der nicht unbeteiligter Beobachter, sondern teilnehmendes Gegenüber ist“ (ebd., 275). Damit wird eine Perspektive eingenommen, die sich für den Anderen öffnet und „angesichts des Anderen“ zu denken, urteilen und handeln lernt. Dies ist auch der Grund, warum der Glaube auf die Liebe zielt.

(2) Wer an Gott glaubt, lernt die Dinge der Welt zu relativieren – relativieren deswegen, weil er sie in eine Relation zu stellen vermag. Ein gläubiger Mensch „hat eine ‚gleichnishafte Sicht‘ von Welt, er nimmt Erfahrungen als Gleichnisse wahr, die für etwas Größeres stehen. [...] Dadurch kann eine vertrauensvolle Einbettung des eigenen Lebens in einen größeren Horizont erfolgen [...]“ (ebd., 281).

(3) Der letztere Aspekt ist wiederum verknüpft mit der für gläubige Menschen charakteristischen Erfahrung, seine Identität nicht eigener Leistung zu verdanken, sondern sie als Geschenk Gottes zu erfahren (vgl. ebd., 284–287).

Die mit dem Grundakt des Glaubens verbundene Relativierung des eigenen Selbst und der eigenen Probleme impliziert eine gewisse Gelassenheit. Das Paradoxe dabei ist: Eine im Glauben gründende Gelassenheit führt nicht in eine passive Haltung, sondern ermöglicht im Gegenteil eine Handlungsbereitschaft, die sich nicht in kurzatmigem Aktivismus erschöpft, sondern im Vertrauen auf eine von Gott verbürgte Sinnhaftigkeit „Durststrecken“ scheinbarer Erfolglosigkeit überwindet. In der Resilienzforschung spielen in diesem Zusammenhang Begriffe wie „mastery“ oder „agency“ eine wichtige Rolle. Damit ist gemeint, dass Menschen umso resilienter sind, umso weniger sie sich in der Rolle von Opfern sehen, umso handhabbarer sie die Situation wahrnehmen und je mehr Handlungsspielräume sich eröffnen. Clemens Sedmak nennt dies die „Kontrolldimension“ (2013, 30). Paradoxerweise bewirkt allerdings zu viel Kontrolle einen Kontrollverlust. Vor diesem Wahn bewahrt die Gelassenheit. Wer alles unter Kontrolle haben möchte, kann etwas nicht laufen *lassen* und kann nicht *los-lassen*. Daher ist nicht die Gelassenheit, sondern die fehlende Gelassenheit der Grund für eine blockierte *agency*. Ein Kontrollwahn, der alle Unsicherheit ausschalten will, der alles im Griff behalten und überwachen möchte, lähmt. Das Vertrauen hat eine ähnliche Wirkung. Nur wer der Tragfähigkeit des Bodens vertraut, kann auch aufbrechen und gehen. Wer kein Vertrauen hat, den befällt eine unbestimmte, lähmende Angst. Handlungsmächtigkeit ist auf Vertrauen angewiesen.

## 2. Durchkreuzte Hoffnung

Der Glaube, so ein Ergebnis der bisherigen Überlegungen, kann zur Stärkung des Kohärenzgefühls beitragen. Die Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit ist mit einer „optimistischen“ Einstellung verknüpft. Damit ist das Vertrauen gemeint, dass es irgendwie weitergeht, dass man noch etwas vor sich hat, noch etwas aus sich machen und Neues beginnen kann. Dieses in die Zukunft gerichtete Vertrauen nennen wir *Hoffnung*. So wie der Glaube die Basisstation ist, so die Hoffnung der Bewegungsvektor. Die vom Glauben grundlegende Daseinsakzeptanz wird von der Hoffnung geweitet. So wie der Glaube in die Tiefe geht, so die Hoffnung in die Weite.

Wenn man davon ausgeht, dass der „Möglichkeitssinn“ (Robert Musil) und das „In-Bewegung-Bleiben“ Bestandteile von Handlungsmächtigkeit sind, dann muss auch die Hoffnung als zentrale Resilienz-Ressource betrachtet werden (vgl. Sedmak 2013, 317). Denn Hoffnung, so Małgorzata Bogaczyk-Vormayr, ist die zentrale Kraft, die Bewegung ermöglicht, „ja sie wäre im eigentlichen Sinne diese Bewegung selbst“ (2012, 16).

Die Kategorie der Hoffnung wird in der Resilienzforschung bisher kaum beachtet (vgl. Bogaczyk-Vormayr 2012, 16). Explizit eine Rolle spielt sie in dem Ansatz von Milton Erikson (Short; Weinspach 2010). Die Hoffnung, etwas zur Problembewältigung beitragen zu können, wird dort als entscheidender Wendepunkt in traumatischen Lebenssituationen hervorgehoben.

