

Der philosophische Gehalt des Resilienzbegriffs

Normative Aspekte

von Julian Nida-Rümelin und Rebecca Gutwald

Der folgende Beitrag beschäftigt sich mit der normativen Dimension des Resilienz-begriffs. Wir gehen in drei Schritten vor. Im ersten Teil wird eine philosophische Begriffsanalyse von Resilienz unternommen. Im zweiten Teil zeigen wir auf, inwiefern die Themen der Resilienz bereits in der Philosophiegeschichte zu finden sind. Der dritte Teil überträgt die Erkenntnisse der philosophiehistorischen Analyse auf die aktuelle Resilienzdiskussion, um ein normatives Resilienzverständnis zu entwickeln. Dabei werden wir die These in den Raum stellen, dass sich Resilienz ohne ein normatives Konzept von Autorschaft nicht vollständig verstehen lässt.

Einleitung

Unser Anliegen ist es, einige philosophische Anmerkungen zum Resilienz-begriff vorzutragen.¹ ‚Resilienz‘ scheint mittlerweile ein regelrechtes Zauberwort darzustellen. Das Konzept ist eines der wenigen, das nicht nur eine rasche wissenschaftliche Karriere gemacht hat, sondern auch in den populären Diskurs eingegangen ist. Kaum ein Monat vergeht, in dem nicht eine renommierte Zeitschrift einen Artikel dazu herausbringt, warum Resilienz z. B. der Schlüssel zu mehr Erfolg am Arbeitsplatz, in der Schule oder überhaupt im Leben ist. Meist ist eine Art ‚immunisierende Persönlichkeitseigenschaft‘ gemeint, die es lediglich zu „wecken oder zu trainieren“ (Fingerle 2007, 299) gilt, um Individuen so lang zu optimieren, dass sie gegenüber Stress und Druck unverwundbar werden.

Auch die Human- und Sozialwissenschaften erliegen zunehmend dem Zauber des Resilienz-begriffs. Doch woher kommt die Faszination, die hinter diesem Konzept steckt? Welche normativen Implikationen hat es, wenn wir von ‚Resilienz‘ sprechen? Ist Resilienz immer gut?

Unser Beitrag untersucht die normativen Aspekte von Resilienz in drei Schritten: Wir stellen eine philosophische Begriffsanalyse von individueller Resilienz voran, welche die Genese des Begriffs berücksichtigt. Zweitens erfolgt eine philosophiehistorische Untersuchung. Dabei wird sich herausstellen, dass der in der Wissenschaft relativ neue Resilienzdiskurs Themen berührt, die in der Philosophiegeschichte unter verschiedenen Kon-

¹ Dieser Beitrag beruht in Teilen auf dem Vortrag von Julian Nida-Rümelin mit dem Titel „Resilienz – Philosophische Anmerkungen zu einem wichtigen Begriff“ anlässlich der Tagung des Bayerischen Forschungsverbundes ForChange zum Thema „Zauberwort Resilienz“ an der Evangelischen Akademie Tutzing am 27. Februar 2015.

zeptionen diskutiert wurden. Es gibt also einen „Schatz“ aus der Philosophie zu heben, der zur Klärung des Resilienzbegriffs beitragen kann. Aufbauend auf diese philosophiehistorische Analyse werden wir in einem dritten Schritt die These in den Raum stellen, dass sich Resilienz heute ohne ein normatives Konzept von Autorschaft nicht vollständig verstehen lässt. Diese Argumentation dient dazu, den Resilienzbegriff in philosophischer und interdisziplinärer Arbeit weiter zu entwickeln.

1. Begriffsanalyse aus philosophischer Sicht

Um den Resilienzbegriff und die Faszination, die er auslöst, zu verstehen, ist es sinnvoll, sich mit der Genese des Begriffs auseinanderzusetzen. Dabei ist eine transatlantische Verschiebung der Resilienzforschung zu beobachten. Diese hat zunächst in den USA begonnen und kam erst deutlich später nach Europa bzw. Deutschland (Endreß; Rampp 2015). Ein erster übergreifender Zusammenhang ist die Entwicklungspsychopathologie, d. h. die Erforschung von psychischen Leiden im Laufe der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Begriffsgenese Resilienz

Es gibt eine berühmte Studie, auf die immer wieder Bezug genommen wurde und wird. Es handelt sich dabei um eine Langzeitstudie mit einer Dauer von über vierzig Jahren, die alle im Jahre 1955 auf Hawaii geborenen Menschen umfasst (Werner 2007). Diese Menschen wuchsen damals unter risikobehafteten Bedingungen auf, die eigentlich mit hoher Wahrscheinlichkeit psychische Auffälligkeiten bzw. Erkrankungen, Gewaltneigung und dysfunktionale soziale Beziehungen und Familienbeziehungen bei den Heranwachsenden mit sich brachten. Das Resultat der Studie war jedoch, dass etwa ein Drittel der Kinder und Jugendlichen, die ungünstigen Bedingungen, unter denen sie aufwuchsen, offenbar gut verkrafteten. Trotz teilweise extremer Belastungen waren bei ihnen keine psychischen Schäden festzustellen. Daraufhin stellte sich natürlich die Frage, was die einen von den anderen unterscheidet? Eine erste Hypothese, die in den Raum gestellt wurde, war, dass der Unterschied genetisch bedingt sein könnte. So wie die Körpergröße genetisch bedingt ist, könnte es z. B. auch eine Eigenschaft geben, die man als Widerstandsfähigkeit der Seele bezeichnet und die ebenfalls genetisch bedingt ist. Je nach genetischer Ausprägung dieser Eigenschaft können die Kinder und Jugendlichen dann gut oder schlecht mit den äußeren psychischen Belastungen umgehen. Von dieser Behauptung ist man jedoch rasch wieder abgekommen und hat andere Faktoren für den Unterschied im Umgang mit Stresssituationen ausfindig gemacht. Eine wichtige Rolle scheint das Erlernen von Strategien der Widerstandsfähigkeit zu spielen. Altmodisch formuliert geht es dabei also um Bildungserfolg im weiten Sinne, d. h. verstanden als Persönlichkeitsbildung und um die familiäre und soziale Unterstützung dabei.

