

Dr. Ulf Häbel

Das Dorf als widerstandsfähige Lebenswelt

„... so klein, dass man sich kennt“

„... so groß, dass man gemeinsam (über-) lebt.“

Einführung

Leben ist begrenztes Dasein

In der begrenzten Lebenswelt (Dorf) liegt die Kraft der Prosilienz

Die begrenzte Lebenswelt macht Sinn

7 Thesen

1. Ich bin hier daheim
 2. Ich lebe hier mit anderen zusammen
 3. Das Feuer brennt von unten
 4. Von innen nach außen, zirkulär statt peripher
 5. Ich bin aufs Huhn gekommen
 6. Was wir tun, wenn wir tätig sind
 7. Ihr könnt mehr als Ihr könnt
-

Anmerkungen und Literaturhinweise

Einführung

Wenn man die Corona-Krise durchlebt und bewusst wahrnimmt, drängen sich mindestens drei Erkenntnisse auf:

- Leben ist begrenztes Dasein

Der Wachstums- und Machbarkeitswahn (immer größer, immer schneller, immer mehr) kommt an seine Grenze. Eine bescheidenere Lebenseinstellung könnte mit dieser Erkenntnis gewonnen werden:

Was brauchst Du eigentlich mehr als ein Dach über dem Kopf (Lebensraum, Wärme, medizinische Versorgung), genug zu essen und zu trinken (Ernährung, Natur, Landbewirtschaftung) und ein paar gute Mitmenschen (Kontakt, Nachbarschaft, Gemeinschaft, Kooperation, Bildung).

- In der begrenzten Lebenswelt (Dorf) liegt die Kraft der Prosilienz*¹

Zurzeit werden besonders systemrelevante Handlungsfelder / Berufe gefördert und die darin Tätigen als „Heldinnen“ gelobt. Das ist gut so. Schließlich tragen sie zum „Überleben“ in den uns vertrauten Abläufen bei.

Dabei wird überwiegend strukturorientiert gedacht: Wie viel Infizierte kann das Gesundheitssystem tragen? Wie viele Intensivbetten halten die Krankenhäuser vor? Wie groß müssen Rettungsschirme und Finanzhilfen sein, um das bisher Gewohnte (Wachstum um jeden Preis) zu erhalten bzw. zu reparieren?

Systemorientierung ist aber nicht nur die Frage nach den Ablaufstrukturen im System, sondern auch die nach seinem Sinn.

Hier wird die zurzeit oft zitierte Systemtheorie von N. Luhmann*² instrumentalisiert und verkürzt. Der „Sinn“ eines Systems ist primär zu überleben, d.h. auch in Krisen sich selbst zu reproduzieren. Doch die Reproduktion hat nicht nur mit systemrelevanten Strukturen (Abläufe) zu tun, sondern ebenso mit der Grenze des Systems zu seiner Umwelt hin nach seinem Platz im Ganzen.

Nach Luhmann ist ein System ein aus seiner spezifischen Umwelt ausgegrenzter Bereich, d.h. es ist immer auf seine Umwelt bezogen durch seine Grenze. Die kann variabel, durchlässig, diffundierend oder auch unbeweglich, starr, abgeschottet sein.

Der nach innen gerichtete systemische Blick sieht primär die Strukturen (Abläufe), die wir gewohnt sind. Wie lässt sich alles möglichst schnell reparieren?

Nach einer Flutkatastrophe kommt die Forderung nach höheren Deichen, nach Geldwaschkandalen nach mehr Kontrollen der Banken, nach Flüchtlingsströmen die Forderung nach wirksameren Abweisungen. Damit soll repariert werden; es ergibt aber keine Perspektive.

Der nach außen gerichtete systemische Blick sieht die Grenze des Systems und seinen Kontexten, schaut auf mögliche oder vielleicht auch notwendige Veränderungen, fragt nach dem „Sinn“ des Ganzen.

Wie werden wir nicht nur in gewohnten Ablaufstrukturen weiter funktionieren (überleben), sondern wie werden wir in Zukunft leben. Wie wollen wir uns perspektivisch orientieren? Welche Werte leiten uns? Welche Lebenseinstellung bestimmt uns? Welche Visionen haben wir?