Über die Traumaforschung kann angeschlossen werden zu dem in der systemischen Resilienzforschung intensiv diskutierten Balanceverhältnis zwischen Resistenz, Adaptation und Transformation (vgl. Vogt 2015). Diese Differenzierung findet sich auch in psychologischen Resilienzkonzepten (vgl. Fröschl 2016, 320). Dort wird Resilienz zum einen als Stress-Resistenz verstanden. Hier ist die Perspektive auf die Robustheit gerichtet. Zweitens kann Resilienz schnelle Regeneration bedeuten. Der Anpassungsprozess beruht auf der selbstregulativen Fähigkeit, nach einer Belastung in einen stabilen Zustand zurückzukehren („bounce back“). Ein drittes Konzept konzentriert sich auf die Fähigkeit zur Rekonfiguration. „Personen sind nach einem traumatischen Ereignis in der Lage, Handlungsweisen oder zentrale Kognitionen zu verändern. Dies wird in der Fachliteratur als ‚Posttraumatische Reifung‘ beschrieben“ (Fröschl 2016, 320). Reifung bzw. Wachstum deshalb, weil traumatische Erfahrungen zu einem Motor der Transformation werden können. „Ein Trauma“, so der Traumaforscher Stephen Joseph, „stellt die Betroffenen vor einen Wendepunkt in ihrem Leben“ (Joseph 2015, 9). Eine wichtige Voraussetzung dafür ist, dass der Einzelne sich der Realität stellt, anstatt sie zu leugnen oder zu verdrängen, und das Unglück als Teil des Lebens annimmt. In der Resilienzforschung wird diese Fähigkeit *Akzeptanz* genannt. Mit Verweis auf die Psychologin Pauline Boss (2008) spricht Elias Stangl von der „Ambiguitätstoleranz“ (Stangl 2016, 215). Deren Entstehung werde unter anderem durch den Glauben gefördert (Boss 2008, 47. 87. 192 f.). Damit aber die *Akzeptanz* von Ambiguität, Ungewissheit und Leid nicht zu Passivität, Trost- und Perspektivlosigkeit und Gleichgültigkeit führt, bedarf es der *Hoffnung*. Diese motiviert dazu, sich aktiv und verantwortungsvoll der Situation zu stellen. „Hoffnung kann den Umgang mit Widrigkeiten deswegen ermöglichen, weil sie eine zusätzliche Dimension (des Künftigen) in die vorliegende Situation einbringt; sie ist eine Haltung der Erwartung, die vom Leben Veränderung und Neues und damit mehr erbittet als nur eine Fortsetzung des Status Quo“ (Sedmak 2013, 317). Die Tugend der Hoffnung motiviert zu einer Praxis, „in der illusionslos die ernüchternden Umstände [...] wahrgenommen werden und zugleich dagegen protestiert wird, aus diesen Widrigkeiten auf die Vergeblichkeit dieses Handelns zu schließen. Wer hofft, setzt ‚kontrafaktisch‘ auf den guten Ausgang eines Tuns, dessen Gelingensbedingungen von den Umständen des Handelns her nicht einsichtig sind“ (Höhn 2014, 11 f.). Durch die Weitung bzw. Veränderung der Perspektive kann erkannt werden, wie viel Handlungsspielraum vorhanden ist und wie die Situation verbessert werden kann.

Ein wichtiger Aspekt in der Balance zwischen Daseinsakzeptanz und Hoffnung ist die Durchdringung von Schmerz, Leiden und Verlusten. Emmy Werner und Ruth Smith nennen resiliente Menschen „vulnerable, but invincible“ (1996). Hiermit wollen sie ausdrücken, dass es sich bei Menschen, die sich durch widrige Umstände, Lebenskrisen und einschneidende Veränderungen nicht unterkriegen lassen, nicht einfach um unverwundbare „superkids“ handelt. Nicht die Abschottung vor Gefahren, Risiken und Veränderungen macht resilient. Abschottung führt langfristig gesehen zu stärkerer Verwundbarkeit – so wie Eltern ihren Kindern mehr schaden als nützen, wenn sie sie überfürsorglich beschützen. Das „psychische Immunsystem“ wird vielmehr durch die komplexen Wechselwirkungen von Gefahren, Veränderungen und Regenerationen gestärkt. Resilienz im Sinne von Widerstandsfähigkeit ist ein Ergebnis dieses Balanceaktes. Resiliente Menschen sind nicht nur Stehaufmännchen, die sich nach Krisen schnell wieder erholen, sie machen auch die Erfahrung, „dass sie durch die durchlebten Krisen an persönlicher Kompetenz und Charakterstärke gewinnen“ (Gruhl 2014, 15 f.).

Die Balance zwischen Daseinsakzeptanz und Hoffnung spiegelt sich demnach in der Wechselwirkung von Leiderfahrungen und Reifung wider. Beide Aspekte machen deutlich, dass Verwundbarkeit nicht einfach mit Schwäche gleichgesetzt werden kann.<sup>5</sup> Vielleicht ist der Unverwundbare der Stärkere. Stark zu werden, setzt aber Verwundbarkeit voraus. Nur wer verletzlich ist, ist offen für einen Reifungsprozess. Denn die Verletzlichkeit macht offen für Anderes, wenn nicht gar für den ganz Anderen, für Gott. Durch diese Offenheit wird Schwäche in Stärke transformiert. „Denn wenn ich schwach bin“, schreibt Paulus an die Gemeinde in Korinth, „dann bin ich stark“ (2 Kor 12,10).

