DIE open access

BEITRAG

Psychosoziale Basisbildung (PSBB) als pädagogische Handlungskonzeption

Die Menschen stärken

HUBERT KLINGENBERGER · DENNIS WALTER

Das Erasmus+-Projekt Psychosoziale Basisbildung hat sich der Frage gewidmet, wie sich Menschen trotz widriger (gesellschaftlicher) Umstände als selbstbewusste und selbstwirksame Individuen wahrnehmen können. Die Autoren stellen die Hintergründe und Ziele einer Psychosozialen Basisbildung vor.

Nicht erst seit der Corona Pandemie fühlen sich viele Menschen immer stärkerem Druck ausgesetzt, ihr Leben unter der Bedingung gesellschaftlicher Beschleunigung (Rosa, 2009) in einer akzelerierten Leistungsgesellschaft zu meistern. Forschungsergebnisse sowie wissenschaftliche Erörterungen beschreiben den heutigen Menschen als zunehmend psychisch beansprucht und konstatieren eine Zunahme von Diagnosen psychischer Erkrankungen (z. B. BMGF, 2016; Richter, Berger & Ecker, 2008; Weltgesundheitsorganisation – Regionalkomitee für Europa, 2013). Die Belastungen der Seele können auch auf den somatischen Bereich »durchschlagen«.

Mentale Belastungen ergeben sich aus in der aktuellen Lebenssituation der Menschen beobachtbaren Phänomenen (Bertelt, 2015; vgl. f.; Bahr, 2020), z. B. aus einem wachsenden Druck am Arbeitsplatz durch Beschleunigung und Verdichtung der Arbeitsprozesse; aus erhöhten Ansprüchen und gestiegenen Erwartungen an Partnerschaft und Familie; aus zunehmender Leistungsorientierung auch in der Freizeit; aus der kontinuierlichen Konfrontation mit »schlechten Nachrichten« in den Medien; nicht zuletzt auch aus den Auswirkungen der Klimakrise auf das Seelenleben der Menschen (Thadden, 2020). Nimmt man diese Entwicklungen und Phänomene zusammen, lassen sich moderne Biografien mit einem Begriff aus der Organisationsentwicklung beschreiben: VUCA. Dieses Wort ist eine Zusammenfassung der Anfangsbuchstaben von vier Faktoren – Volatilität, Unsicherheit, Komplexität und Ambiguität – mit denen sich die Lebensverhältnisse der Menschen beschreiben lassen (Klingenberger & Rumsauer, 2021: 66 ff):

volatility: Der Lebensverlauf bewegt sich immer weniger in verlässlichen und voraussehbaren Bahnen. Krisen politischer und wirtschaftlicher Art, gesellschaftliche Umbrüche, Erkrankungen und persönliche Lebenswendungen erfordern in zunehmendem Maße ein »Leben ohne Geländer« (O. v. Horvitz). Nicht zuletzt die Corona Pandemie im Jahr 2020 hat das alle hautnah erleben lassen.

uncertainty: Mit der Unberechenbarkeit des Lebens wächst das Erleben von Unsicherheit. Die Menschen können sich auf die tragenden Säulen des Lebens immer weniger verlassen: Lebenslange Partnerschaft und eine bruchfreie Berufsbiografie werden eher selten.

complexity: Die Einflüsse auf die individuelle Lebenswirklichkeit werden immer vielfältiger. Sie beeinflussen sich wechselseitig und können sich gegenseitig verstärken oder abschwächen. Das Verstehen von Zusammenhängen – ein wichtiger Aspekt des Sinnerlebens – wird immer schwieriger.

ambiguity: Zur alltäglichen Erfahrungswirklichkeit gehört, dass es so sein kann und auch ganz anders. Eindeutige Weltbilder, Werte und Normen sind verloren gegangen bzw.

