

## Inhaltsverzeichnis

I	<b>Einleitung</b>	11
1	<b><i>Naturerleben und Selbstbildung im Kontext von Gesundheitsförderung</i></b>	11
1.1	Erkenntnisinteresse und Forschungsfrage	12
1.2	Epistemologische und methodologische Bezüge	16
1.3	Aufbau der Studie	21
II	<b>Theoretische Bezüge und sensibilisierende Konzepte</b>	25
2	<b><i>Gesundheit und Selbstbildung</i></b>	25
2.1	Salutogenese und ihre Betrachtungsweisen	25
2.2	Subjektive Konstruktion von Gesundheit	28
2.3	Kohärenz und Resonanz	30
2.3.1	Kohärenzgefühl	30
2.3.2	Resonanz-Vermögen	37
2.3.3	Leibesphilosophische Ansätze	40
2.4	Selbstbildung	43
2.4.1	Transformatorische Bildung	44
2.4.2	Persönlichkeits- bzw. Selbstbildung	45
2.4.3	Emotionale Selbstbildung	50
2.5	Zusammenfassung und Schlussfolgerungen für das Forschungsdesign	52
3	<b><i>Naturerleben und Selbsterleben</i></b>	59
3.1	Naturerleben und die Klärung des Naturbegriffes	59
3.1.1	Resonanz in und mit der Natur und ihre Wirkungen	61

3.1.2	Affektive und symbolische Wirklichkeitsauffassungen von Naturerleben	65
3.1.3	Existentielle Emotionen	74
3.2	Zusammenfassung und Schlussfolgerungen für das Forschungsdesign	77
<b>4</b>	<b><i>Zwischenfazit und Forschungsfragen</i></b>	85
<b>III</b>	<b>Forschungsdesign</b>	89
<b>5</b>	<b><i>Methodologische und methodische Überlegungen &amp; forschungspraktische Umsetzung</i></b>	89
5.1	Begründung und Einordnung des methodischen Vorgehens	89
5.2	Grounded Theory Methodology als leitender Forschungsstil	92
5.3	Qualitatives Interview als Datenerhebungsmethode	108
5.4	Datenerhebung auf Grundlage Problemzentrierter Interviews	113
5.5	Samplingstrategie und Stichprobe	125
5.6	Ablauf der Interviewphase und der einzelnen Interviews	129
5.7	Analyse der Interviewinteraktion	131
5.8	Transkription und Auswertung der Daten	134
5.9	Strategien der intersubjektiven Reflexion im Interpretationsprozess	137

<b>IV</b>	<b>Empirische Ergebnisse und Diskussion</b>	141
<b>6</b>	<b><i>Darstellung der einzelnen Komponenten des Grounded Theorie - Modells: Salutogene Selbstbildung als Reflektions- und Lernprozess bewusster Natur- und Selbstwahrnehmung im Erfahrungsraum Natur</i></b>	141
6.1	Lebensverlauf	142
6.1.1	Biografische Prägungen	143
6.1.2	Institutionelle Vorerfahrungen	146
6.2	Lernen in Resonanzräumen	150
6.2.1	Bewusstes Verbinden von Außenwahrnehmung und Introspektion	151
6.2.2	Persönlichkeitsaspekte erforschen in Beziehung	159
6.2.3	Tiefenstrukturbildendes Erzählen	161
6.2.4	Veränderungsbestreben	164
6.3	Frühe Naturbeziehung	168
6.4	Selbstbildungsprozesse in und mit der Natur	172
6.4.1	Leibliches Spürvermögen	174
6.4.2	Bewusst-Machen	189
6.4.3	Bewusstheit	203
6.4.3.1	Gefühls-Wissen	204
6.4.3.2	Selbstbestimmtheit	212
6.4.3.3	Soziale Kompetenz	215
6.4.3.4	Selbstkontrolle in der Natur	216
6.4.3.5	Selbst- und Weltbeziehung	220
6.5	Potential	226
6.5.1	Selbst-Wirklichkeit	227
6.5.2	Selbst-Entfaltung	229
<b>7</b>	<b><i>Zusammenfassung der empirischen Ergebnisse</i></b>	239

<b>8</b>	<b><i>Reflexion und Diskussion</i></b>	261
8.1	Theoretische Reflexion der Ergebnisse	261
8.2	Methodologische und methodische Reflexion	295
8.3	Relevanz für die Praxis	302
8.4	Diskussion und Forschungsdesiderate	316
<b>Literaturverzeichnis</b>		325
	Abbildungsverzeichnis	343
	Tabellenverzeichnis	345
	Fotoverzeichnis	345