Mit der Erfahrung von Paulus kann oberflächlichen Resilienz-Vorstellungen der Spiegel vorgehalten werden. Resilienz ist mehr als Sicherheit und Schutz vor Verwundungen. Ariadne von Schirach plädiert in ihrem Buch *Du sollst nicht funktionieren: Für eine neue Lebenskunst* (2014) für ein „Lob der Verletzlichkeit“. Der Mensch, so von Schirach, „bleibt unerlöst, wenn das Leid nicht spricht. Es beginnt erst zu sprechen, wenn man seine Wunden zeigt, anstatt sie zu verstecken, wenn man nicht nur das Helle teilt, sondern auch das Dunkle und Fragen, auf die es keine Antwort gibt“ (2015, 60 f.).

Zu diesen Zusammenhängen kann die Theologie Korrektives, Inspirierendes und Weiterführendes beitragen (vgl. Stangl 2016, 225–227; Keul 2015). In theologischer Perspektive gehören Leid, Scheitern, Schuld und Ungerechtigkeit zum menschlichen Leben dazu.<sup>6</sup> Dabei wird immer auch betont, dass diese Erfahrungen in unerwarteter Weise Anfang von neuem Leben sein können. Deutlich wird dies unter anderem an der „Zentralität des Kreuzes als Erlösungssymbol“ (Stangl 2016, 226). Die Gemeinsame Synode der Bistümer der Bundesrepublik Deutschland (Würzburger Synode) formuliert dies in ihrem Dokument „Unsere Hoffnung“ so:

---

<sup>5</sup> Siehe zu diesem Zusammenhang auch den Beitrag von Hildegund Keul in diesem Heft. Hilfreich ist in diesem Zusammenhang besonders ihr Hinweis auf die theologische Unterscheidung zwischen *Victim* und *Sacrifice*.

<sup>6</sup> Eine verbreitete Diagnose lautet, dass in unserer Gesellschaft das Scheitern verdrängt wird. Auffällig ist aber, dass in den letzten Jahren zum einen diese Verdrängung vermehrt beklagt und zum anderen der „Wert“ des Scheiterns entdeckt wird (vgl. Viertel 2012). In der Theologie wird nicht zuletzt im Kontext des Umgangs mit wiederverheirateten Geschiedenen für eine „Theologie des Scheiterns“ plädiert (vgl. Schockenhoff 2011, 99–125).

„Die Hoffnung auf die Auferweckung der Toten, der Glaube an die Durchbrechung der Schranke des Todes macht uns frei zu einem Leben gegen die reine Selbstbehauptung, deren Wahrheit der Tod ist. Diese Hoffnung stiftet uns dazu an, für andere da zu sein, das Leben anderer durch solidarisches und stellvertretendes Leiden zu verwandeln. Darin machen wir unsere Hoffnung anschaulich und lebendig, darin erfahren wir uns und teilen uns mit als österliche Menschen“ (1976, 92).

Christliche Hoffnung ist nicht blinder Optimismus, sondern eine Gewissheit, die durch die Erfahrung des Kreuzes, des Leidens und des Scheiterns hindurchgeht. Theologisch-ethisch ist dabei entscheidend, dass Leid und Scheitern nicht verklärt werden, sondern dass eine „gereifte“ und „durchkreuzte“ Hoffnung zum Ausdruck kommt. Diese weiß um die Gefährdungen des Menschlichen und vertraut zugleich auf die Möglichkeit neuer Anfänge, die Gott, der auch am Kreuz noch Gott geblieben ist und so über Scheitern, Leid und Katastrophen hinausweist, zu schenken vermag.

### 3. Verwandlende Liebe

Die Transformation, die bei Menschen feststellbar ist, die eine schwere Krise durchlebt haben, zeigt sich auch in einer verstärkten Fähigkeit zur Empathie. Die Traumaforschung bestätigt diesen Zusammenhang. „Die meisten Menschen, die einen posttraumatischen Wachstumsprozess erlebt haben, berichten davon, dass sie tiefere und sinnerfülltere Beziehungen führen. Ihre Fähigkeit zu lieben hat sich erweitert, und das eigene Glück ist nicht mehr das Zentrum ihres Strebens“ (Knapp 2016, 165; vgl. Joseph 2015, 18). Das bereits angesprochene Wechselverhältnis von Verwundbarkeit und Reifung basiert demnach darauf, dass die Grenzen des eigenen Ich porös und durchlässig werden – durchlässig für den Anderen, für sein Leid, seine Hoffnungen und seine Sorgen. Wer verwundbar ist, lässt sich anrühren von der Not des anderen.