Indem der Fokus der psychologischen Forschung auf die Widerstandskraft gelegt wurde, läutete der Resilienzdiskurs einen Paradigmenwechsel ein. Richtete sich beispielsweise die Denkrichtung der Psychologie vor rund 30 Jahren vorwiegend auf Entwicklungs-

defizite und Fehlanpassungen, die es zu beseitigen galt, fokussiert die Resilienzforschung auf die Widerstandsfähigkeit von Menschen, wenn sie Krisen ausgesetzt sind (Zander 2008; Crabtree 2013). Das erklärt einen Teil seiner Faszination. In der weiteren Debatte wurde jedoch offenkundig, dass es eine Reihe begrifflicher Unsicherheiten gibt, wenn von Resilienz die Rede ist. So wird sie auf der einen Seite mit „Robustheit“ oder „Stabilität“ gleichgesetzt, während auf der anderen von „Anpassungsfähigkeit“ oder „Flexibilität“ die Rede ist. Aus unserer Sicht zeigt dies, wie unten noch weiter ausgeführt wird, dass sich unter Resilienz unterschiedliche Bewältigungsstrategien zusammenfassen lassen und der Begriff sich nicht hinreichend durch eine der genannten Aspekte definieren lässt.

Resilienz spielt aber noch in einer anderen, von der Psychologie abgekoppelten Wissenschaft eine tragende Rolle, nämlich in der Ökosystemtheorie (u. a. Walker 2014). Untersucht wird, kurz gesagt, die Fähigkeit eines Ökosystems angesichts sozialer, sozio-ökologischer oder rein ökologischer Störungen seine grundlegende Organisationsweise zu erhalten. Um die Idee hinter dem Resilienzbezug möglichst abstrakt zu formulieren, bietet sich die Sprechweise von Systemen an. So kann man z. B. fragen, was ein politisches System wie die Demokratie braucht, um einer Störung von außen (z. B. einem militärischen Angriff) zu widerstehen. Oder man kann untersuchen, unter welchen Bedingungen das System eines Sees sich erhält, wenn schädliche Stoffe in den See eindringen (oder ob das Gewässer ‚umkippt‘, also in seiner Identität nicht erhalten bleibt). Dementsprechend geht es bei Resilienz um die Stabilität von Systemen angesichts äußerer Störungen. Die Frage, die sich in diesem Zusammenhang stellt, ist, unter welchen Bedingungen Systeme die Kapazität entwickeln, auch bei massiven äußeren Störungen zu überleben.

Vergleicht man die systemtheoretische mit der individualpsychologischen Sichtweise, fallen trotz der andersgearteten Kontexte zwei Gemeinsamkeiten auf, die wir als gemeinsamen Nenner für die Begriffsexplikation von Resilienz ansehen. Mittels philosophischer Begriffsanalyse können notwendige und hinreichende Bedingungen für die Zuschreibung von „Resilienz“ identifiziert werden (Gutwald 2015; Wustmann 2004):

- a. Es muss eine signifikante Störung für die Entwicklung der jeweiligen Entität vorliegen.
- b. Es muss eine erfolgreiche Bewältigung der Störung erfolgen.

Vorteilhaft ist, dass diese Definition dem Umstand Rechnung trägt, dass es sich bei Resilienz streng genommen um das Ergebnis eines Prozesses handelt. Das bedeutet, dass man Resilienz in strengem Sinn erst ex post zuschreiben kann. So wurde Resilienz beispielsweise in Werners Studie erst dann als gesichert angesehen, wenn die betreffenden Kinder sich zu selbstständigen Erwachsenen entwickelt haben. Insofern können wir von Resilienz als *Erfolgsbegriff* sprechen, im Gegensatz zu Resilienzpotential bzw. Resilienzfaktoren als prozessuale Konzepte, die die Chance auf Resilienz erhöhen können.

Im Folgenden fokussieren wir uns auf die psychologische und sozialwissenschaftliche Anwendung des Resilienzbegriffs. Man kann zwar von einer Resilienz von Systemen sprechen, um die Diskussion so abstrakt wie möglich und interdisziplinär anschlussfähig zu halten. Das hat jedoch den unerfreulichen Nebeneffekt, dass Kinder oder psychische

Verfasstheiten zu Systemen werden. Der Aspekt der menschlichen Freiheit und der Autorschaft, den wir im Folgenden betonen, bleibt damit so gut wie außen vor. Außerdem besteht die Gefahr, sich die Sprache der Systemtheorie einzukaufen, wie etwa Luhmanns Theorie der autopoietischen Systeme (Luhmann 1994), auf welche wir uns nicht festlegen wollen.

Festzuhalten bleibt daher, dass man von einem gemeinsamen Begriffskern ausgehen kann. Jedoch hat der Resilienzbezug je nach der Disziplin, in der er eingesetzt wird (u. a. Ökologie, Ökonomie, Psychologie, Sozialwissenschaften usw.), stark unterschiedliche Konnotationen und Schwerpunkte. Resilienz kann damit nicht abschließend enger definiert werden als durch die genannten Bedingungen. Der Begriff und seine Verwendung in den verschiedenen Disziplinen weist damit eine Art Wittgensteinsche „Familienähnlichkeit“ (Wittgenstein 1986) auf, welche geeignet ist, um die verschiedenen Deutungen zu einem gemeinsamen Bezugspunkt zu bringen, ohne die Pluralität der beteiligten Disziplinen zu vernachlässigen. Letztlich hängen die Spezifika des verwendeten Resilienzbezug von Schwerpunktsetzungen in der Untersuchung und dem Kontext ab. Im Folgenden werden wir uns auf den individualpsychologischen Bereich konzentrieren, wo ein Begriffsinstrumentarium entwickelt wurde, mit dem genauer verstanden werden kann, was Resilienz bei einzelnen Personen ausmacht. Es dient uns als Grundlage, um die normativen Aspekte der Resilienz aufzuzeigen. Dafür greifen wir auf ein verwandtes Konzept aus der Medizinsoziologie zurück: die Salutogenese. Dies wird mit unseren o. g. Resilienzbedingungen kombiniert, um den individualpsychologischen Resilienzbezug zu konkretisieren.

