

Was mich nicht umbringt, macht mich stärker.

Ein Podcast über die Resilienz ehemaliger Heim- und Verdingkinder.

«Ich möchte nicht alt werden. Es ist für mich unvorstellbar, erneut der Willkür anderer ausgeliefert zu sein, so, wie ich es in den etlichen Kinderheimen war.» Frau Elisabeth S. (Folge 2)

Methodik

Zunächst habe ich im schriftlichen Teil meiner Maturaarbeit die theoretischen Grundlagen für die Themen «Fremdplatzierung» und «Resilienzforschung» erarbeitet. Um die inhaltlichen und formellen Entscheidungen, die hinter der Produktion des Podcasts stehen, nachvollziehen zu können, wurde zudem ein journalistisches Konzept erstellt.

Anhand dieser Dokumentation konnte in einem nächsten Schritt der Podcast, der das eigentliche Produkt meiner Maturaarbeit darstellt, produziert werden.



«Irgendeine Hand hat mich zurückgezogen, als ich mir an jenem Abend das Leben nehmen wollte.» Herr Robert T. (Folge 1)

Fragestellung

In meiner Maturaarbeit wurde erforscht, wie der Podcast-Autor die Thematik der Resilienz einem grossen Publikum zugänglich machen kann und wie er einen Podcast erstellt, der aufbauend informiert. In diesem Zusammenhang wurde folgender Fragestellung nachgegangen:

Wie muss ein Podcast über die Resilienz ehemaliger Heim- und Verdingkinder gestaltet sein, damit dieser das Interesse des Zuhörenden weckt und ihn für das Thema sensibilisiert?

«Erst die Konfrontation mit widrigen oder traumatischen Ereignissen ermöglicht die Entwicklung von Resilienz.» Frau Dr. Myriam Thoma (Folge 3)

Resultate

Viele Fallberichte dokumentieren die schweren Missbräuche und Traumatisierungen, die ehemalige Verdingkinder und Betroffene der Administrativen Versorgung während ihrer Fremdplatzierung durchleben mussten. Während es heute einigen schwer fällt über die Erlebnisse ihrer Kindheit zu sprechen und viele unter psychischen Folgestörungen leiden, ist für andere dieses dunkle Kapitel der Vergangenheit abgeschlossen. Warum gehen Menschen so unterschiedlich mit belastenden Situationen um?

Gemäss Frau Dr. Myriam Thoma, Oberassistentin am Psychologischen Institut in Zürich, kann man nicht nur einen Faktor für die jeweilige Reaktion auf eine belastende Situation verantwortlich machen. Sie ist davon überzeugt, dass die Kombination von Veranlagung und Erfahrung unsere Resilienzfähigkeit ausmachen. Des Weiteren spiele der Zeitpunkt, in dem es zum traumatisierenden Erlebnis kommt, eine Rolle. Insbesondere die Kindheit und Jugend bilden eine hochsensible Entwicklungsphase, in der schlechte Erfahrungen zum einen psychische Störungen auslösen, die ein ganzes Leben beeinträchtigen können, durch die zum anderen aber auch Strategien erlernt werden können, die die Grundlage für resilienten Umgang mit Stress bilden.

Podcast

Der Wert dieses Podcasts liegt darin, dass persönliche Berichte in einen theoretischen Kontext gebracht werden. Ich als Podcast-Autorin habe also Wissenschaftsjournalismus betrieben.



Folge 1: Resilienz und der Alltag der Verdingkinder
Folge 2: Was beeinflusst unsere Resilienzfähigkeit?
Folge 3: Stress ist nicht nur negativ