In der christlichen Tradition wird diese Tugend *Barmherzigkeit* genannt. Wer barmherzig ist, hat ein offenes *Herz* für die Nöte und Sorgen des Anderen.<sup>7</sup> Papst Franziskus spricht von einer „Umkehr des Herzens“, von einer Umkehr, die dazu befähigt, sich den anderen mit echter Solidarität zu öffnen (Botschaft zum Weltfriedenstag 2016, 7). Dem offenen Herzen stellt er die Gleichgültigkeit gegenüber (ebd., 2–5). Die „Haltung der Gleichgültigkeit“ ist kennzeichnend für den, „der sein Herz verschließt, um die anderen nicht in Betracht zu ziehen, der die Augen schließt, um nicht zu sehen, was ihn umgibt, oder ausweicht, um nicht von den Problemen anderer berührt zu werden“ (ebd., 3). Gleichgültigkeit, so Papst Franziskus abschließend, „verursacht [...] vor allem Verschlossenheit und Teilnahmslosigkeit“ (ebd., 4).

Auch die Liebe steht der Gleichgültigkeit diametral gegenüber. Durch die Liebe büßen Dinge und Menschen ihre Gleich-Gültigkeit ein (vgl. Sedmak 2013, 348 f.). Wer liebt, der sorgt und kümmert sich um etwas, wer liebt, dem liegt etwas am Herzen (Frankfurt 2005). Dieses Sich-Kümmern ist verschränkt mit einer Entgrenzung des Ich. Wer liebt,

---

<sup>7</sup> Papst Benedikt XVI. spricht in der Enzyklika *Deus caritas est* vom „sehenden Herzen“: „Das Programm des Christen – das Programm des barmherzigen Samariters, das Programm Jesu – ist das ‚sehende Herz‘. Dieses Herz sieht, wo Liebe Not tut und handelt danach“ (Nr. 31).

öffnet sich, wer liebt, kreist nicht mehr nur um sich selbst, wer liebt weitet die Grenzen des Selbst und geht eine Beziehung mit dem Anderen ein. Wer liebt, verknüpft das eigene Wohlbefinden mit dem Wohl des anderen (vgl. Sedmak 2013, 353). Eine „Liebes-Beziehung“ lässt einen nicht kalt. Wenn wir lieben, „entsteht so etwas wie ein *vibrierender Draht*“ (Rosa 2016, 24) zwischen mir und Dir, zwischen uns und der Welt. Der Soziologe Hartmut Rosa nennt dieses Phänomen *Resonanz*. Er versteht darunter, dass „das Andere da draußen mit mir so in Beziehung tritt, dass ich durch diese Beziehung selbst verändert werde, dass ich mich dabei und darin verwandle“ (Rosa 2015; zit. nach Knapp 2016, 173). Die Liebe ist eine verwandelnde Kraft.

Dies ist unserer Ansicht nach der springende Punkt, warum und in welcher Hinsicht die Liebe ein resilienzfördernder Faktor ist. Sie geht über das reaktive Streben nach Sicherheit, Kontrolle und Schutz vor Verwundungen hinaus und drängt auf eine Befreiung von Angst. Sie kann dazu beitragen, sich aus blockierten Weltbeziehungen zu befreien. Während Ängste die menschliche Fähigkeit, sich der Welt „anzuverwandeln“ und in wechselseitige Beziehungen zu treten, hemmen, drängt Liebe dazu, offen auf andere zuzugehen. Liebe konstituiert ein dialogisches, von Responsivität und Resonanz geprägtes Weltverhältnis. Durch die Liebe werden Dinge und Menschen bedeutungsvoll (vgl. Sedmak 2013, 349). Insofern die Liebe aus der Angst um sich selbst befreit, macht sie offen für Andere und Anderes, sie erhöht die Neugierde und weitet die Perspektiven. Auf Letzteres verweisen auch der Glaube und die Hoffnung. Beide Tugenden bedürfen als weiterführende Kraft der Liebe. Die Liebe gibt dem Glauben und der Hoffnung eine Richtung, eine auf den Nächsten ausgerichtete Zuwendung, die befreit und verwandelt.

#### 4. Schlussbemerkung: Plädoyer für eine responsorische Kirche

Die von den christlichen Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe ausgehenden Überlegungen haben deutlich gemacht, welches Potenzial in einer theologischen Rezeption des Resilienzbegriffs steckt. Unser Beitrag hat eine systematische Stoßrichtung, die durch empirische Untersuchungen zu bestätigen wäre. Die Arbeit von Elias Stangl (2016) liefert hierzu wichtige Bausteine. Wie er haben wir den Fokus auf den *positiven* Wert von Religiosität und Spiritualität gelegt. Nur kurz ansprechen konnten wir (in den einleitenden Bemerkungen), dass Glaube auch negative Auswirkungen auf die Resilienz eines Menschen haben kann. Hierfür ist entscheidend, ob von Ängsten getriebene Gewissenszwänge oder ein auf Gottvertrauen beruhendes Freiheitsbewusstsein gefördert werden.<sup>8</sup> Die Resilienzforschung kann auch angstbesetzten Glauben, utopisch-realitätsverweigernde Hoffnung sowie unterwürfige oder besitzergreifende Formen von Liebe entlarven. Dies ermöglicht zugleich einen kritisch-unterscheidenden Blick auf die christlichen Leittugenden – einen Blick, der danach fragt, ob diese sich tatsächlich als eine Kraft erweisen, die Ängste relativiert, zu einer kritischen Zuversicht motiviert und eine freie Zuwendung er-