AUSGABE 4 — 2021 37

Schlagwörter
Psychische Belastung, Lebensereignis, Lebenskrise, Bewältigung, Erwachsener, Weiterbildung, Bildungsangebot, Grundbildung, Soziale Unterstützung, Erwachsenenbildung

weiter bilden
DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung

Hubert Klingenberger (corresponding author: kontakt@hubertklingenberger.de), Dennis Walter

Die Menschen stärken

weiter bilden. DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung 28 (4)
Seiten: 37–41
Erschienen: Dezember 2021 (Bielefeld: wbv Publikation)
Erschienen Open Access: 26. Januar 2021 (Bonn: DIE)
Zeitschriftenaufsatz
deutsch

Zitierempfehlung
Klingenberger, H. & Walter, D. (2021). Die Menschen stärken. DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung 28 (4), 37–41.
http://www.die-bonn.de/id/41425

Lizenz
CC-Lizenz BY-SA 3.0/4.0 deutsch

Identifier
http://www.die-bonn.de/id/41425

Reviewstatus
offene Begutachtung durch einen Fachbeirat

Leibniz Gemeinschaft

Psychosoziale Basisbildung (PSBB) als pädagogische Handlungskonzeption

Die Menschen stärken

HUBERT KLINGENBERGER · DENNIS WALTER

Das Erasmus+-Projekt Psychosoziale Basisbildung hat sich der Frage gewidmet, wie sich Menschen trotz widriger (gesellschaftlicher) Umstände als selbstbewusste und selbstwirksame Individuen wahrnehmen können. Die Autoren stellen die Hintergründe und Ziele einer Psychosozialen Basisbildung vor.

Nicht erst seit der Corona-Pandemie fühlen sich viele Menschen immer stärkerem Druck ausgesetzt, ihr Leben unter der Bedingung gesellschaftlicher Beschleunigung (Rosa, 2005) in einer akzelerierten Leistungsgesellschaft zu meistern. Forschungsergebnisse sowie wissenschaftliche Erörterungen beschreiben den heutigen Menschen als zunehmend psychisch beansprucht und konstatieren eine Zunahme von Diagnosen psychischer Erkrankungen (z. B. BMGF, 2016; Richter, Berger & Reker, 2008; Weltgesundheitsorganisation – Regionalkomitee für Europa, 2013). Die Belastungen der Seele können auch auf den somatischen Bereich »durchschlagen«.

Mentale Belastungen ergeben sich aus in der aktuellen Lebenssituation der Menschen beobachtbaren Phänomenen (Berndt, 2017, 9 f.; Bahr, 2020), z. B. aus einem wachsenden Druck am Arbeitsplatz durch Beschleunigung und Verdichtung der Arbeitsprozesse; aus erhöhten Ansprüchen und gestiegenen Erwartungen an Partnerschaft und Familie; aus zunehmender Leistungsorientierung auch in der Freizeit; aus der kontinuierlichen Konfrontation mit »schlechten Nachrichten« in den Medien; nicht zuletzt auch aus den Auswirkungen der Klimakrise auf das Seelenleben der Menschen (Thadden, 2020). Nimmt man diese Entwicklungen und Phänomene zusammen, lassen sich moderne Biografien mit einem Begriff aus der Organisationsentwicklung beschreiben: VUCA. Dieses Wort ist eine Zusammenfassung der Anfangsbuchstaben von vier Faktoren – Volatilität, Unsicherheit, Komplexität und Ambiguität –, mit denen sich die Lebensverhältnisse der Menschen beschreiben lassen (Klingenberger & Ramsauer, 2017, 66 ff.):

volatility: Der Lebensverlauf bewegt sich immer weniger in verlässlichen und vorausschaubaren Bahnen. Krisen politischer und wirtschaftlicher Art, gesellschaftliche Umbrüche, Erkrankungen und persönliche Lebenswendungen erfordern in zunehmendem Maße ein »Leben ohne Geländer« (Ö. v. Horváth). Nicht zuletzt die Corona-Pandemie im Jahr 2020 hat das alle hautnah erleben lassen.

uncertainty: Mit der Unberechenbarkeit des Lebens wächst das Erleben von Unsicherheit. Die Menschen können sich auf die tragenden Säulen des Lebens immer weniger verlassen: Lebenslange Partnerschaft und eine bruchfreie Berufsbiografie werden eher selten.

complexity: Die Einflüsse auf die individuelle Lebenswirklichkeit werden immer vielfältiger. Sie beeinflussen sich wechselseitig und können sich gegenseitig verstärken oder abschwächen. Das Verstehen von Zusammenhängen – ein wichtiger Aspekt des Sinnerlebens – wird immer schwieriger.

ambiguity: Zur alltäglichen Erfahrungswirklichkeit gehört, dass es so sein kann und auch ganz anders. Eindeutige Weltbilder, Werte und Normen sind verloren gegangen bzw.

müssen sich der »Konkurrenz« mit anderen Deutungen stellen. Die Menschen sind aufgefordert, sich dieser zum Teil widersprüchlichen Vielfalt zu stellen und sich darin zu verorten.