- Die begrenzte Lebenswelt macht Sinn

Das in unserer Gesellschaft bisher verfolgte Strukturprinzip lautet Wachstum: Wirtschaftswachstum, expandierender weltweiter Tourismus, Gewinnerorientierung und Wohlstandssteigerung für die Besitzenden. Oft ist damit der Wahn der Grenzenlosigkeit verbunden: Wir wollen alles und zwar sofort und immer noch mehr. Grenzenloses Wachstum ist medizinisch gesprochen Krebs, der führt, wenn er nicht eingegrenzt werden kann, zum Tod. Der Sinn eines natürlichen und auch eines sozialen Systems, ist aber gerade nicht das Absterben, sondern das (Über-)leben.

Die Sinnhaftigkeit des Systems (der Sinn des Lebens ist das Leben) entscheidet sich an seiner Grenze: Wie wollen wir angesichts der sich verändernden Umwelt leben, uns neu orientieren und auch innersystemische Strukturen ändern? Und das heißt: bisher wenig beachtete Ressourcen nutzen oder überflüssige Strukturen abbauen, Gemeinschaftlichkeit im begrenzten Rahmen, Nachbarschaften nutzen. In der unmittelbar gegebenen Lebenswelt sind die Kräfte verborgen, die eine perspektivische Weiterentwicklung (Prosilienz) befördern.

Lebenswelten leben von sinnhafter Ausgestaltung und Deutung ihrer Akteure und drängen über zu enge Grenzen des Systems hinaus – statt „alternativlosen Sachzwängen“.

7 Thesen

1. Ich bin hier daheim

Identität , Verbundenheit, Engagement

Viele Menschen fühlen sich in ihrem Dorf und der es umgebenden Landschaft (Gemarkung) zuhause. Der Begriff Heimat, wenn er nicht pathetisch überhöht wird, drückt eine gewisse soziale und geographische Bezogenheit, Zugehörigkeit und damit entwickelten Identität aus. Je höher das Verbundenheitsgefühl mit dem gegebenen Lebensraum ist, desto größer ist auch die Bereitschaft, sich darin aktiv einzubringen. Hier wohne ich, hier lebe ich, hier betätige ich mich.

Zum Beispiel in der Landschafts- und Brauchtumpflege, des aktiven Naturschutzes, in der Selbstversorgungslandwirtschaft und regionalen Wirtschaftskreisläufen oder die Ideen zur dezentralen, ökologischen Energieversorgung. Im sozialen Bereich ist die Mitarbeit in Vereinen, Kirchengemeinden, Bürgerinitiativen ausgeprägt.

Die Bereitschaft zu ehrenamtlicher Tätigkeit ist in ländlichen Gemeinden wesentlich höher als in Städten.

2. Ich lebe hier mit anderen zusammen

Leitbild: Nachbarschaft

In kleinen, überschaubaren Lebensräumen (Dörfer) hat sich oft eine tragfähige Binnenstruktur (Gemeinschaftsfähigkeit) entwickelt. Nachbarschaftliche Hilfe ist ein Stichwort. Man muss sich im Dorf doch gegenseitig helfen, selbst dann, wenn man sich manchmal nicht leiden kann. Die Nachbarschaft ist der Sozialraum, in dem neue Hilfssysteme entstehen, z.B. gemeinsames Wohnen im Alter, Tagesbetreuung von Alterseinsamen, Hilfsangebote zwischen den Generationen, Lese Omas in der Schule. Das gilt auch für wechselseitige Unterstützung von Einheimischen und Fremden.

Die kleinste sozial tragfähige Einheit ist der eigene Lebensraum (Haushalt) und der sie umgebenden Nachbarschaft (so Klaus Dörner, „Leben und Sterben wo ich hingehöre“^{*3}).

In einer „Nachbarschaftsfamilie“ entsteht die Solidarität, die Alle einbezieht, die sozial-bürgerschaftlich orientiert ist (von unten) statt institutionell gesteuert (von oben).

3. Das Feuer brennt von unten

Gestaltungswille der Menschen im Dorf

Ob ein Dorf „stirbt“ (... Wüstung wird) liegt nicht nur an der gegebenen (oft mangelnden) Infrastruktur oder an dem demographischen Faktor, sondern vor allem an dem Lebenswillen der Menschen vor Ort. „Wenn wir das wirklich wollen, dann kriegen wir das hin“ (Dr. Ulf Häbel^{*4}). Was wir unbedingt brauchen, das regeln wir auch. Dafür ist die DorfSchmiede Freisen ein gutes Beispiel. Ähnliche Projekte sind in den Veröffentlichungen der Wüstenrot-Stiftung „Land und Leute“^{*5} oder Gerhard Henkel „Das Dorf“^{*6}, beschrieben.

