

# Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis .....	XV
Tabellenverzeichnis .....	XVI
Abkürzungsverzeichnis .....	XVI

## I Ausgangsbetrachtung

1 Einleitung .....	1
2 Forschungsinteresse .....	2
3 Forschungslücke .....	3
4 Erkenntnisse für die Psychotherapiewissenschaft .....	10

## II Standpunkte und Selbstverständnis

1 Individueller Bedeutungslandkarte und die Konstruktion von Wirklichkeit .....	12
1.1 Aufmerksamkeit und Bedeutung.....	13
1.2 Wahrnehmungs-Filter und Wahrnehmungs-Verstärker .....	13
2 Die Begrenztheit unseres bewussten Denkens.....	15
3 Emotionen und ihr Stellenwert in der westlichen Gesellschaft .....	17
4 Das individuelle Selbst .....	18
5 Disziplinierung im Sinne kultureller Werte und Normen .....	18
6 Seelisches Ungleichgewicht, Krankheiten und Krisen .....	19

## III Die theoretischen Ansätze vor dem Hintergrund der Ausgangsfrage

1 Sozialisations- und kulturtheoretische Ansätze .....	21
1.1 Der sozialisationstheoretische Ansatz nach Hurrelmann .....	22
1.2 Die Konstruktion von Wirklichkeit nach Peter Berger und Thomas Luckmann .....	24
1.3 Symbolischer Interaktionismus in Anlehnung an Herbert Blumer .....	25

1.4	George Herbert Meads Ansatz und das psychoanalytische Strukturmodell .....	29
2	Psychoanalytische Gesichtspunkte mit lebensweltlichem Bezug .....	31
2.1	Erik H. Erikson: Identität und Lebenszyklus .....	31
2.2	Das psychoanalytische Strukturmodell und neurobiologische Erkenntnisse .....	39
3	Neurobiologische Erkenntnisse und Betrachtungsweisen .....	40
3.1	Emotionen und das Unbewusste .....	41
3.2	Emotionale Sozialisation .....	43
3.3	Über das Erinnern und Abspeichern von Erfahrungen .....	44
3.4	Erinnern ist ein Prozess .....	46
3.5	Erzählen und Erinnern im Forschungskontext .....	47
4	Resilienz, Salutogenese und Resilienzforschung .....	47
4.1	Was versteht man unter Resilienz? .....	48
4.2	Was versteht man unter Salutogenese? .....	48
4.3	Wie sich der Resilienz- und der Salutogeneseansatz ergänzen .....	49
4.4	Perspektivenwechsel: Von „Was macht krank?“ zu „Was hält gesund?“ .....	50
4.5	Sich trotz widriger Lebensumstände gesund entwickeln .....	50
4.6	Grenzen, die oft verschwiegen werden .....	52
4.7	Was fördert Resilienz? .....	56
4.8	Was benötigt wird, damit sich Resilienzfaktoren entfalten können .....	58
5	Selbstbezugsfähigkeit und spirituelle Zugänge .....	59
5.1	Selbstbezugsfähigkeit .....	60
5.2	Spiritualität .....	61

#### **IV Von den Ausgangsbetrachtungen zu den Grundhypothesen**

1	Drei zentrale Themenkreise und was damit gemeint ist .....	67
1.1	Wie soziokulturelle Kontexte im biografischen Verlauf zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen .....	68
1.2	Selbstbezugsfähigkeit und Bewusstsein als Voraussetzung für positive Ich-Entwicklung .....	69
1.3	Resilienz und Salutogenese – Krisenerfahrungen und die Entwicklung individueller Bewältigungsstrategien .....	71

2	Fünf relevante Betrachtungsperspektiven im Kontext der Ich-Entwicklung.....	71
2.1	Die einzelnen Betrachtungsperspektiven.....	73
2.2	Wie die drei zentralen Themenkreise mit den fünf Betrachtungsperspektiven in Verbindung stehen .....	81
2.3	Wie die fünf Betrachtungsperspektiven in Beziehung zueinanderstehen .....	84
3	Die Ausgangsfragen .....	85
4	Der Forschungsgegenstand .....	86
5	Exkurs: Begriffsklärung „soziokultureller Kontext“ .....	87
6	Die Grundhypothesen .....	93