Resilienz und Salutogenese

Der Medizinsoziologe Aharon Antonovsky hat den Begriff der Salutogenese in den 1980ern geprägt, um Gesundheit nicht nur als defizitären Zustand zu verstehen. Ähnlich wie beim klassischen Resilienzdiskurs fragt er, welche „generalisierten Widerstandsressourcen“ der Menschen hat, um „Stressoren“ zu bewältigen (Antonovsky 1997). Übertragen auf die o. g. Resilienzbedingungen lässt sich dieser Zugang wie folgt ausdrücken.

- a. Ein Individuum (Entität) erlebt eine Bedrohung, also einen „Stressor“.
- b. Das Individuum hat die notwendigen Ressourcen, um den Stressor zu bewältigen.

Was Antonovsky als „Widerstandsressourcen“ bezeichnet, ist Resilienzpotential, das Individuen ausgeschöpft, um Krisen, Schocks, Stress zu bewältigen. Antonovsky entwickelt im Weiteren die Idee eines „Kohärenzsinn“ („sense of coherence“, ebd., 33). Dieser meint eine Art Ordnung, die zwischen der Welt und ihren Handlungen hergestellt wird. Dies ist aus unserer Sicht auch das Herzstück von Resilienz: Zur Resilienz einer Person trägt es bei, wenn es ihr gelingt, die belastenden Vorgänge, mit denen sie konfrontiert ist, zu interpretieren und sich ihnen gegenüber in einer bestimmten Weise zu verhalten. Der Kohärenzsinn setzt sich aus drei Komponenten zusammen.

Die Person muss eine Art Sicht auf die sie umgebende Welt aufrechterhalten, die die Vorgänge *kohärent* hält. Das erste Merkmal resilienter Personen ist damit die Verständ-

lichkeit bzw. englisch *comprehensibility*. In einem banalen Sinne heißt das nichts anderes, als dass die Person einen noch verlässlichen Realitätsbezug hat. Die Stressfaktoren werden also nicht als so stark empfunden, dass die Person sich gegenüber den Störungen abschirmt und diese nicht mehr wahrnimmt. Sofern sich Menschen als Akteure in einer Welt mit Überraschungen verstehen, bedeutet Resilienz, in der Lage zu sein, die eigene Praxis als Ganze kohärent zu halten und sie gegenüber äußeren und unerwarteten Störungen durchzuhalten. Die sinnstiftenden Haltungen und Wertungen einer Person dürfen nicht durch diese äußeren Einflussnahmen zerstört werden.

Eng im Zusammenhang damit steht die Fähigkeit von Menschen ihrem eigenen Handeln und dem Handeln anderer Bedeutung abzugewinnen. Diese Bedeutsamkeit (*meaningfulness*) ist eine zweite Charakteristik von Resilienz. Oft werden Schicksalsschläge mit einem Sinn unterlegt, der aber für die psychische Stabilität nicht unwichtig ist und es Menschen erlaubt über diese Krisen hinwegzukommen. Ein schwerer Schicksalsschlag wird hier z. B. als Hinweis dafür verstanden, dass das bisherige Leben korrigiert werden müsste oder schlimme Erfahrungen werden als Erweiterungen der eigenen Persönlichkeit interpretiert.

Drittens sind Personen, die ein hohes Maß an Resilienz aufweisen, meist davon überzeugt die Dinge im Griff zu haben bzw. sie handhaben zu können (*manageability*). Sie verhalten sich nicht nur reaktiv. Sie haben auch nicht das Gefühl, mit etwas konfrontiert zu sein, das unheimlich ist und ihnen Angst bereitet. Vielmehr setzen sie sich aktiv mit den Geschehnissen auseinander und haben Ressourcen, damit umzugehen.

An dieser Stelle kann man sich kritisch fragen, ob es sich hier strenggenommen um universale Befunde handelt oder bloß um den Versuch, genauer zu klären, was wir unter Resilienz einer Person, die mit einer schwierigen Lebenssituation konfrontiert ist, verstehen wollen. Wie oben angedeutet, ist es jedoch möglich und nötig, Resilienz für einzelne Kontexte auszudifferenzieren. Daher wird durch die Anwendung des Antonovskyschen Modells hier keine allgemeine Aussage über den Resilienz-begriff gemacht. Wir sprechen hier lediglich über die begriffliche Klärung individueller und normativer Resilienz.

Zur ersten Veranschaulichung, inwiefern Resilienz normative Aspekte aufweist, wollen wir einen Blick in die Philosophiegeschichte, genauer gesagt, in die Spätantike unternehmen. So zeigt sich, dass Resilienz, verstanden als Strategie, mit Veränderungen umzugehen, nichts fundamental Neues ist. Wichtiger ist aber, dass solche Strategien menschlicher Resilienz in der Regel mit einer wertvollen Form von menschlicher Handlungsfähigkeit verknüpft sind, wie wir im dritten Teil aufzeigen.

2. Philosophiegeschichtliche Perspektive: Resilienzstrategien in der Spätantike

Obwohl der Resilienz-begriff in der Philosophie bisher nicht prominent diskutiert wird, berührt er eine Reihe von philosophischen Ideen, welche seit der Antike eine Rolle in der Ethik spielen. Es lohnt sich für die begriffliche Klärung von Resilienz aus unserer Sicht,

diesen „Schatz“ aus der Philosophie zu heben und ihn mit dem modernen Resilienzdiskurs zu verknüpfen.

Die Zeit nach der griechischen Klassik, also der Hellenismus und die römische Antike, war im Wesentlichen durch zwei große sich gegenüberstehende Weltanschauungen geprägt, die bis heute massive Nachwirkungen haben: Epikureismus auf der einen und Stoizismus auf der anderen Seite. Diese beiden Strömungen haben bei weitem jedoch mehr Gemeinsamkeiten, als üblicherweise dargestellt wird. Ein Blick auf den jeweils zentralen Begriff dieser beiden Weltanschauungen deutet bereits darauf hin. Für die Stoiker stellt nämlich die *apátheia*, d. h. die Leidens- und Leidenschaftslosigkeit, und für den Epikureismus die *ataraxia*, d. h. die Fähigkeit nicht erschüttert zu werden, die zentrale Tugend dar (Long; Sedley 1987).

