

# **Inhalt**

## **Einleitung**

## **Hauptteil**

<b>1 Resilienz – Definition und Merkmale .....</b>	<b>9</b>
<b>2 Risiko- und Schutzfaktoren –</b>	
<b>ein Wechselwirkungsprozess .....</b>	<b>20</b>
<b>3 Resilienzfaktoren – personale Ressourcen.....</b>	<b>41</b>
<b>4 Prävention – Bedeutung und Wirkung .....</b>	<b>58</b>
<b>5 Praxis – Programme und Kurse zu Prävention</b>	
<b>und Resilienz.....</b>	<b>64</b>

## **Anhang**

<b>Glossar.....</b>	<b>86</b>
<b>Literatur .....</b>	<b>89</b>
<b>Sachregister.....</b>	<b>100</b>