

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