Griechische Nachklassik: Epikur und die Stoiker

Eine hervorstechende Entwicklung in der griechischen Klassik ist, dass bereits eine für damalige Verhältnisse kühne Form der Demokratie etabliert wurde. Diese beruhte letztlich auf der Kooperationsbereitschaft und der freiwilligen Aufteilung von Aufgaben dieser freien Bürger der Stadt. Die Stresssituation bestand nun darin, dass all diese Errungenschaften durch den Einmarsch der Makedonier jäh zerstört wurden und in Griechenland schließlich unter Alexander dem Großen eine imperiale Herrschaftsform etabliert wurde. Das war das Ende der kollektiven Selbstbestimmung und der Autarkie des Volkes.

Das Dogma der epikureischen Strategie war Rückzug (Epikur 2004). Bislang wollte man selbst die Bedingungen des Zusammenlebens gestalten, doch angesichts der fernen, bürokratisch überformten Herrschaft, half nur der Rückzug ins Private, denn nur so konnte man den stressmachenden Faktoren entkommen. Die Sorge um sich selbst wurde zur zentralen Lebensaufgabe auserkoren.

Die Strategie der Stoiker beruhte auf der Annahme, dass die Welt gewissen Vernunftregeln gehorcht (Long 1987). Sie ist „logisch“ strukturiert; Individuen haben nur eine minimale Einflussmöglichkeit. Trotzdem haben sie aber die Aufgabe dazu beizutragen, dass sich diese vernünftige Ordnung gut entwickelt. Die Resilienzstrategie besteht darin, dass eine geordnete Welt anerkannt wird, die ein hohes Maß an Determination aufweist. Trotzdem gibt es in dieser Welt Verantwortlichkeit, diese ist jedoch auf einen kleinen Bereich beschränkt. Nur demgegenüber, was ich kontrollieren und beeinflussen kann, sollte ich wertend Stellung nehmen. Alles andere sind die *adiáphora*, d. h. die Dinge, die ich nicht unterscheiden kann *und* sollte. Diesen Dingen sollte ich indifferent gegenüberstehen, was auch immer geschehen mag. Auch der schlimmste Schicksalsschlag kann mich nicht erschüttern, weil ich darauf keinen Einfluss habe. Auf der Unterscheidung zwischen *adiáphora* und den Dingen, die *eph' hemin* sind, d. h. „up to us“, baut die Resilienzstrategie der Stoiker auf: „Erkenne die Dinge, die du kontrollieren kannst und denen gegenüber du wertend Stellung nehmen kannst – und sollst – und für die du Verantwortung übernimmst.“ Alles andere ist jenseits dessen, was du kontrollieren kannst. Diesem gegenüber solltest du völlig indifferent sein und keine Gefühle der Abneigung oder Zuneigung entwickeln.

Das sind zwei in ihren Details sehr komplexe und vermutlich auch ziemlich erfolgreiche Resilienzstrategien. Setzt man sie in Beziehung zu der oben skizzierten Idee des Kohärenzsinnns, zeigt sich, dass beide Strategien die drei o. g. Komponenten aufweisen. Der epikureische Rückzug basiert auf der Einschätzung, dass die Herrschaft zu komplex und überfordert ist (Verständlichkeit). Ein Sinn kann der Krise so gegeben werden, indem man anerkennt, dass die kontingenten Umstände der Welt, z. B. die Herrschaft, dazu führen, dass man sich auf das Wesentliche, d. h. die Selbstsorge besinnt (Bedeutsamkeit). Und letztlich macht der Rückzug aus dem chaotischen Leben die Situation handhabbar.

Parallel kann die stoische Haltung als resilienzfördernd interpretiert werden. Denn sie erfordert die realistische Einschätzung, wie und wann man als Individuum wirksam sein kann. Im psychologischen Resilienzdiskurs ist die Selbstwirksamkeitsüberzeugung ein wichtiges Charakteristikum für resiliente Menschen (Gutwald 2015). Sie spiegelt sich in der Verständlichkeit wieder. Die Bedeutsamkeit lässt sich bei den Stoikern nicht so leicht festmachen: Sie ist vielmehr darin zu suchen, was als nicht bedeutsam, da nicht beeinflussbar, für das Leben angesehen wird. Letztlich wird auch die Handhabbarkeit der Probleme von dem Gedanken der Kontrollierbarkeit bestimmt: Der Stoiker wendet seine logische Herangehensweise an und nimmt wertend dazu Stellung.

Aus unserer Sicht liegt es nahe, diese beiden Ansätze als zwei Resilienzstrategien aufzufassen, die als Reaktion auf eine extreme Stresssituation gegen Ende des klassischen Zeitalters im antiken Griechenland entwickelt wurden, und zwar so erfolgreich, dass sie Jahrhunderte lang Bestand hatten – auch in der christlichen Philosophie.

Resilienzstrategien in der christlichen Philosophie: Das Beispiel Augustinus

Da es sich hier um einen weitgehend philosophischen Beitrag handelt, kann nicht darauf eingegangen werden, inwiefern theologische Werke oder die christliche Lebenshaltung Resilienz thematisieren und zu fördern beanspruchen. Nahe liegt diese Annahme, weil nicht wenige christliche Gelehrte Elemente des stoischen bzw. epikureischen Gedankenguts in ihre Werke aufgenommen haben. Es wird angenommen, dass bereits Paulus mit den stoischen Lehren vertraut war, was sich jedoch aufgrund mangelnder Quellenlage schwer beweisen lässt (Engberg-Pedersen 2000).