Die Energie, Krisen zu bewältigen, etwas zum Guten zu verändern, oder etwas Neues zu erproben kommt von unten, von den Betroffenen – systemisch gesprochen von „innen“.

Der (Über)lebenswille der Menschen vor Ort ist die größte Gestaltungskraft, die Kraft der Prosilienz, die (Wieder)-Entdeckung lebensfördernder Faktoren.

Dabei können von außengesetzte politische Rahmenbedingungen (Förderprogramme, administrative Hilfen, Steuererleichterungen) hilfreich sein, die Gestaltungskraft ersetzen sie aber nicht.

Eine unserer Erfahrungen ist, das Feuer, das „von unten“ brennt, wird gelegentlich „von oben“ eingedämmt (bürokratische Vorgaben, unerfüllbare behördliche Auflagen, zeitaufwendige Antragsstellungen, wechselnde, oft unklare Zuständigkeiten).

Ein Beispiel: Das Dorfwentwicklungsprogramm IKEK*⁷ läuft zehn Jahre. Unter der Fragestellung „Was brauchen wir oder was wollen wir in der Gemeinde/Kommune entwickeln?“ waren bis zu 120 Bürgerinnen und Bürger beteiligt. Dann gab es von außenständigen Beraterfirmen organisierte Foren, Arbeitskreise, Steuerungskommission, dazu Abstimmungstermine mit zuständigen Behörden (Was ist förderfähig?). Die Verwaltungsprozesse dauerten an. Die Transparenz der Entscheidungsprozesse fehlte. Effekt: Die Energie der Beteiligten im Dorf erlahmte.

4. Von innen nach außen, zirkulär statt peripher Subsidiarität als Strategie

Das Prinzip der Subsidiarität ist politisch anerkannt, sowohl im Föderalismus der BRD als auch in der EU. Gemeint ist damit, dass eine organisierte Lebenswelt (z.B. ein Dorf) Dinge, die sie betreffen auch aus eigener Kraft bewältigen soll. Landschaftspflege, „Betreuung“ von Kindern und Alten, regionale Produkte zur Grundversorgung (Kartoffeln, Obst, Honig, Eier, Fleisch).

Nur die Handlungsabläufe, die aus eigener Kraft bzw. mangelnder Kompetenz nicht erledigt werden können (Straßenbau, ÖPNV, Steuer, Handel, Tourismus) werden an die nächst größere organisatorische Einheit (Kommune, Kreis, Land, Staat, EU) delegiert.

Wenn ein Dorf z.B. Kindergarten oder Schule nicht organisieren kann (zu wenig Kinder, keine verfügbaren Räumlichkeiten), ist die nächst größere Einheit handlungsbeauftragt.

Die Strategie zum Handeln ist funktional, d.h. von innen nach außen (zirkulär statt peripher) oder hierarchisch gesprochen: von unten nach oben – bottom up statt top down.

Damit ist ein politisches Dilemma benannt: „Hauptamtliche Verwaltungsbürokratie“ will je nach Zuständigkeit alles flächendeckend gleichermaßen regeln (vermeintlich „gerecht“). Engagierte Menschen und Gruppen suchen dagegen eine angemessene Regelung vor Ort unter Nutzung eigener Ressourcen.

Dieses Dilemma (entweder alles gleichermaßen oder nichts) kann die systemisch-funktionale Strategie überwinden (sowohl ... als auch): Was ist wo mit welchen Handlungspartnern machbar und sinnvoll? Also: Mehr Differenzierung und Pragmatismus als zentralistische Steuerung.

Ein Beispiel ist die DorfSchmiede in Freientseen. Das multifunktionale Haus mit seinen unterschiedlichen koordinierten Modulen (Tagespflege, Dorfladen, Arztpraxis, altersgerechtes Wohnen, Dorfwerkstatt) wird zu einem Ort der Begegnung und Aktivität: Gemeinsam sind wir stark.

