

## Wieder Auf den Beinen

Eine Filmreihe über Resilienz bei Jugendlichen

In der dokumentarischen Filmreihe reden Jugendliche offen in Interviews über ihre Vulnerabilität und ihre Resilienz. Authentisch geben sie Einblicke in die Krisen, die sie erlebt haben und klären auf, wie sie diese überwunden haben. Nach dem Motto „Think positive“ geht es in den Filmen darum, wo junge Menschen Positives in ihrem Leben sehen und wie sie Krisen wie z.B. Mobbing, Flucht, psychische Erkrankung, Tod, Corona, Kriege etc. bewältigen. Die Jugendlichen berichten ehrlich, wie sie sich in den Zeiten einer Krise gefühlt haben und was ihnen bei der Überwindung dieser geholfen hat. Hierbei spielen die Familie und der Freundeskreis genauso eine wichtige Rolle wie Hobbies, Sport, Religion oder künstlerische Betätigung. Zentral für ihre Resilienz ist ihr Selbstbewusstsein und ihre Selbstliebe.

Inhaltlich fokussieren die Interviews die folgenden Aspekte: Was und wie haben die Jugendlichen in einer Krise erlebt? Wie haben sie die Herausforderung überwunden und geschafft, dass es wieder gut wurde? Woran sind sie gewachsen? Was hat ihnen dabei geholfen? Wie können Jugendliche positiv sein bzw. werden, wenn vieles negativ ist? Was stärkt sie und was schwächt sie? Was ist schön in ihrem Leben?

Die Jugendlichen geben Tipps und stärken andere Jugendliche, an sich zu glauben und sich mutig den Herausforderungen zu stellen. Ziele der Filme ist die Stärkung der Resilienz und der Voraussetzungen für Resilienz von jungen Menschen.

### Filme:

Problem oder Krise	09:10min	Dragoste	01:00min
Zusammen in helleren Farben	08:23min	Glaub nicht alles	01:04min
Wenn der Weg nicht gerade ist	15:40min	Außer Narben	00:59min
Wie eine Familie	10:42min	3 Tage Waser	00:59min
Mein_Immunsystem	07:24min	Viva la vulva (Ausschnitt)	01:07min
1 Pandemie - 5 Krisen	11:45min	Arachnophobie	01:01min
Narben	08:53min		
Young Spirit	00:59min		
Abgrund	01:00min		