## **V Methodologische Grundüberlegungen und Auswahl der Ansätze**

1	Grundverständnis und Zugang bei diesem Forschungsvorhaben .....	97
1.1	Die gesellschaftliche Konstruktion von Wirklichkeit nach Peter Berger und Thomas Luckmann .....	97
1.2	Der symbolische Interaktionismus nach Herbert Blumer .....	98
1.3	Persönlichkeits- und Identitätsentwicklung nach Erik H. Erikson .....	100
1.4	Neurobiologie und psychosoziale Entwicklungstheorien .....	101
1.5	Ressourcenorientierung als Grundhaltung - Resilienz und Salutogenese .....	103
2	Positionierung – Herangehensweise an den Forschungsprozess .....	105
3	Die Anforderungen an die Forschungsmethode .....	108
3.1	Was konkret erhoben werden soll .....	108
3.2	Was die Erhebungsmethode daher leisten muss .....	109
3.3	Vertrauensbasis zwischen Forscher/in und Beforschten.....	110
3.4	Real erlebte Situationen und der Umgang mit Erinnerungsverzerrungen.....	111
4	Diskussion einer Auswahl von methodischen Ansätzen .....	112
4.1	Narrativ-biografische Interviews nach Schütze .....	113
4.2	Das problemzentrierte Interview nach Witzel .....	115
4.3	Biografieforschung .....	117
4.4	Grounded Theory .....	120

4.5	Rekonstruktive Sozialforschung .....	122
4.6	Rekonstruktive Fallanalyse nach Rosenthal.....	124
4.7	Objektive Hermeneutik nach Oevermann .....	127
4.8	Deutungsmusteranalyse nach Oevermann .....	131
4.9	Tiefenhermeneutik nach König und Lorenzer .....	132

## **VI Forschungsdesign und konkrete Vorgangsweise**

1	Der hier verwendete Ansatz .....	135
2	Zielgruppe, Auswahlverfahren und Stichprobe .....	137
3	Die Erhebungsmethode – das „Biografische Leitfadeninterview“ .....	139
3.1	Aufbau und Dramaturgie des biografischen Leitfadeninterviews .....	140
3.2	Soziokulturelle und psychotherapiewissenschaftliche Fokussierung .....	142
3.3	Anbahnungsphase und Erstgespräch .....	149
3.4	Das biografische Leitfadeninterview .....	150
3.5	Der Interviewleitfaden .....	151
3.6	Der Erhebungsprozess .....	155
3.7	Der Aufbau des Interviewprozesses gleicht einem Trichter .....	156
3.8	Paraphrasieren und Validierung während des Prozesses .....	157
3.9	Die anonymisierte Auswertung .....	158
3.10	Das Validierungsgespräch .....	158
4	Die gewählte Auswertungsmethode .....	159
4.1	Zielsetzung der Auswertung .....	159
4.2	Der an die Anforderungen angepasste Auswertungsansatz .....	160
4.3	„Offene“ Kategorienbildung im Rahmen eines Auswertungskorridors .....	161
4.4	Der Auswertungsprozess und die drei zentralen Auswertungsschritte .....	163
4.5	Durchführung der Analysen .....	169

## **VII Einzelfallanalyse: Exploration**

1	Fall 1: Gerhard .....	175
1.1	Soziodemografische Daten.....	175

---

1.2	Lebensgeschichte: Bedeutungs- und Sinnstrukturen verstehen .....	175
1.3	Höhen und Tiefen in der Biografie .....	180
1.4	Typische Denkweisen, Verhaltensmuster und Handlungsansätze .....	181
1.5	Herausforderungen im Sinne einer gesunden Ich-Entwicklung .....	187
1.6	Biografisch gewachsene Ressourcen und Resilienzfaktoren .....	189
1.7	Kontexte mit starken positiven und negativen Zuschreibungen .....	194
2	Fall 2: Irene .....	199
2.1	Soziodemografische Daten .....	199
2.2	Lebensgeschichte: Bedeutungs- und Sinnstrukturen verstehen .....	199
2.3	Höhen und Tiefen in der Biografie .....	208
2.4	Typische Denkweisen, Verhaltensmuster und Handlungsansätze .....	210
2.5	Herausforderungen im Sinne einer gesunden Ich-Entwicklung .....	215
2.6	Biografisch gewachsene Ressourcen und Resilienzfaktoren .....	219
2.7	Kontexte mit starken positiven und negativen Zuschreibungen .....	223
3	Fall 3: Maria .....	230
3.1	Soziodemografische Daten: .....	230
3.2	Lebensgeschichte: Bedeutungs- und Sinnstrukturen verstehen .....	230
3.3	Höhen und Tiefen in der Biografie .....	238
3.4	Typische Denkweisen, Verhaltensmuster und Handlungsansätze .....	239
3.5	Herausforderungen im Sinne einer gesunden Ich-Entwicklung .....	243
3.6	Biografisch gewachsene Ressourcen und Resilienzfaktoren .....	246
3.7	Kontexte mit starken positiven und negativen Zuschreibungen .....	251
4	Fall 4: Josef .....	260
4.1	Soziodemografische Daten .....	260
4.2	Lebensgeschichte: Bedeutungs- und Sinnstrukturen verstehen .....	260
4.3	Höhen und Tiefen in der Biografie .....	267
4.4	Typische Denkweisen, Verhaltensmuster und Handlungsansätze .....	268
4.5	Herausforderungen im Sinne einer gesunden Ich-Entwicklung .....	273
4.6	Biografisch gewachsene Ressourcen und Resilienzfaktoren .....	279
4.7	Kontexte mit starken positiven, ambivalenten und negativen Zuschreibungen .....	286