Als eines der ersten christlichen Werke, in dem der Umgang mit Bedrohung, von außen oder innen, thematisiert wurde, lassen sich die Schriften von Augustinus anführen (Augustinus 1982, 2009). Dort finden sich an einigen Stellen stoische Gedanken, welche Augustinus mit der christlichen Lehre verknüpft. Ähnlich wie die Stoiker geht er davon aus, dass die Welt einer vernünftigen, d. h. göttlichen Ordnung unterworfen ist, in der der Mensch nur begrenzte Einflussmöglichkeiten hat. Gleichwohl sieht auch Augustinus wie die Stoiker das Glück als oberstes Ziel menschlichen Strebens. Dieses Glück ist jedoch nur durch Vernunft und gleichzeitige Ablehnung der körperlichen Leidenschaften erreichbar. Analog zu den obigen Ausführungen kann gesagt werden, dass Augustinus eine Art christlich-philosophischer Resilienzstrategie entwirft.

Zu bemerken ist jedoch, dass Augustinus in einem wichtigen Punkt von den Stoikern abweicht. Während die Stoiker völlige Indifferenz gegenüber körperlichen und anderen ‚Störungen‘ anstrebten, geht es Augustinus um eine Abhärtung gegenüber körperlichen

Begierden, deren Existenz nicht verleugnet werden kann, die aber letztlich zugunsten einer asketischen Lebensweise abzulehnen sind. Es ist fraglich, ob sich hier, gerade aufgrund der christlichen Lehre von Augustinus, Zwiespalt auftut: Einerseits ist der Körper und das Leben ein Geschenk Gottes, und es wäre eine Sünde, dieses abzulehnen. Letzteres impliziert Augustinus' Lehre aber (Flasch 1980). Aufgrund dieses Widerspruchs ist fraglich, ob die Strategie der Askese, die Augustinus vertritt, die nötige Verstehbarkeit bzw. die Bedeutsamkeit für den Kohärenzsinn eines Individuums liefern kann. An dieser Stelle kann dies nicht weiter diskutiert werden, da diese Frage einer detaillierten Untersuchung bedarf, die wir hier nicht liefern können. Festzuhalten ist aber, dass die Frage nach dem richtigen Umgang mit ‚Störungen‘ bereits in den Anfängen der christlichen Philosophie thematisiert wurde. Spuren des Resilienzdiskurses finden sich also bereits in frühen Abhandlungen der abendländischen Geistesgeschichte. Resilienz ist nicht einfach nur ein Modebegriff, sondern ein die Philosophie begleitendes Thema.

Aus diesem kurzen Ausflug in die Philosophiegeschichte lässt sich ersehen, inwiefern die Thematik der Krisenbewältigung immer eine Rolle in der praktischen Philosophie sowie in der christlichen Ethik gespielt hat. Diese Strategien lassen sich in Verbindung bringen mit den drei Komponenten von Resilienz, welche wir unter Heranziehung der Arbeiten von Antonovsky im ersten Teil identifiziert haben. Der Resilienzdiskurs hat daher einen engeren Bezug zu ethisch-philosophischen Kernfragen, als bisher angenommen. Insbesondere weisen sie uns darauf hin, wann Resilienz in welcher Hinsicht normativ zu bewerten ist, nämlich, wenn eben jene drei Komponenten vorliegen. Um dies plausibel zu machen, müssen wir jedoch noch aufzeigen, wann und warum die genannten Komponenten – und damit Resilienz – normativ wertvoll sind.

3. Normative Perspektive: Resilienz als Autorschaft

In der psychologischen sowie sozialwissenschaftlichen Debatte finden sich häufig wertende Strukturen oder Urteile über die Zielsetzung von Resilienz. Besonders für sog. „interventionistische“ Ansätze (Endreß; Rampp 2015), welche auf Förderung von Resilienz bei Menschen abzielen, ist Resilienz positiv besetzt, während Krisen und Vulnerabilität negativ anzusehen sind. Zu den normativen Komponenten des Resilienzbegriffs gibt es allerdings so gut wie keine systematischen Untersuchungen. Meist werden diese nicht explizit gemacht (Zander 2010, 2013). Die folgenden Ausführungen bauen auf der These auf, dass der Begriff „Resilienz“ eine starke normative Aufladung besitzt und ein rein empirischer Diskurs über den Resilienzbegriff folglich nicht möglich ist. Ein Beispiel, das unten nochmals aufgenommen wird: Rein empirisch betrachtet wäre der vermutlich resilienteste Staat der Gegenwart Nordkorea. Es scheint aber kaum plausibel, Nordkorea als besonders resilient und in der Hinsicht bewundernswert zu präsentieren. Vielmehr ist dieser Staat unfähig, sich in einer humanen Weise zu entwickeln. Dort fehlt es offensichtlich an der Fähigkeit, sich auf neue globale Bedingungen einzustellen und Rücksicht auf die Interessen der Bürgerinnen und Bürger zu nehmen. In einem solchen Fall scheint uns der Resilienzbegriff unangebracht zu sein, weil ‚resilient zu sein‘ eine normative Wertung beinhaltet. Um diese These zu untermauern, verbinden wir die obigen Ausführungen

mit dem normativen Konzept der ‚Autorschaft‘. Dabei handelt es sich auch um den Versuch eines Brückenschlages zwischen Philosophie, Psychologie und Sozialwissenschaft, also dem interdisziplinären Kontext, in dem der individuelle Resilienzbezug zu finden ist.

Autorschaft und Resilienz

Für das Folgende gehen wir davon aus, dass es menschliche Autorschaft gibt, was nicht unumstritten ist.² Ein Indiz dafür, dass es sie gibt, stellt das Faktum dar, dass sich Individuen selbst als Akteure sehen. Wir gehen davon aus, Autorin oder Autor des eigenen Lebens zu sein. Ich bin Urheber dessen, was *ich* tue. Es gibt neurophysiologische Störungen, die z. B. dazu führen können, dass sich mein Arm bewegt, obwohl *ich* ihn nicht bewege. Außerdem kann der Fall eintreten, dass Menschen den Eindruck haben, ihnen entgleite die Kontrolle über ihren Körper insgesamt. In solch einem Fall haben sie nicht das Gefühl, Autorin oder Autor ihres Handelns zu sein, und damit ändert sich etwas Grundsätzliches. Dies hat zur Folge, dass Menschen, die solche Erfahrungen machen, oft in eine existenzielle Krise geraten – was aus unserer Sicht eine Gefahr für die Resilienz einer Person ist. Ein Indiz für Autorschaft ist also, dass die Autorinnen und Autoren selber das Gefühl haben, verantwortlich für das zu sein, was sie tun.

