

Inhalt

Einleitung

Hauptteil

1	Resilienz – Definition und Merkmale	9
2	Risiko- und Schutzfaktoren – ein Wechselwirkungsprozess	19
3	Resilienzfaktoren – personale Ressourcen.....	40
4	Prävention – Bedeutung und Wirkung	56
5	Praxis – Programme und Kurse zu Prävention und Resilienz	62

Anhang

Glossar.....	84
Literatur	87
Sachregister	98