»Man kann die Sicherheit im eigenen Inneren finden: durch den Aufbau einer stabilen Persönlichkeit.«

Diese vier Faktoren sind nicht neu, aber ihre Dynamik hat zugenommen. Sie sind eine wachsende Herausforderung und führen im privaten wie im beruflichen Leben zu psychischen Belastungen. In der Organisationsentwicklung werden Unternehmen, die konstruktiv mit solchen Herausforderungen umgehen können, als »agile Unternehmen« bezeichnet. Dementsprechend könnte man, auf die Individuen übertragen, von »agilen Subjekten« sprechen. »Agilität fordert Loslassen von bekannten Denkmustern und Arbeitsweisen, Loslassen von jeglicher Kontrolle und Macht und dafür ein aktives, selbstbestimmtes und zielgerichtetes Denken und Handeln jedes Beteiligten« (Würzburger, 2019, S. 11). Auf diese Dynamik reagieren Menschen unterschiedlich: Manche leisten Widerstand gegen diese Entwicklungen. Andere suchen die Sicherheit im Äußeren: in Ritualen und Alltagsstrukturen, in Gruppen und Familien, in Ideologie und Fundamentalismen. Schließlich kann man die Sicherheit im eigenen Inneren finden: durch den Aufbau einer stabilen Persönlichkeit. Hierbei soll die Psychosoziale Basisbildung (PSBB) unterstützen. Nicht zuletzt kann eine gestärkte, stabile Persönlichkeit auch im Umgang mit kritischen Lebensereignissen helfen. Doch was genau verstehen wir unter Psychosozialer Basisbildung?

Zur Vision: Starke Persönlichkeiten durch PSBB

Der Begriff »Basisbildung« (in Deutschland: »Grundbildung«) wird für die Fähigkeiten Lesen/Schreiben, Rechnen und Umgang mit digitalen Medien verwendet (zur Kritik siehe Schöll, 2014). In Erweiterung dazu wird er im Kontext der PSBB in fünferlei Sinn verstanden als:

1. Begleitung von Menschen auf der Grundlage eines ganzheitlichen Menschenbildes;
2. Erwerb, Erhalt und Erweiterung von Kompetenzen der verantworteten Lebensführung und des konstruktiven Miteinanders (siehe die Beschreibung der sog. »life skills« durch die WHO, 1999);
3. das Verfügen von (Handlungs-)Wissen rund um Fragen der persönlichen Entwicklung und der Bewältigung von Krisen;
4. ein allen gesellschaftlichen Milieus und Zielgruppen zugängliches, niedrigschwelliges Angebot;
5. ein Lernangebot, das die pädagogischen, lernpsychologischen und neurobiologischen Grundlagen des Wissens- und Kompetenzerwerbs Erwachsener berücksichtigt.

Eine PSBB, die als erwachsenenbildnerisches Praxisfeld Menschen in ihrer Persönlichkeitsentfaltung begleiten und stärken will, muss sich die Frage nach einer »Leitvorstellung« der starken Persönlichkeit stellen. Hierzu bieten Theorie und Forschung Konzepte an, die einerseits aktuelle Situationen von Individuen beschreiben (z. B.: »das unternehmerische Selbst« – Bröckling, 2013; »der flexible Mensch« – Sennett, 2006; »Arbeitskraftunternehmer« – Pongratz & Voß, 2004; »hybrides Subjekt« – Reckwitz, 2020), andererseits Charakteristika einer starken Persönlichkeit umreißen.

Versucht man, die Aspekte einer starken Persönlichkeit zusammenzufassen, so lässt sich diese in die Bereiche Denken und Fühlen, Handeln und Wollen strukturieren (→ ABB. 1). Die Grenzen zwischen den vier Feldern sind durchlässig.