5. Ich bin aufs Huhn gekommen
Selbstversorgung als Prosilienz

Das Dorf (... der ländliche Lebensraum) ermöglicht eine gewisse Selbstversorgung mit Grundnahrungsmitteln. Der Anbau von Kartoffeln und Gemüse, von Getreide und Kräutern, Bienen- und Kleintierzucht am Haus ist zurzeit gerade bei jungen Familien verstärkt zu beobachten. Bio und regional ist auch in Supermärkten gefragt.

Das Interesse an einer begrenzten Selbstversorgungslandwirtschaft wächst: Tomaten von meinem Balkon, frische Eier aus dem eigenen Hühnerstall, Apfelsaft aus der hiesigen Gemarkung.

Aus diesem Interesse (was wir selber anbauen, erzeugen, ernten ist gut und tut gut); darin liegt die Kraft der Prosilienz, eine Art Wiederentdeckung vorhandener Ressourcen.

Beispiele: Ein alter Mann hält wieder Hühner mit dem (ebenfalls alten) Nachbarn zusammen. Sie sprechen sich ab: wer die Tiere füttert, den Stall mistet, die Eier einsammelt, verteilt oder verkauft.

Ein paar junge Familien halten Stallhasen oder Schafe; sie legen Streuobstwiesen an, machen Holz im Wald für die von Öl auf Holz umgestellte Heizung.

Was ist darüber hinaus noch möglich? Visionen sind erwünscht. Vielleicht wird aus dem Gedanken der Re-silienz (was kriegen wir noch hin?) eine Art Prosilienz: Was ist in Zukunft darüber hinaus möglich in unserer Lebenswelt? Wie flexibel sind wir? Wie können wir uns vorausschauend stark machen?

6. Was wir tun, wenn wir tätig sind
Sinn und Ort des Handelns

Hannah Arendt*⁸ hat in ihrer Philosophie (Vita activa, vom tätigen Leben) als ein Grundprinzip menschlichen Daseins die Betätigung, das Handeln, die Arbeit beschrieben.

Die „Dinge“, die uns umgeben, fordern uns heraus. Die vorhandene Umwelt (Landschaft, Gemarkung, Wasser, Luft, Bodenschätze, Wald) animiert uns zum Handeln, z.B. Kulturlandschaftspflege, Anbau von Grundnahrungsmitteln, Tierhaltung vor Ort, Nutzung vorhandener Energien (Wind, Sonne, Wasser, Holz).

Dieses Grundprinzip gilt auch für unser soziales Handeln – gegenseitige Unterstützung, Nachbarschaft: Wer hilft wem, wer kann was und bringt seine Kompetenz ein?

Jeder Mensch ist Individuum (selbstbestimmt) und zugleich soziales und politisches Wesen und damit auf andere bezogen.

Wir agieren, betätigen uns in aktiv gestaltend in Projektgruppen, Bürgerinitiativen Vereinen, Kirchengemeinden. Andere „betreuen“ alte Menschen in der Tagespflege oder Kinder in den Krabbelgruppen. In der „Betätigung“ ob sie aktiv gestaltend geschieht oder als Hilfeleistung angenommen wird, transzendiert der Mensch sich selbst. Er nimmt sich selbst und die Anderen wahr - in der gegebenen Situation, mit den vorhandenen Fähigkeiten, Ressourcen, Begrenzungen. „Mal sehen was geht“. Für das soziale Handeln braucht es einen „Ort“, an dem Begegnung geschieht und die Erfahrungen ausgewertet werden.

Das Dorfleben war durch bäuerliche, handwerklich-technische Arbeit geprägt. Zum Beispiel könnten Menschen im Ruhestand ihre Berufs- und Lebenserfahrung ins alltägliche Dorfgeschehen einbringen: In örtlichen Arbeitsgruppen, in einer Reparatür-Bar*⁹ und in einer DorfVolkshochSchule*¹⁰ u.a. Damit kann auch die Alterseinsamkeit (ich sitze daheim und „gucke Löcher in die Luft“) überwunden werden. Die erfahrene Hausfrau zeigt wie im Dorfbackhaus Brot gebacken wird. Der pensionierte Elektriker guckt z.B. nach dem defekten Elektroherd der Nachbarin, ehe die den kostenpflichtig angereisten Service aus der Stadt holen muss.

Es gibt im Dorf Menschen mit vielen Fähigkeiten, Lebenserfahrungen, Begabungen. Die muss man entdecken und nutzen. Das ist die Kraft der Prosilienz.

