

<b>1 Resilienz: Widerstandsfähig in Krisenzeiten</b> .....	1
1.1 Ursprung und Entwicklung der Resilienzforschung .....	3
1.2 Begriffsbestimmung .....	7
1.3 Resilienz in unterschiedlichen Lebensphasen/-bereichen .....	13
1.4 Dimensionen der Anpassungsfähigkeit .....	23
<b>2 Chronologie der COVID-19 Pandemie in Österreich</b> .....	31
2.1 Phase 1: Aufkommen und erster Lockdown .....	32
2.2 Phase 2: Rückkehr zur „Normalität“ und ein entspannter Sommer .....	34
2.3 Phase 3: Zweite Welle, weitere Lockdowns und Impfstart .....	35
2.4 Phase 4: Dritte Welle und regionale Lockdowns .....	38
2.5 Phase 5: Weitere Lockdowns aufgrund vierter Welle und Impfpflicht .....	41
2.6 Phase 6: Aus für die Impfpflicht und gefühlte „Normalität“ .....	44
<b>3 Das Projekt „PARS“</b> .....	47
3.1 Ausgangslage .....	47
3.2 Methodologie .....	49
3.3 Sampling & Stichprobe .....	51
<b>4 Lebenswelten in der Pandemie</b> .....	59
4.1 Familienperspektive .....	59
4.1.1 Fallbeispiel F1: Familie Knaus .....	60
4.1.2 Fallbeispiel F2: Familie Reuter .....	65
4.1.3 Familienperspektive: Relevante Faktoren der Resilienz .....	70

---

4.2	Jugendperspektive .....	73
4.2.1	Fallbeispiel J1: Luisa Steiner .....	73
4.2.2	Fallbeispiel J2: Jürgen Furt .....	77
4.2.3	Jugendperspektive: Relevante Faktoren der Resilienz ....	81
4.3	Unternehmensperspektive .....	83
4.3.1	Fallbeispiel U1: Franz Hauswart (Bio-Laden/ Lebensmittelgeschäft) .....	83
4.3.2	Fallbeispiel U2: Sherif & Jamila Shaban (Restaurant) .....	88
4.3.3	Unternehmensperspektive: Relevante Faktoren der Resilienz .....	92
4.4	NGO-Perspektive .....	95
4.4.1	Fallbeispiel N1: Ivana Maier (Pflege-/Seniorenheim) ....	95
4.4.2	Fallbeispiel N2: Siegfried Lutzmann (Feuerwehr und Tennisverein) .....	100
4.4.3	NGO-Perspektive: Relevante Faktoren der Resilienz ....	103
<b>5</b>	<b>Die Pandemie in der Bevölkerung – Ressourcen, Veränderung, Bewältigung .....</b>	<b>105</b>
5.1	Ressourenzugriff zur Resilienzförderung .....	107
5.2	Unterschiede der Ressourcenverfügbarkeit .....	110
5.3	Bereiche der Veränderung und Bewältigungsstrategien .....	116
5.4	Unterschiede in der Lebensbereichsveränderung .....	122
5.5	Unterschiede bei den Bewältigungsstrategien .....	126
<b>6</b>	<b>Lernen aus der Pandemie: Resümee und Ausblick .....</b>	<b>133</b>
6.1	Empirische Grundlagen für eine pandemieresiliente Steiermark .....	133
6.2	Pandemieresilienz als ein lebbares Verhältnis von Selbst- und Mitbestimmung .....	136
6.2.1	Soziale und regionale Voraussetzungen für gelingende Pandemieresilienz .....	139
<b>Literatur .....</b>	<b>145</b>	