Erasmus+-Projekt PSBB

Im Rahmen des »Erasmus+«-Projektes »Psychosoziale Basisbildung« setzten sich sechs Einrichtungen der europäischen Erwachsenenbildung von 2018–2021 mit Fragen der veränderten Lebenswirklichkeiten der Menschen und den daraus entstehenden psychosozialen Belastungen auseinander. Entwickelt wurde ein Konzept psychosozialer Grundbildung, mit dem die Erwachsenenbildung präventiv die Menschen bei der Bewältigung dieser Herausforderungen unterstützen kann. Die beteiligten Einrichtungen waren St. Virgil Salzburg (Österreich), die Bremer Volkshochschule (Deutschland), das Bildungshaus Kloster Neustift (Italien), ErwuesseBildung Luxembourg (Luxemburg; im Projektverlauf ausgeschieden), das VHS-Bildungsinstitut Eupen (Belgien) und die Volkshochschule Salzburg (Österreich).

→ WWW.VIRGIL.AT/BILDUNG/PSYCHOSOZIALE-BASISBILDUNG

ABB. 1: Eckpunkte einer starken Persönlichkeit

Denken	Fühlen
1. Eine starke Persönlichkeit hinterfragt ihre eigenen Denkmuster und Gewissheiten und steht nach eingehender Prüfung zu diesen. **2.** Sie ist offen für andere Ansichten, akzeptiert neue Positionen bzw. die Vielfalt von Deutungen und integriert andere Sichtweisen in das eigene Denken. **3.** Sie verfügt über einen weiten Blick und erkennt Zusammenhänge, Wechselwirkungen und mittel-/langfristige Folgen.	**1.** Eine starke Persönlichkeit nimmt die eigene emotionale Befindlichkeit und deren biografische Entwicklung wahr, reflektiert und artikuliert diese. **2.** Sie fühlt sich in andere Menschen ein und grenzt sich gegenüber unangemessenen Emotionen ab. **3.** Ihr Mitgefühl bezieht sich nicht nur auf die soziale Mitwelt, sondern auch auf die naturhafte Umwelt und auf nachfolgende Generationen (Nachwelt).
Handeln	**Wollen**
1. Eine starke Persönlichkeit handelt entschieden und flexibel und geht Herausforderungen lösungsorientiert an. **2.** Sie ist zu Nicht-Handeln und Verzicht in der Lage, wo dies geboten scheint. **3.** Konstruktiv-kommunikatives sowie kooperatives Handeln ist Kennzeichen einer solchen Persönlichkeit.	**1.** Eine starke Persönlichkeit orientiert sich an begründeten Werten. **2.** Ihr Denken, Fühlen und Handeln sind getragen von einem persönlichen und sozialen Verantwortungsgefühl. **3.** Respekt (= Rücksicht), Toleranz und Anstand sind ihr zu eigen.

Quelle: eigene Darstellung

PSBB ist ein präventiver (und damit nicht-therapeutischer) Ansatz zur Stärkung der Lebenstüchtigkeit. Sie fördert die Selbststeuerungsfähigkeit von Menschen in sozialen Kontexten und unterstützt deren Selbstverantwortung. Sie fördert das Bewusstsein der Menschen für ihre Stärken und Potenziale und unterstützt deren Selbstwirksamkeitsüberzeugungen. Sie ermutigt die Menschen zur Akzeptanz von Grenzen und befähigt zum Selbstmitgefühl. PSBB stärkt die sozialen Kompetenzen, um flexibel, persönlichkeitsgerecht und konstruktiv handeln zu können. Sie bietet Möglichkeiten des Erwerbs eines persönlichen Orientierungssystems an.

PSBB wird dabei verstanden als Teil der Allgemeinbildung, der Persönlichkeitsbildung, der Gesundheitsbildung und auch der Beruflichen Bildung. Sie beabsichtigt eine Stärkung der Fähigkeiten zur Selbstbestimmung, Mitbestimmung und Solidarität und zielt auf alle Grunddimensionen menschlicher Interessen und Fähigkeiten (Klafki, 1996); sie intendiert eine Stärkung der Persönlichkeit, um selbstbestimmt und solidarisch mit den Herausforderungen einer dynamischen Gesellschaft umgehen zu können; sie stärkt die psychische und soziale Gesundheit der Menschen und hat somit einen positiven Einfluss auf die körperliche Gesundheit; und nicht zuletzt stellen psychosoziale Kompetenzen in der sich verändernden Berufs- und Arbeitswelt bei Mitarbeitenden und Führungskräften einen grundlegenden Erfolgsfaktor dar.