„Dorfwerkstätten“ und ähnliche Einrichtungen, die bereits existieren und noch geplant werden, sind solche Orte der Begegnung und Kommunikation tätiger Menschen.

Die rüstigen Rentnerinnen und Rentner betätigen sich; sie sind zu etwas nütze. Sie zeigen den Kindern (... aus der Grundschule), wie man sich selbst und anderen hilft. Im Dorf muss man vieles selber machen, darin liegt auch eine gewisse Genugtuung und Lebensfreude.

7. Ihr könnt mehr als Ihr könnt

Neue Denk- und Handlungsmuster einüben

In Krisen neigen Menschen in ihrem Denken und Handeln zur Polarisierung - entweder ... oder:

- Entweder flächendeckende Regulierung oder Chaos?
- Entweder weist ein Dorf neue Baugebiete aus oder es stirbt?
- Entweder Wachstum um jeden Preis (Billionen für Rettungsschirme) oder wir vergehen?

Dem polarisierenden Denken liegt ein Machtprinzip zugrunde: Wer oder was setzt sich durch; politisch gesprochen heißt das: Wer hat die Macht/das Geld und die damit verbundene Durchsetzungskraft?

Das polarisierende Denkmuster ist aber angesichts der vielfältigen Herausforderungen (Ökologie, Klima, Landwirtschaft, Armut und Reichtum, Migranten und Besitzende ...) zu einfach; es ist nicht zukunftsfruchtig.

Dem polarisierenden „Richtig oder Falsch – Denken“ müssen wir das visionäre Zukunftsdenken (Was ist möglich?) hinzufügen. Nach der Kommunikations- und Handlungstheorie „Presencing“, aus der Zukunft denken und handeln, hat C.O. Scharmer*¹¹ in seiner Philosophie (siehe „Theorie U“), entfaltet:

Wir brauchen „Visionen“, um zu mehr und größeren Handlungsspielräumen zu kommen. Sein Rat: Steigt aus dem „Gefängnis der Vergangenheit“, dem engen Erfahrungs- und Deutungshorizont aus; weitet den Horizont. Fügt dem Urteil der rückwärtsgewandten Bedenkenträgern (das geht nicht, weil ...) das visionäre Denken (es ginge doch, wenn ...) hinzu.

Der Visionär drängt über den Status quo hinaus. Dieser visionäre Denkansatz ist z.B. in dem Wettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft“ zugrunde gelegt:

Welche Ressourcen, Fähigkeiten, Kräfte (Prosilienz) gibt es im Ort? Wie können wir die herausfinden und gemeinsam nutzen?

Methodisch kann dabei das sogenannte Tetralemma helfen. Es kommt aus der buddhistischen Philosophie und bedeutet: Tetralemma = vier Ecken

Bei jeder Entscheidung, die man trifft, spielt das polarisierende Urteil (richtig oder falsch) die entscheidende Rolle; also nur zwei Ecken. Tetralemma soll darüber hinausführen. Denk mal: Sowohl als auch; ja und nein; welche Möglichkeiten gäbe es denn noch über das Vorhandene und schon Erfahrene hinaus?

Für die Vision von einem „prosiliten Dorf“ heißt das zweierlei:

Zum einen: Wir werden die gewohnten Handlungsmuster aufgeben: das war schon immer so; das hat sich bewährt; dafür haben wir die Mehrheit.

Aus diesem „Gefängnis der Vergangenheit“ (C.O. Scharmer*¹²) werden wir uns befreien. In der Sprache de Tetralemma nennt man das die Muster-Unterbrechung des Üblichen. Die Funktion ist die eines Stolpersteins: man stößt dagegen, wird wachgerüttelt, aufgefordert Neues zu denken.

Zum anderen: Dem Impuls der Kommunikations- und Handlungstheorie (Presencing) folgend sind vor Ort gestaltete Zukunftswerkstätten und andere Beteiligungsmodelle*¹³ sinnvoll. Damit ist nicht gemeint, dass Experten und Fachinstitute uns belehren wie die Zukunft des Dorfes prognostisch geurteilt zu sein hat oder nach heutigen Kriterien wahrscheinlich wird. Es ist zu einfach, übliche Kriterien wie den Autobahnanschluss (bis zu 35 km erträglich), Entfernung zum nächsten Einkaufszentrum, die Abwassergebühr oder den sogenannten demographischen Faktor (zu viel Alte, zu wenig Kinder) zum Urteil zu machen, das dann lautet: Sterbendes Dorf.