5	Fall 5: Vera .....	292
	5.1 Soziodemografische Daten.....	292
	5.2 Lebensgeschichte: Bedeutungs- und Sinnstrukturen verstehen ....	292
	5.3 Höhen und Tiefen in der Biografie .....	301
	5.4 Typische Denkweisen, Verhaltensmuster und Handlungsansätze .....	302
	5.5 Herausforderungen im Sinne einer gesunden Ich-Entwicklung ....	309
	5.6 Biografisch gewachsene Ressourcen und Resilienzfaktoren .....	314
	5.7 Kontexte mit starken positiven und negativen Zuschreibungen ....	320
<b>VIII Fallübergreifende Analysen, relevante Erkenntnisse, Theoriebezug</b>		
1	Grundhypothese 1 .....	328
	1.1 Die Wirkung von soziokulturellen Kontexten auf die Ich-Entwicklung .....	329
	1.2 Der Einfluss von soziokulturellen Kontexten auf das Entstehen von Weltbildern und Glaubenssätzen .....	338
	1.3 Kontexte und emotionale Bedeutungszuschreibungen aufgrund von situativen Erfahrungen .....	348
	1.4 Die Tiefenwirkung ganzheitlich erlebter positiver Erfahrungen .....	352
	1.5 Tiefgreifende Veränderungen in soziokulturellen Kontexten und der Einfluss auf die Ich-Entwicklung .....	356
	1.6 Besondere Erkenntnisse im Zusammenhang mit den Einflüssen soziokultureller Kontexterfahrungen auf die Ich-Entwicklung ....	358
	1.7 Ableitbare Erkenntnisse für Experten/innen in begleitenden Berufen .....	363
2	Grundhypothese 2 .....	365
	2.1 Im Spannungsfeld zwischen Außenorientierung und Innenorientierung .....	366
	2.2 Wahrnehmungssensibilität und differenziert ausgeprägte Selbstwahrnehmungskompetenz .....	378
	2.3 Selbstbezugsfähigkeit und Selbstwahrnehmungskompetenz .....	389
	2.4 Reflexionsfähigkeit und Bewusstsein .....	397
	2.5 Spiritualität .....	413

2.6	Besondere Erkenntnisse im Zusammenhang mit Selbstreflexions- und Selbstbezugsfähigkeit und einer gesunden Ich-Entwicklung .....	420
2.7	Ableitbare Erkenntnisse für Experten/innen in begleitenden Berufen .....	428
3	Grundhypothese 3 .....	430
3.1	Krisen als unbequeme Förderer von Lernerfahrungen im biografischen Prozess .....	431
3.2	Die Auswirkungen von plötzlichen Lebenseinschnitten auf die Ich-Entwicklung .....	438
3.3	Krisenbewältigung und die Macht der Kontexte .....	445
3.4	Krisen als Chance für die persönliche Ich-Entwicklung erkennen können .....	452
3.5	Krisenerfahrungen und die Ausbildung von persönlichen Ressourcen und Resilienzfaktoren .....	458
3.6	Besondere Erkenntnisse im Zusammenhang mit Selbstreflexions- und Selbstbezugsfähigkeit und einer gesunden Ich-Entwicklung .....	482
3.7	Ableitbare Erkenntnisse für Experten/innen in begleitenden Berufen .....	491

## **IX Schlussbetrachtung**

1	Der Gesamtprozess: Von der Absicht bis zum Endergebnis .....	493
2	Die wichtigsten Ergebnisse und Erkenntnisse im Überblick .....	497
2.1	Ergebnisse aus den Einzelfallanalysen kurz zusammengefasst .....	497
2.2	Fallübergreifende Ergebnisse und zentrale Erkenntnisse .....	497
3	Was die Arbeit leisten kann und was sie nicht leisten kann .....	510
3.1	Was die Arbeit leistet .....	510
3.2	Was die Arbeit nicht leistet und welche weiterführenden Studien wünschenswert wären .....	513
3.3	Forschungsfelder für die Psychotherapiewissenschaft .....	514
4	Abschließende Anmerkungen und Resümee .....	515
	Literaturverzeichnis .....	517



<http://www.springer.com/978-3-658-15483-7>

Krisenbewältigung und Ressourcenentwicklung  
Kritische Lebenserfahrungen und ihr Beitrag zur  
Entwicklung von Persönlichkeit

Hofer, P.

2017, XVI, 536 S. 34 Abb., 21 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-658-15483-7