Um Missverständnissen vorzubeugen, sei hier Folgendes angemerkt: Verantwortlich sein heißt zunächst einmal nichts anderes, als dass ich gegenüber kritischen Rückfragen sagen kann, warum ich so und nicht anderes gehandelt habe. Verantwortlich sein heißt dann, etwas tiefer geschürft, dass ich Möglichkeiten hatte, auch anders zu handeln, als ich gehandelt habe. Gründe ermöglichen es also, zwischen verschiedenen Handlungsoptionen abzuwägen (Nida-Rümelin 2011). Für unser Selbstverständnis als Autorin und Autor unseres Lebens ist es ganz wesentlich, dass wir diese Möglichkeiten haben, zu überlegen und dann zu entscheiden, was wir tun sollen. Wenn wir nicht mehr entscheiden können, was wir tun sollen, empfinden wir uns nicht mehr als Autorin oder Autor dessen, was wir tun.

Bedingung von Autorschaft ist, dass diese Gründe kohärent sind und miteinander gemeinsam meine Praxis leiten. Diese Kohärenz stellt ein graduelles Konzept dar und ist nie idealiter gegeben. Wenn jedoch die Inkohärenzen in einem der Bereiche oder gar in beiden zunehmen, entstehen zwangsläufig Probleme mit der Autorschaft. Wenn jemand z. B. vor einem Richter steht und wahrhaftig die Meinung vertritt, ihm sei vollkommen unerklärlich wie er die zur Debatte stehende Tat vollziehen konnte, dann stellt das einen Beleg für eine massive Inkohärenz dar. Die Einstellungen, die diese Handlung, die hier als Straftat in Frage kommt, geleitet haben oder jedenfalls, bei normaler Interpretation,

² Es gibt eine starke zeitgenössische Strömung, die sich unterdessen Rückhalt aus der Neurophysiologie verschafft und besagt, es gebe gar keine Autorschaft, sondern nur etwas, das so aussehe wie Autorschaft. In Deutschland vertreten diese Meinung etwa Gerhard Roth und Wolf Singer. Diese Diskussion kann an dieser Stelle aus Platzgründen nicht wiedergegeben werden. Eine ausführliche Auseinandersetzung findet sich in Nida-Rümelin 2005 und 2016.

geleitet haben müssen, sind dem „Autor“ dieser Tat nicht mehr zugänglich und sind demnach nicht mehr die eigenen. Er kann sich nicht erklären, wie es zu dieser Tat kommen konnte. Dieses Beispiel zeigt, wie die Autorschaft gewissermaßen von Inkohärenz durchbrochen werden kann. Interessanterweise reagieren wir darauf, indem wir unsere Identität infrage stellen: War das eigentlich noch ich, der das getan hat? Gute Staatsanwälte werden die Kontrolliertheit der vorbereitenden Handlungen als Gegenbeleg nehmen und sagen, dass das ziemlich kohärent sei, was die Person da veranstaltet hat. In solch einem Fall wäre es unglaublich anzunehmen, die Person habe gegen alle ihre Gründe bzw. Einstellungen gehandelt. Die Autorschaft scheint sich also in der, zweifellos nicht-idealen, Kohärenz der Handlungen zu zeigen.

Wir möchten nun folgende These zur Diskussion stellen: Ohne das Konzept von Autorschaft kann es kein Konzept von Resilienz geben. Diese beiden Dinge sind zumindest im Hinblick auf die Resilienz von Individuen eng miteinander verbunden. Die drei Komponenten, die oben zum Zusammenhang von Resilienz und Kohärenzsinn dargelegt wurden, weisen jeweils Aspekte von Autorschaft auf. Jeder dieser Gesichtspunkte einen Bezug zum Leitbild der „Autorschaft“.

Verständlichkeit bedeutet, dass ich eine Krise, wie z. B. einen Schicksalsschlag, realistisch einschätze. Ich überhöhe ihn weder noch verdränge ich ihn. *Bedeutsamkeit* heißt z. B., dass ich wertend Stellung nehme. Dieser Schicksalsschlag ist am Ende nicht sinnlos, sondern hatte sehr wohl einen Sinn, weil er den Effekt hatte, dass ich mein Leben neu ausgerichtet habe, ich mehr Zeit im Privaten verbringen will oder ähnliches. Eine bestimmte Strategie der Deutung zu finden, wie etwa den epikureischen Rückzug, stellt den Versuch dar, durch eine wertende Stellungnahme ein schockierendes Erlebnis wieder in irgendeiner Weise zu integrieren, sodass die Autorschaft als Ganzes erhalten bleibt.

Handhabbarkeit ist nichts anderes als eine kontinuierliche Autorschaft, auch angesichts extremer und extrem unerwarteter Ereignisse. Die Gründe, die ich habe, so und nicht anders zu handeln, lassen sich auch in dieser Situation aufrechterhalten. Ich bleibe weiterhin derjenige, der handelt, und werde nicht zum Getriebenen durch äußere Umstände. Es ist eine typische Reaktion von Menschen, die ihre Autorschaft verlieren, zu behaupten, sie seien Getriebene der äußeren Umstände. Solche Menschen sind laut unserer Auffassung wenig resilient. In diesem Urteil steckt eine starke normative Komponente, nämlich eine Bewertung von menschlicher Reaktion in Bezug auf ihre Autorschaft, welche als wertvoll für das gute menschliche Leben angesehen wird.

Resilienz und personale Identität

Resilienz kann unserer Ansicht nach nie allein aufgrund von empirischen Daten festgestellt werden. Explizit oder implizit gehen dabei normative Annahmen mit ein. Dies wollen wir mit folgender Trias an Begriffen näher erläutern: Resilienz, Anpassung und Identität.