PSBB fokussiert sich nicht nur auf die Haltungen und Verhaltensweisen der Menschen; sie nimmt auch die soziokulturellen und politischen Verhältnisse in den Blick. Sie grenzt sich ab von Ansätzen der Selbstoptimierung, die die Grenzen des Menschen nicht akzeptieren und einem Verständnis Lebenslangen Lernens, das den Druck auf die Menschen erhöht. Somit wendet sie sich gegen ein falsch verstandenes Wachstums- und Fortschrittsdenken, das sich auch auf die psychische Verfasstheit des Menschen bezieht (Welzer, 2012). Zugleich ist sie kein therapeutisches Handeln und ebenso abgegrenzt von Angeboten, die rational nicht begründet werden können, Heilsversprechen machen bzw. die Selbstbestimmung des Individuums missachten.

»PSBB dient der Unterstützung der (psychischen) Gesundheit des Menschen.«

Bei PSBB geht es vielmehr um Selbstannahme und Selbstfreundschaft sowie um die Stärkung der persönlichen Lebenstüchtigkeit und der Fähigkeit zur selbstbewussten Lebensgestaltung. PSBB verfolgt das Ziel, die Persönlichkeit eines Menschen zu realisieren mit Blick auf seine Kernkompetenzen, Potenziale und Sehnsüchte. Dabei sollen auch die sozialen Kompetenzen in den Bereichen Kommunikation, Konflikt, Kooperation u. a. in den Blick genommen und die (gesundheitliche) Chancengleichheit ausgebaut sowie die gesellschaftliche Teilhabe und der soziale Zusammenhalt gestärkt werden. PSBB dient der Unterstützung der (psychischen) Gesundheit des Menschen.

Haltung und Methoden

Für die PSBB werden bestimmte Haltungen und makro- wie mikrodidaktische Prinzipien als Framework definiert. Diese dienen als Rahmen für die Reflexion, Qualitätssicherung und Weiterentwicklung der Angebote. Folgende Haltungen und Prinzipien sind dabei handlungsleitend:

Bio-psycho-soziales Modell: Die PSBB legt ihrem Handeln ein multiperspektivisches Menschen- und Weltbild zugrunde: Der Mensch wird in seinem biologischen und psychischen, sozial-ökologischen und spirituellen Erleben wahrgenommen.

Vulnerabilität: Der Mensch ist verletzlich und verletzbar. Der PSBB geht es darum, die Verletzlichkeit als Chance und Ressource zu entdecken.

Ressourcenorientierung: Die PSBB folgt dem Prinzip der Ressourcenorientierung, d. h. es wird primär auf das geschaut, was Menschen sind, können, schon bewältigt bzw. geleistet haben.

Ethik: Im Leben eines Menschen ergeben sich oft komplexe (Entscheidungs-)Situationen, die ethische Fragestellungen aufwerfen. Es gilt, diesen Herausforderungen verantwortungsvoll und wertorientiert zu begegnen.

Sensibilität für Gender- und Kulturunterschiede: Kritische Lebensereignisse werden je nach Geschlechtsidentität, Kultur u. a. unterschiedlich erfahren und bewältigt. PSBB trägt dieser Vielfalt auf den unterschiedlichen Ebenen Rechnung (Inhalt, Didaktik, Auswahl der Lehrenden).

Orientierung an den Zielgruppen: Die Entscheidung für klar definierte Zielgruppen und deren Beschreibung stellen die Grundlage für Angebote zur PSBB dar. Angehörige der Zielgruppen werden bei der Planung, der Durchführung und bei der Evaluation dieser Angebote beteiligt.

