

Inhaltsverzeichnis

1 Einführung in das Thema	1
2 Zur Definition von Macht und Ohnmacht	3
3 Autobiografischer Kontext Kafkas – Literatur als Bewältigungsstrategie für Kafka	5
4 Exemplarische Szenen zur Darstellung der Machtausübung und deren Auswirkung auf die Persönlichkeitsstruktur des Protagonisten	9
4.1 Die Verhaftungsszene	9
4.2 Die Prüglerszene	11
4.3 Die Hinrichtungsszene	12
5 Zur Analyse der Machtstrukturen	15
6 Das Erleben und die Definition von Schameffekten	17
7 Strategien zur Bewältigung von Ohnmacht und Scham	19
7.1 Die Inkongruenzbearbeitung	19
7.2 Die Emotionsregulation	20
7.3 Konzepte von Resilienz und Persistenz	22
7.4 Die Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI)	24
7.5 Die Ressourcenaktivierung als Methode zur Stärkung der Krisenkompetenz	29
7.6 Das Zürcher Ressourcen Modell	32
8 Reflexion und Schlussfolgerungen	37
Literatur	41