Wie kommen wir in Zukunft mit unserem Leben vor Ort zurecht? Das ist die generelle Frage. Diese zu beantworten braucht das Zusammenspiel zwischen den „Experten vor Ort“ (Sozialraumpioniere*¹⁴ und aktive Bürgerinnen und Bürger) und institutionelle Experten (z.B. Berlin-Institut, Thünen-Institut, Umweltministerien, Regionalverbände). Zu diesem zukunftsorientierten, perspektivischen Diskurs sind Zukunftswerkstätten gut. Die Aufgabe auswärtiger Fachexperten (Moderatoren, Regionalplanerinnen) läge dann mehr in den Funktionen dienlicher Unterstützung und Horizonterweiterung (wie die Hebamme, die hilft, etwas zur Welt zu bringen) als in dem schnellen Urteil: Ihr werdet bald eine Wüstung sein; eure Straßen gehören dann den Wildschweinen und Brombeersträuchern.*¹⁵

Vielleicht wäre es besser, vom prosiliten Dorf statt vom resilienten*¹⁶ zu reden. Re-staurierung, -naturierung, -form, -silienz, -strukturierung ist rückwärts gedacht. Pro- meint den Blick in die Zukunft, die Suche nach weiteren Möglichkeiten, die Begeisterung für das Dorf als liebenswerter Lebenswelt, in der man daheim ist.

**Es ist noch mehr möglich als ihr denkt:
Ihr könnt mehr als ihr könnt.**

Anmerkungen und Literaturhinweise

- 1) S. Mauritz verwendet dieses Wort im Sinne „proaktiver Resilienz“. Vergl. Prosilienz – das Lernen aus zukünftigen Krisen www.resilienz-kongress.de und ders.: IMMUN gegen Probleme, Stress und Krisen, 2019
- 2) N. Luhmann, Soziologische Aufklärung - Aufsätze zur Theorie Sozialer Systeme, Opladen, 1974
- 3) Kl. Dörner, Leben und Sterben, wo ich hingehöre, Neumünster, 2010
- 4) U. Häbel in G. Henkel, Rettet das Dorf, München, 2018
- 5) S. Krämer, Land und Leute, herausgegeben von der Wüstenrot Stiftung, Ludwigsburg, 2009, D. Schmied und Wüstenrot Stiftung, Kirche im Dorf, Ludwigsburg, 2020
- 6) G. Henkel, Das Dorf, Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 2020
- 7) IKEK = Integriertes Kommunales Entwicklungskonzept ist ein auf 10 Jahre ausgelegtes Dorferneuerungsprogramm des Landes Hessen. Es ist auf die gesamte Kommune ausgerichtet, nicht nur auf einen Ort oder Stadtteil (Laubach seit 2013)
- 8) H. Arendt, Vita activa oder Vom tätigen Leben, Stuttgart, 1960
- 9) Es gibt viele Beispiele für handwerkliche Betätigungen und gegenseitige Unterstützungen, vergl. dazu auch G. Henkel, Rettet das Dorf, 2018
- 10) D. Egnér, Die DorfSchule, in Dorf-Reihe, Büdingen, 2020
- 11) C.O. Scharmer, Theorie U – Von der Zukunft her führen, Heidelberg, 2009
- 12) C.O. Scharmer, Theorie U – Von der Zukunft her führen, Heidelberg, 2009
- 13) Berlin-Institut für Partizipation – Online-Methodenbank, 2020
<https://www.bipar.de/category/methoden>

Fortsetzung: Anmerkungen und Literaturhinweise

- 14) N. Franzen, Selbst ist das Dorf – Zukunft auf dem Land, Gau-Odernheim, 2015 (in FAZ v. Nov. 2015), ebenso: Ländliche Lebensverhältnisse im Wandel, Thünen-Institut (herausgegeben vom Bundesministerium für Ernährung, 2015)
- 15) K. Trippel, Über die Dörfer (in GEO, März 2015)
- 16) Resilienz ist eine Fähigkeit, die hilft, mit Krisen besser umzugehen. Das Gute daran: Man kann sie erlernen. Die Fähigkeit, Problemen auf Augenhöhe zu begegnen, nennt man Resilienz. (lt. Wikipedia)