---

<sup>8</sup> So schränkt auch Jürgen Habermas seine Anmerkungen zum positiven Potenzial von religiösen Überlieferungen auf das Faktum ein, dass „im Gemeindeleben der Religionsgemeinschaften [...] Dogmatismus und Gewissenszwang“ vermieden wird (Habermas 2005, 115).

möglichst. Der gemeinsame Kern dieser „Kriteriologie“ ist die Überwindung bzw. Befreiung von Angst:

- Wer *auf Gott vertraut* und sich von seiner Liebe getragen weiß, kann vertrauensvoll durch die Welt gehen, gelassen Herausforderungen annehmen und mit Ungewissheiten leben. Der *Glaube* befreit von dem angstvollen Zwang, alles unter Kontrolle haben zu müssen.
- Die *Hoffnung* motiviert zu einer Zuversicht, die sich nicht vorschnell von vermeintlich unveränderlichen Tatsachen lähmen lässt. Wer hoffen kann, fühlt sich Herausforderungen und Umbrüchen nicht ohnmächtig ausgeliefert und wird nicht von Ängsten überwältigt. Wer Hoffnung hat, sieht Handlungsperspektiven und Räume für Selbstwirksamkeit.
- Die treibende, dem Ganzen ein Gewicht gebende Kraft ist die *Liebe*. Liebe befreit aus der Angst um sich selbst, sie befreit zu einer freien Zuwendung. Wer liebt, öffnet sich und lässt sich resonanzfähig auf die Freuden, Hoffnungen, Sorgen und Nöte seiner Mitmenschen ein. Wer liebt, für den oder die sind die Welt und Andere spannend, aufregend und anregend.

Religiöse Einstellungen und Praktiken, die von Angst befreien, verweisen auf ein Resilienzverständnis, das mehr verspricht als den Schutz der eigenen Identität. Konstitutiv dafür ist ein relational-dialogisches Weltverhältnis. Herausforderungen und Umbrüche werden in dieser Perspektive nicht nur abgewehrt, sondern angenommen, „anverwandelt“ und als unverzichtbares Moment für Lernprozesse angesehen.

In der Theologie hat sich für ein solches Weltverhältnis der Ausdruck „Zeichen der Zeit“ etabliert. In der Pastoralkonstitution des Zweiten Vatikanischen Konzils *Gaudium et spes* (Nr. 4) bildet dieser Begriff „das Prinzip der theologischen Deutung der Wirklichkeit, von dem her sowohl das Selbstverständnis der Kirche als auch ihre Beziehung zur Welt Kontur gewinnen“ (Heimbach-Steins 2001, 53). Vor dem Konzil wurde Kirche vor allem als ein „Haus voll Glorie“ verstanden, das der Welt distanziert, wenn nicht ablehnend gegenübersteht. Das Konzil stellte die Kirche mitten in die Welt, mit dem Auftrag sich der Welt und ihren Fragen zu öffnen und den Dialog zu suchen. Damit verknüpft ist ein Stil von Theologie und Glaubenspraxis, der nicht von einem Gebäude feststehender, immer gültiger Doktrinen ausgeht, sondern bei der konkreten Situation des Menschen ansetzt. Den Ausgangspunkt bilden die menschlichen Fragen, auf die dann Antworten zu geben sind.

Das für das Leitbild *Zeichen der Zeit* charakteristische *Frage-Antwort-Schema*<sup>9</sup> kann handlungstheoretisch interpretiert werden (Schneider 2006, 47).<sup>10</sup> Es kann aber auch als eine Resilienz-Strategie gedeutet werden. Im Zwischenbericht des Forschungsverbundes *Fit for Change* wird Resilienz als „Response-Strategie“ bezeichnet, also als „eine Basiskompetenz, um mit Unvorhergesehenem, Störungen und Strukturbrüchen fertig zu wer-

<sup>9</sup> Bereits kurz nach dem Konzil brachte Joseph Ratzinger den kirchlichen „Dialog mit der Welt“ in das Schema von Antwort und Frage (Ratzinger 1969, vgl. dazu Möhring-Hesse 2013, 73–75). In der Würzburger Synode (1971–1975) bildet das Frage-Antwort-Schema in einigen Beschlüssen den Bezugspunkt für die kritische Analyse, dass die Kirche Fragen beantwortet, die keiner mehr stellt, und auf die wirklichen Fragen der Gegenwart keine Antworten gibt oder an den Menschen vorbei spricht (vgl. z. B. Beschluss: *Unsere Hoffnung* [1976, 85]).