Bereits im obigen Beispiel des Straftäters wurde die Frage nach Identität aufgeworfen. An einem Beispiel aus dem ökologischen Bereich kann diese Problematik anschaulich werden, nämlich am Beispiel des deutschen Waldes. Älteren Prognosen zufolge dürfte hierzulande eigentlich mittlerweile kein Wald mehr stehen, weil der saure Regen diesen

zerstört hat. Soweit ist es nicht gekommen. Stattdessen hat sich der Wald verändert und an die neuen Gegebenheiten angepasst. Das heißt bestimmte Formen von Wald sind zurückgegangen und die Zusammensetzung der verschiedenen Baumtypen im Wald hat sich ebenso transformiert wie die Genetik der einzelnen Baumtypen selbst. Der Wald hat also eine gewisse Anpassungsfähigkeit aufgewiesen. Nicht vergessen werden darf, dass das den Wald umgebende System, d. h. der Mensch, sein Verhalten ebenso geändert hat und dem Wald sein Überleben auch teilweise erst ermöglicht hat. Wir können hier nicht auf diese systemischen Zusammenhänge eingehen. Festhalten kann man aber, dass weder Individuum noch System resilient sein können, ohne dass ihnen das von außen ermöglicht wird (Gutwald 2015).

Wenn davon gesprochen wird, dass ein System gegenüber äußeren Stressfaktoren, wie etwa dem sauren Regen, was den Wald betrifft, resilient ist, dann muss man zumindest implizit Identitätskriterien entwickeln. Ohne Identitätskriterien bleibt vollkommen unklar, ob wir es mit einem sich Durchhalten eines Systems, z. B. dem Fichtenwald an der Nordhängen der Alpen, zu tun haben. Oder ob das System, das wir ursprünglich hatten, aufhört zu existieren, weil der spezielle Baumtyp und die spezielle Baumdicke so eben nicht überlebensfähig ist, z. B. weil ein Mischwald mit nur noch vereinzelt Fichten entstanden ist. Um überhaupt von Resilienz sprechen zu können, muss es folglich ein Identitätskriterium für das jeweilige System geben.

Auf den ersten Blick scheinen Individuen hier eine Ausnahme darzustellen. Denn bei Individuen steht die Identität fest. Wie das genau zu verstehen ist, ist ein tiefgehendes philosophisches Problem. So gibt es etwa die Auffassung, dass die Identität spätestens von Geburt an feststeht und frühestens mit dem Tod endet. In diesem Bild gibt es keine graduellen Abstufungen bzgl. der Identität. Dies funktioniert jedoch nur unter der Voraussetzung einer Engelshypothese, wie sie schon bei Platon im Mythos von Êr am Ende der *Politeia* (Platon 1991) vorkommt. Dort vertritt Platon die Meinung, dass wir eine *endliche* Anzahl von Existenzformen zur Verfügung haben, zwischen denen wir wählen müssen. Erst wenn es also z. B. 27 verschiedene Existenzformen gibt und diese die Identität jeweils festschreiben, dann wird verständlich, dass der Neugeborene und der Sterbende identisch sind. Ohne Engelshypothese bleibt die Identitätsauffassung der sogenannten Absolutisten, wie die Nachfolger Platons genannt werden, unserer Meinung nach unverständlich. Was diesen philosophischen Streit betrifft, neigen wir also der Gegenposition zu, nämlich den sogenannten Gradualisten.

In der Philosophie gibt es eine Tradition, die Identität durch weiche Identitätskriterien zu fassen versucht. Zu diesen Kriterien zählen z. B. die Kontinuität gewisser Eigenschaften, aber auch subjektive Merkmale, wie etwa sich an etwas, das man früher gesagt hat, erinnern zu können. Diese Auffassung wurde u. a. von John Locke (1975) oder Derek Parfit (1984) vertreten. Durch diese weichen Identitätskriterien soll also zumindest ein limitierter Identitätsbegriff aufrechterhalten werden. Diese Auffassung scheint jedoch wiederum zu schwach zu sein.

Abermals scheint uns das entscheidende Identitätskriterium, jedenfalls bei zurechnungsfähigen und hinreichend reifen Personen, darin zu bestehen, dass sie eine gewisse Kohärenz in ihrem Urteilen, ihrem Handeln, ihren Wünschen und ihren Gründen auf-

rechterhalten. Alles Mögliche kann sich ändern; was sich jedoch nicht ohne Begründung ändern darf, sind die von mir als richtig akzeptierten Gründe, oder anders formuliert die Gründe für meine Überzeugungen und Handlungen, mit denen ich mich selbst identifiziere. Es sind also letztlich diese Gründe, die die jeweilige Identität ausmachen. Ein Individuum, für das, nach einem existenziell schwer belastenden Ereignis, jede Wertung verloren ist, stellt sich als nicht resilient heraus. Sonst müsste man die Auffassung vertreten, dass ein Individuum, solange es lebt, per definitionem resilient ist, weil sich an der Identität nichts verändert hat. Das Entscheidende ist aber, dass sich etwas in existenziellen Grenzsituationen durchhält, was wir der Person anschließend als wesentliches Merkmal zuschreiben können.

Dies ist aber wiederum ein normativ bestimmtes Urteil. So wird das Verhältnis von Anpassung und Aufrechterhaltung bestimmter elementarer Merkmale, die z. B. die personale Identität ausmachen, bewertet. Zu einem plausiblen Resilienz begriff gehört die Fähigkeit, sich auf neue Herausforderungen einzustellen und damit seine Autorschaft aufrecht zu erhalten, dazu. Das entscheidende Merkmal von Autorschaft, d. h. von Kohärenz des Meinens und Handelns, scheint dabei das zentrale Kriterium für die Resilienz eines Individuums zu sein. Anpassung und Veränderung von Überzeugungen sind ein wesentlicher Teil von Resilienz, weil wir die Fähigkeit, auch in schwierigen Situationen unsere Identität aufrecht zu erhalten, gerade dadurch charakterisiert sehen, dass die entsprechende Person in der Lage ist, kontrolliert, d. h. von Gründen geleitet, auf solche Herausforderungen zu reagieren.