Transfer und Nachhaltigkeit: Um eine kontinuierliche Qualitätssicherung oder -verbesserung der Angebote zu gewährleisten, werden diese regelmäßig und stichprobenartig mit Blick auf ihre Wirksamkeit ausgewertet. Ziel ist es, eine Nachhaltigkeit des Gelernten zu ermöglichen.

Erwachsenengerechtes Lernen und erwachsenengerechte Didaktik: Die PSBB orientiert sich an Erkenntnissen der Erwachsenenbildungs-Wissenschaften, der Lernpsychologie und der Gehirnforschung und realisiert eine dementsprechende Didaktik. (Klingenberger & Walter, 2021)

Ausbildung der Mitwirkenden: Die in der PSBB Aktiven orientieren sich in ihrem pädagogischen Handeln an den hier genannten Prinzipien. Sie werden in diesem Sinne informiert, ggfs. qualifiziert, begleitet und evaluiert.

Kooperationen: Um neue Zielgruppen erreichen zu können, streben Einrichtungen, die Angebote zur PSBB entwickeln, Kooperationen mit Sozial- und Gesundheitseinrichtungen sowie Selbsthilfeorganisationen an.

Offene Fragen

In theoretischer wie in praxisorientierter Hinsicht steckt die PSBB in den Kinderschuhen. Weder ist die theoretische Fundierung abgeschlossen, noch ist abschließend geklärt, welche Angebote und Settings eindeutig zu einer PSBB dazugehören. PSBB kann zum einen ausgewiesener Bestandteil von Bildungsprogrammen sein (neben Rubriken wie »politische Bildung« oder »Elternbildung«). Sie kann aber als didaktisches Prinzip fungieren, das quer zu unterschiedlichen Programmbereichen Berücksichtigung findet. Der Begriff und das Konzept PSBB haben das Potenzial, engagierten Praktikerinnen und Praktikern eine weitere Facette professioneller (Erwachsenenbildungs-)Identität zu stiften. Denn damit erfahren unterschiedlichste Angebote, die zuweilen den »soften« Themen zugeordnet werden, ein gemeines Fundament und damit eine Aufwertung.

Zugleich bleiben noch viele Fragen offen. Viele dieser Fragen können aber so verstanden werden, dass sie nicht nur die Idee einer Psychosozialen Basisbildung und ihre Einbettung in erwachsenenpädagogische Kontexte betreffen. Letztlich sind es Grundfragen erwachsenenpädagogischen Lehrens und Lernens, die jedoch gerade bei der Beschäftigung mit der psychischen Belastungsfähigkeit und Gesundheit der Menschen verhandelt werden müssen. Dabei geht es zum Beispiel darum, inwieweit die aktuellen gesellschaftlichen Verwertungszusammenhänge (mehr Leistungs- und Anpassungsfähigkeit, Effizienzsteigerung etc.) mit der Vorstellung von »Bildung« übereinstimmen. Inwieweit lässt Erwachsenenbildung sich instrumentalisieren? In welchem Umfang steht in den Erwachsenenbildungs-Veranstaltungen tatsächlich der Mensch im Mittelpunkt?

Es geht auch um die Frage, welche Zielgruppen Erwachsenenbildung erreicht. Wie kann in der Erwachsenenbildung eine gewisse »Berührungsangst« vor spezifischen Zielgruppen und Adressat*innen überwunden werden? Wie kann sich die Erwachsenenbildung noch stärker an den alltäglichen Lebenspraxen von Teilnehmenden ausrichten? Es geht aber auch um Formate: Wie gelingt es der Erwachsenenbildung, die starren Formate des Kurses, des Seminars, des »Workshops« etc. aufzubrechen und den tatsächlichen Lebensalltag der Teilnehmenden zu erschließen?

Und für die Psychosoziale Basisbildung geht es nicht zuletzt auch darum, wie es gelingen kann, potenziellen Fördergebern die Mehrwerte der PSBB (gesundheitlich-präventiv, sozial-integrativ, kompetenzorientiert etc.) so zu kommunizieren, dass eine langfristige Förderbereitschaft entsteht?