<sup>10</sup> Unter anderem in der Handlungstheorie von Dietrich Böhler wird die Reaktion auf Situationen als „quasi-dialogisches Frage-Antwort-Modell“ rekonstruiert. Demnach *antworten* im Handeln Akteure auf Situationen, die sie zuvor als *Fragen* interpretiert haben. Indem sie äußere Zustände oder Ereignisse als *Fragen* interpretieren, werden sie zu praktischen Antworten provoziert (vgl. Böhler 1985, 250–260).

den“ (Vogt 2015, 15). Um nicht vorschnell den Fokus auf Bedrohungen zu lenken, kann auch von komplexen Herausforderungen gesprochen werden. Die *Antwort* darauf beschränkt sich nicht nur auf die kurzfristige Gefahrenabwehr, sondern auf das Lernen, mit den veränderten Umständen langfristig zu leben.

Auch das ist eine *Responsefähigkeit*, allerdings ein *Response*, in dem das *Antworten* eine dialogische Form annimmt. Zum einen werden die Herausforderungen in ihren Tiefdimensionen und Wechselwirkungen in den Blick genommen, zum anderen werden Konsequenzen für das eigene System gezogen. Dies ist der Punkt, an dem normativ-funktionale Zugänge zu einer „responsible resilience“ (Schneider; Vogt 2017) mit theologisch-systematischen Überlegungen zu einer „responsorischen Kirche“ (Lewis 2007) verknüpft werden können. Für diese These spricht, dass die Kirche immer dann sich erneuert (und erneuert hat), wenn sie – um mit Papst Franziskus zu sprechen – den innerkirchlichen Narzissmus überwindet, wenn sie an die Ränder geht und auf die „Zeichen der Zeit“ antwortet – also wenn sie ihre Sendung als einen Dienst an der Welt versteht (vgl. *Evangelii gaudium*, Nr. 41).

Ein Blick auf die vielen Umbrüche und Aufbrüche in der 2000-jährigen Geschichte der Kirche zeigt, dass ihre erstaunliche Resilienz nicht einfach das Resultat eines starren Festhaltens an Traditionen ist, sondern weil sie sich immer wieder radikal gewandelt hat, wozu wiederum eine Rückbesinnung auf die ursprüngliche kirchliche Sendung und den diakonischen Dienst drängte. Gerade dann, wenn sich die Kirche öffnet und verwundbar macht, kommt sie ihrem Auftrag nach. Sie stärkt damit aber auch ihre institutionelle Lernfähigkeit und Resilienz. Die Kirche kann ihre eigene Existenz nur dadurch rechtfertigen *und* sichern, dass sie sich nicht primär um sich selbst sorgt, sondern um das Schicksal der Menschen, um die „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art“ (*Gaudium et spes*, Nr. 1). Nur wenn die Kirche sich vorbehaltlos und mutig<sup>11</sup> auf die Fragen der Menschen und Mitgeschöpfe einlässt, findet sie zu ihrer eigenen Identität *und* sichert zugleich ihren Bestand.

## Literatur

*Antonovsky, A.* (1997): *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*, Tübingen.

*Beier, C.; Wurzer, C.* (2013): *Gott macht uns stark: 25 Kleinkinder-Gottesdienste*, Regensburg.

*Benedikt XVI.* (2005): *Deus caritas est. Enzyklika über die christliche Liebe* (Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls, Nr. 171), hg. v. Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz, Bonn.

*Bogaczyk-Vormayr, M.* (2012): *Vom Scheitern und Neubeginnen. Ein philosophischer Beitrag zur Resilienzforschung*: <http://www.ifz-salzburg.at/uploads/WP.Vormayr.SBSE.1.20121.pdf> (abgerufen am 20.06.2016).

*Böhler, D.* (1985): *Rekonstruktive Pragmatik. Von der Bewusstseinsphilosophie zur Kommunikationsreflexion: Neubegründung der praktischen Wissenschaften und Philosophie*, Frankfurt/Main.

---

<sup>11</sup> Zum Zusammenhang von Resilienz und Mut bzw. Tapferkeit vgl. Sedmak 2013, 37 f.; Titus 2006. Karl Rahner hat in seinen Beiträgen zum *Handbuch der Pastoraltheologie* immer wieder den Begriff des Mutes gebraucht. So spricht er vom „Tutorismus des Wagnisses“ (Rahner 1971a, 274), an anderer Stelle von einem „Mut zur Weltlichkeit der Welt“ und einem „Mut zur Kontingenz des Handelns“ (Rahner 1971b, 35–40).

