

1 Resilienz: Widerstandsfähig in Krisenzeiten	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
2 Chronologie der COVID-19 Pandemie in Österreich	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
3 Das Projekt „PARS“	47
3.1 Ausgangslage	47
3.2 Methodologie	49
3.3 Sampling & Stichprobe	51
4 Lebenswelten in der Pandemie	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
5	Die Pandemie in der Bevölkerung – Ressourcen, Veränderung, Bewältigung	105
5.1	Ressourcenzugriff 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
6	Lernen aus der Pandemie: Resümee und Ausblick	133
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
	Literatur	145