Diese Fragen stecken ein »Möglichkeitsfeld« an weiterführenden Chancen, Tendenzen, Widersprüchen und Herausforderungen der PSBB ab, das weiterer Bearbeitung bedarf. Gleichwohl liegt mit der PSBB nun ein Konzept vor, dass Men-

schen dabei unterstützen kann, ihre Persönlichkeit zu stärken, ihre persönlichkeitsgerechte Steuerungsfähigkeit in sozialen Kontexten und damit ihre Selbstverantwortung in und ihre Verantwortung für das Kollektiv (Familie, Freundeskreis, Beruf, Gemeinde, Gesellschaft, Umwelt) zu stärken. PSBB kann also nicht nur dazu führen, dass Menschen besser in der Lage sind, auch kritische Lebensereignisse adäquat zu bearbeiten. Gleichzeitig unterstützt sie bei der Erreichung grundlegender Ziele von Erwachsenenbildung.

DR. HUBERT KLINGENBERGER

ist freiberuflicher Trainer, Coach
und pädagogischer Organisationsberater.

kontakt@hubertklingenberger.de

DENNIS WALTER

ist Abteilungsleiter an der Volkshochschule
Salzburg und externer Lehrender sowie Doktorand
an der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt.

walter@volkshochschule.at

Bahr, P. (2020). Schein? *Die Zeit – Christ & Welt,* (11), 1.

Berndt, C. (2017). *Resilienz: Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft* (6. Aufl.). München: dtv.

BMFG – Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (2016). *Österreichischer Gesundheitsbericht 2016.* https://goeg.at/sites/goeg.at/files/2018-01/gesundheitsbericht2016.pdf

Bröckling, U. (2013). *Das unternehmerische Selbst: Soziologie einer Subjektivierungsform* (6. Aufl.). Frankfurt: Suhrkamp.

Klafki, W. (1996). *Neue Studien zur Bildungstheorie und Didaktik: Zeitgemäße Allgemeinbildung und kritisch-konstruktive Didaktik* (5., unveränd. Aufl.). Weinheim: Beltz.

Klingenberger, H. & Ramsauer, E. (2017). *Biografiearbeit als Schatzsuche: Grundlagen und Methoden* (1. Aufl.). München: Don Bosco.

Klingenberger, H. & Walter, D. (2021). Psychosoziale Basisbildung – krisenfest und lebenswendig. Die Österreichische Volkshochschule. *Magazin für Erwachsenenbildung,* 274 (Herbst). https://magazin.vhs.or.at/magazin/2021-2/274-herbst-2021/bildungsthemen/psychosoziale-basisbildung-krisenfest-und-lebenswendig/

Lotz, W. (2003). *Sozialpädagogisches Handeln – Eine Grundlegung sozialer Beziehungsarbeit mit TZI.* Ostfildern: Grünewald.

Pongratz, H.J. & Voß, G.G. (2004). *Arbeitskraftunternehmer: Erwerbsorientierungen in entgrenzten Arbeitsformen* (2. Aufl.). Berlin: Edition Sigma.

Reckwitz, A. (2020). *Das hybride Subjekt: Eine Theorie der Subjektkulturen von der bürgerlichen Moderne zur Postmoderne.* Frankfurt: Suhrkamp.

Richter, D., Berger, K. & Reker, T. (2008). Nehmen psychische Störungen zu? Eine systematische Literaturübersicht. *Psychiatrische Praxis 35* (7), 321–330.

Schöll, I. (2014). Was aus PIAAC folgen muss. Plädoyer für ein Bundesamt zur Grundbildungssicherung. *DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung 21* (3), 36–38.

Sennett, R. (2006). *Der flexible Mensch: die Kultur des neuen Kapitalismus.* Berlin: Berliner Taschenbuch.

von Thadden, E. (2020). Schnee war gestern. *Die Zeit,* (12), 39 f.

Weltgesundheitsorganisation – Regionalkomitee für Europa (2013). *Faktenblatt – Psychische Gesundheit.* www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0012/216210/RC63-Fact-sheet-MNH-Ger.pdf

Welzer, H. (2012). *Wohlstand ohne Wachstum – wie ist das möglich?* www.swr.de/-/id=9244942/property=download/nid=660374/7xh5xf/swr2-wissen-20120318.pdf

Würzburger, T. (2019). *Die Agilitätsfalle: Wie Sie in der digitalen Transformation stabil arbeiten und leben können.* München: Vahlen.