Unsere Ausführungen können Fragen zur Normativität von Resilienz nur aufwerfen. Eine tiefere Auseinandersetzung mit der Problematik muss in weiteren philosophischen und interdisziplinären Arbeiten geleistet werden. Jedoch hat unser Beitrag, so unsere Hoffnung, gezeigt, dass sich eine philosophische Analyse in Bezug auf Resilienz lohnt. Als zentraler normativer Aspekt erweist sich aus unserer Sicht das Konzept der Autorschaft: Eine Person darf nicht zum Spielball der äußeren Umstände werden. Das hat unter Umständen die Konsequenz, dass die Person gewisse Praktiken verändern muss. Das kann im Einzelfall eine schwierige Abwägung darstellen. Es gibt jedoch Menschen, die sich Erfahrungen und Argumenten einfach verschließen und dadurch bewundernswert stabil erscheinen. Als wirklich resilient können diese jedoch nicht bezeichnet werden.

Literatur

- Antonovsky, A.* (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit, Dt. erw. hg. von Alexa Franke, Tübingen.
- Augustinus, Aurelius* (1982): De beata vita, Schwarz-Kirchenbauer I., Schwarz W. (Übers., Nachwort), Stuttgart.
- Augustinus, Aurelius* (2009): Confessiones – Bekenntnisse, Lateinisch / Deutsch von Flasch K., Mojsisch B. (Einleitung, Übers.), Reclams Universal-Bibliothek Nr. 1867, Stuttgart.
- Bonanno, G. A.* (2004): „Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events?“, in: American Psychologist 59 (1), 20–28.

- Crabtree, A.* (2013): Questioning Psychosocial Resilience after Flooding and the Consequences for Disaster Risk Reduction, in: *Social Indicators Research*, Volume 113, Issue 2, 711–728.
- Endreß, M.; Rampp, B.* (2015): Resilienz als Perspektive auf gesellschaftliche Prozesse. Auf dem Weg zu einer soziologischen Theorie, in: Endreß, M.; Maurer F. (Hg.), *Resilienz im Sozialen. Theoretische und empirische Analysen*, Wiesbaden, 33–56.
- Engberg-Pedersen, T.* (2000): *Paul and the Stoics*, Westminster.
- Epikur* (2004): *Von der Überwindung der Angst. Dreisprachige Ausgabe: Griechisch / Lateinisch / Deutsch. Eine Auswahl aus seinen Schriften, den Fragmenten und doxographischen Berichten, 2., überarbeitete Auflage*, Münster.
- Fingerle, M.* (2007): Der „riskante“ Begriff der Resilienz – Überlegungen zur Resilienzförderung im Sinne der Organisation von Passungsverhältnissen, in: Opp G.; Fingerle M. (Hg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*, 2. Auflage, München, 299–310.
- Flasch, K.* (1980): *Augustin: Einführung in sein Denken*, Stuttgart.
- Gutwald, R.* (2015): „Was uns nicht umbringt, macht uns härter“? Resilienzförderung als Armutsprävention bei Kindern: Eine Untersuchung aus Sicht des Capability Ansatzes, in: *Zeitschrift für Praktische Philosophie* 2 (1), <http://www.praktische-philosophie.org/index.php/zfpp/article/view/46> (abgerufen am 18.7.2016).
- Luhmann, N.* (1994): *Soziale Systeme: Grundriss einer allgemeinen Theorie*, 5. Aufl., Frankfurt am Main.
- Locke, J.* (1975): *An Essay Concerning Human Understanding*, in: Nidditch P. (Hg.), Oxford: Clarendon Press (original work, 2nd ed., first published 1694); partly reprinted in Perry 1975.
- Long, A. A.; Sedley, D. N.* (1987): *The Hellenistic Philosophers*, 2 vols., Cambridge.
- Nida-Rümelin, J.* (2005): *Über menschliche Freiheit*, Ditzingen.
- Nida-Rümelin, J.* (2011): *Verantwortung*, Ditzingen.
- Nida-Rümelin, J.* (2013): *Philosophie einer humanen Bildung*, Ditzingen.
- Nida-Rümelin, J.* (2016): *Humanistische Reflexionen*, Berlin.
- Parfit, D.* (1984): *Reasons and Persons*, Oxford.
- Platon* (1991): *Sämtliche Werke V: Politeia*, in: Hülser K. (Hg.), Schleiermacher F. (Übersetzer), Berlin.
- Werner, E. E.* (2007): Resilienz – ein Überblick über internationale Längsschnittstudien, in: Opp G.; Fingerle M. (Hg.), *Was Kinder stärkt. Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*, 2. Auflage, München, 311–326.
- Walker, B.* (2014): *Resilience*, <http://www.resalliance.org/index.php/resilience> (abgerufen am 10.11.2014).
- Wittgenstein, L.* (1982): *Philosophische Untersuchungen*, 3. Auflage, Frankfurt am Main.
- Wustmann, C.* (2004): *Resilienz – Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*, Weinheim.
- Zander, M.* (2010): *Armes Kind – Starkes Kind? Die Chance der Resilienz*, 3. Auflage, Wiesbaden.
- Zander, M.* (2013): Entwicklungsrisiko Armut – Wo liegt der Ausweg? Die Verheißungen des Capabilities- und Resilienzansatzes, in: Graf, G.; Kapferer, E.; Sedmak, C. (Hg.), *Der Capability Approach und seine Anwendung: Fähigkeiten von Kindern und Jugendlichen erkennen und fördern*, Wiesbaden, 201–226.

In this paper, we analyse the concept of resilience with regard to its normative aspects. We proceed along three lines: in the first part we examine the concept from a philosophical perspective. On this basis we show how the basic ideas of resilience can already be found in ancient philosophy. The third part of our examination brings the results of the two previous parts together for the current debate of individual resilience in the sciences: we develop a normative idea of resilience. We also claim that resilience cannot be fully defined without a philosophically supported concept of agency.