- Boss, P. (2008): Verlust, Trauma und Resilienz. Die therapeutische Arbeit mit dem „uneindeutigen Verlust“, Stuttgart.
- Botschaft zum Weltfriedenstag 2016: *Franziskus*, Botschaft zur Feier des Weltfriedenstag am 1. Januar 2016. *Überwinde die Gleichgültigkeit und erringe den Frieden*. 8. Dezember 2015, [http://w2.vatican.va/content/francesco/de/messages/peace/documents/papa-francesco\\_20151208\\_messaggio-xlix-giornata-mondiale-pace-2016.html](http://w2.vatican.va/content/francesco/de/messages/peace/documents/papa-francesco_20151208_messaggio-xlix-giornata-mondiale-pace-2016.html) (abgerufen 22.9.2016).
- Bowman, P. J. A. (2013): A strengths-based social psychological approach to resiliency: Cultural diversity, ecological, and life span issues, in: Prince-Embury, S.; Saklofske, D. H. (Hg.), *Resilience in Children, Adolescents and Adults*. Translating Research into Practice, New York, 299–324.
- Crenshaw, D. A. (2013): A Resilience Framework for Treating Severe Child Trauma, in: Goldstein, S.; Brooks, R. B. (Hg.), *Handbook of Resilience in Children*, 2. Auflage, New York, 309–327.
- Endreß, M.; Maurer, A. (2015) (Hg.): *Resilienz im Sozialen*. Theoretische und empirische Analysen, Wiesbaden.
- Evangelii gaudium: *Franziskus*, Apostolisches Schreiben *Evangelii gaudium* an die Bischöfe, an die Priester und Diakone, an die Personen geweihten Lebens und an die christgläubigen Laien über die Verkündigung des Evangeliums in der Welt von heute. 24. November 2013, hg. v. Sekretariat der Deutschen Bischofskonferenz (Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls 194), Bonn 2013.
- Fookes, I. (2016): Psychologische Perspektiven der Resilienzforschung, in: Wink, R. (Hg.), *Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung*, Wiesbaden, 13–45.
- Fröschl, M. (2016): Verwundet reifen. Salutogenese und Resilienz als hoffnungsvolle Zukunftsperspektive, in: *Stimmen der Zeit* 234 (2), 315–322.
- Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland* (1976): Beschluss: Unsere Hoffnung. Ein Bekenntnis zum Glauben in dieser Zeit, in: dies., *Beschlüsse der Vollversammlung*. Offizielle Gesamtausgabe I, Freiburg/Br., 84–111.
- Gruhl, M. (2014): *Resilienz für Lehrerinnen und Lehrer*. Kraft für die Schule und für mich, Freiburg/Br.
- Habermas, J. (2005): *Zwischen Naturalismus und Religion*. Philosophische Aufsätze, Frankfurt/Main.
- Hanbury, R.; Indart, M. J. (2013): Resilience Revisited: Towards an Expanding Understanding of Postdisaster Adaptation, in: Prince-Embury, S.; Saklofske, D. H. (Hg.), *Resilience in Children, Adolescents and Adults*. Translating Research into Practice, New York, 213–225.
- Heimbach-Steins, M. (2001): *Einmischung und Anwaltschaft*. Für eine diakonische und prophetische Kirche, Ostfildern.
- Hieke, T. (2009): „Glaubt ihr nicht, so bleibt ihr nicht“ (Jes 7,9). Die Rede vom Glauben im Alten Testament, in: *Theologie und Glaube* 99, 27–41.
- Höhn, H.-J. (2014): *Das Leben in Form bringen*. Konturen einer neuen Tugendethik, Freiburg/Br.
- Josepf, S. (2015): *Was uns nicht umbringt*. Wie es Menschen gelingt, aus Schicksalsschlägen und traumatischen Erfahrungen gestärkt hervorzugehen, Berlin – Heidelberg.
- Keul, H. (2015): *Weihnachten – Das Wagnis der Verwundbarkeit*, 2. Auflage, Regensburg.
- Keupp, H. (2013): Fit für was? Beratung als Aktivierungsschema fürs Hamsterrad, in: ders. (Hg.), *Heraus aus der Ohnmachtsfalle*. Psychologische Einmischungen, Tübingen, 201–219.
- Knapp, N. (2016): *Der unendliche Augenblick*. Warum Zeiten der Unsicherheit so wertvoll sind, 3. Auflage, Reinbeck bei Hamburg.
- Lewis, A. (2007): *Responsorisch Kirche sein*. Antwortgestalt und Sendung der Kirche nach Hans Urs von Balthasar, Berlin.
- Luhmann, N. (2002): *Die Religion der Gesellschaft*, hg. von André Kisserling, Frankfurt/Main.
- Möhring-Hesse, M. (2013): Horch, was kommt von draußen 'rein? Zur Theologie christlicher Sozialethik im Anschluss an *Gaudium et spes*, in: Vogt, M. (Hg.), *Theologie der Sozialethik*, Freiburg/Br., 63–91.

- Rahner, K. (1971a): Die Gegenwart der Kirche. Theologische Analyse der Gegenwart als Situation des Selbstvollzugs der Kirche, in: Arnold, F. X. u. a. (Hg.), Handbuch der Pastoraltheologie. Praktische Theologie der Kirche in ihrer Gegenwart, Bd. II/1, 2. Auflage, Freiburg/Br., 178–276.
- Rahner, K. (1971b): Der Auftrag der Kirche in der bleibend säkularen Welt, in: Arnold, F. X. u. a. (Hg.), Handbuch der Pastoraltheologie. Praktische Theologie der Kirche in ihrer Gegenwart, Bd. II/2, 2. Auflage, Freiburg/Br., 35–45.
- Ratzinger, J. (1969): Weltoffene Kirche? Überlegungen zur Struktur des Zweiten Vatikanischen Konzils, in: ders., Das neue Volk Gottes. Entwürfe zur Ekklesiologie, Düsseldorf, 282–301.
- Rosa, H. (2015): Sich mit der Welt verändern, in: Die Zeit 14/2015 (1.4.2015), <http://www.zeit.de/2015/14/lebendigkeit-beziehung-soziologie-kunst-tod> (abgerufen 20.6.2016).
- Rosa, H. (2016): Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung, Berlin.
- Schirach, A. von (2014): Du sollst nicht funktionieren. Für eine neue Lebenskunst, Stuttgart.
- Schirach, A. von (2015): Lob der Verletzlichkeit, in: Philosophisches Magazin 2, 60 f.
- Schneider, M. (2006): „Die Zeichen der Zeit verstehen“. Zum Verhältnis von christlicher Sozialethik und Gesellschaftsdiagnose, in: Hilpert, K.; Bormann, T. (Hg.), Solidarische Gesellschaft. Christliche Sozialethik als Auftrag zur Weltgestaltung im Konkreten, Regensburg, 43–63.
- Schneider, M.; Vogt, M. (2017): Responsible Resilience. Rekonstruktion der Normativität von Resilienz, in: Gaia [im Erscheinen].
- Schockenhoff, E. (2011): Chancen zur Versöhnung? Die Kirche und die wiederverheirateten Geschiedenen, Freiburg/Br.
- Sedmak, C. (2013): Innerlichkeit und Kraft. Studie über epistemische Resilienz, Freiburg/Br.
- Short, D.; Weinspach, C. (2010): Hoffnung und Resilienz. Therapeutische Strategien von Milton H. Erickson, Zweite Auflage, Heidelberg.
- Sloterdijk, P. (2009): Du mußt dein Leben ändern. Über Anthropotechnik, Frankfurt/Main.
- Stangl, E. D. (2016): Resilienz durch Glauben. Die Entwicklung psychischer Widerstandskraft bei Erwachsenen. Mit einem Geleitwort von Klaus Kießling (Zeitzeichen, Bd. 39), Ostfildern.
- Titus, C. S. (2006): Resilience and the virtue of fortitude: Aquinas in dialogue with the psycho-social sciences, Washington, D. C.
- Viertel, M. (2012): Warum wir scheitern. Zum sinnvollen Umgang mit Misserfolgen, Hannover.
- Vogt, M. (2009): Die Stärke der Schwachen. Vorstudien zu einem sozialetischen Programm, in: Münchner Theologische Zeitschrift 60 (1), 2–17.
- Vogt, M. (2015): Zauberwort Resilienz. Eine Begriffsklärung (Bayerischer Forschungsverbund ForChange, Working Paper 2), <http://resilienz.hypotheses.org/wp2> (abgerufen am 30.04.2016).
- Vogt, M. (2016): Stark fürs Leben. Bildungsziele aus der Sicht christlicher Sozialethik, in: Erzbischöfliche Pater-Rupert-Mayer-Schule Pullach (Hg.), 90 Jahre Kollegsgebäude – 50 Jahre Pater-Rupert-Mayer-Realschule und -Gymnasium. Festschrift, St. Ottilien, 24–38.
- Werner, E. E. (1996): Vulnerable, but invincible. High risk children from birth to adulthood, in: European Child & Adolescent Psychiatry 5 (1), 47–51.
- Werner, E. E. (2008): Wenn Menschen trotz widriger Umstände gedeihen – und was man daraus lernen kann, in: Welter-Enderlin, R.; Hildenbrand, B. (Hg.), Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände, 2. Auflage, Heidelberg, 28–42.
- Werner, E. E. (2011): Risiko und Resilienz im Leben von Kindern aus multiethnischen Familien. Ein Forschungsbericht, in: Zander, M. (Hg.), Handbuch Resilienzförderung, Wiesbaden, 32–46.
- Werner, E. E. (2013): What Can We Learn about Resilience from Large-Scale-Longitudinal Studies?, in: Goldstein, S.; Brooks, R. B. (Hg.), Handbook of Resilience in Children, 2. Auflage, New York, 87–102.
- Werner, E. E.; Smith, R. (1992): Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood, New York.

Wink, R. (2016) (Hg.): Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung, Wiesbaden.

Young, A. (2006): Trauma und Verarbeitung in den USA nach dem 11. September 2001. Ein anthropologischer Blick auf virtuelle Traumata und Resilienz, in: Wohlfahrt, E.; Zaumseil, M. (Hg.), Transkulturelle Psychiatrie – Interkulturelle Psychotherapie. Interdisziplinäre Theorie und Praxis, Heidelberg, 391–410.

Zenger, E. u. a. (2015): Einleitung in das Alte Testament, 9., aktualisierte Auflage, Stuttgart.

The three Christian virtues faith, hope and love fit astonishingly good to factors of resilience like sense for coherence, acceptance of existence, ability to act, self-efficacy or empathy. The reflection analyses how far this interference reaches and where theology transcends the concept of resilience. One result is: Faith, hope and love stimulate resilience if they prove to be forces which enable to relativize anxiety and motivate an attitude of critical confidence and a readiness to care for others. But they also occur as ambivalent phenomena, which have to be proved under the critical view of interdisciplinary research about resilience.