

Inhalt

Abstract.....	15
1 Einführung.....	17
2 Salutogenese durch Persönlichkeitsentwicklung	27
2.1 Das Kohärenzgefühl und seine Bezüge zur Selbstverwirklichung.....	29
2.1.1 Theoretische Konzeption und Operationalisierung	32
2.1.2 Über die Idee der „heilsamen Stressoren“	39
2.1.3 Über das rigide und nicht-authentische Kohärenzgefühl	45
2.2 Zum meta-theoretischen Nutzen der Perspektive der Salutogenese	51
2.2.1 Kognitive Öffnung für alle Phänomene von Heilung	53
2.2.2 Hinterfragen von Paradigmen am Beispiel der Resilienzforschung.....	60
2.2.3 Konzeptionelle Integration von Gesundheit, Krankheit und Sterben	68
2.3 Fazit.....	75
3 Auf dem Weg zu einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit und Krankheit	79
3.1 Zur Normgebundenheit von Gesundheit und Krankheit	82
3.1.1 Komplementäre Polarität von Gesundheit und Krankheit ...	84
3.1.1.1 Phänomenologie von Gesundheit und Krankheit im Wandel der Zeit	84
3.1.1.2 Dimensionalität von Gesundheit und Krankheit.....	89
3.1.1.3 Kommunikation über verschiedene Gesundheits- Krankheits-Zustände	95
3.1.2 Positive Definition von idealer und relativer Gesundheit....	98
3.1.2.1 Die WHO und das ayurvedische Verständnis von Gesundheit	98

3.1.2.2 Die Norm „Wohlbefinden“ öffnet, die Norm „Funktionieren“ schränkt ein.....	103
3.1.2.3 Systematisierung und Redefinition von Gesundheit	105
3.1.3 Wie Normen die Aufarbeitung des Nationalsozialismus blockieren	109
3.1.3.1 Angebliche Normfreiheit salutogenetischer Forschung.....	111
3.1.3.2 Das berührte Tabu: Der Gesundheits-Krankheits-Zustand eines ganzen Volkes	115
3.1.3.3 Psychodynamische Wechselwirkung im Nationalsozialismus	116
3.2 Von der Spaltung zur Einheit von Leib und Seele.....	128
3.2.1 Die cartesianische Spaltung in der westlichen Medizin	130
3.2.1.1 Die Entseelung des Körpers	131
3.2.1.2 Der Versuch der Ausrottung von Krankheit.....	133
3.2.1.3 Psychosomatische Medizin als Sonderfall	136
3.2.2 Die Fortführung der Spaltung in der Gesundheitspsychologie	138
3.2.2.1 Beliebigkeit gesundheitsrelevanter Persönlichkeitskonstrukte.....	140
3.2.2.2 Vergegenständlichte Unterscheidung von Ressourcen und Risikofaktoren	145
3.2.2.3 Pseudo-Unterscheidung von Prävention, Gesundheitsförderung und Kuration	152
3.2.3 Die Entdeckung der Ganzheit in der modernen Physik.....	156
3.2.3.1 Eine Auswahl wichtiger Experimente und Erkenntnisse.....	158
3.2.3.2 Explikation der materiellen Vorstellung von Ganzheit.....	169

3.2.3.3 Überlegungen zum gemeinsamen Ursprung von Geist und Materie.....	174
3.3 Fazit.....	180
4 Selbstverwirklichung als triadisches Konzept der Salutogenese ...	183
4.1 Selbstverwirklichung: Begriff, Entwicklungen und Konzepte	186
4.1.1 Selbstverwirklichung als Selbstbestimmung in sozialer Verantwortung.....	189
4.1.2 Selbstverwirklichung als Spezialfall gelingender Autogenese.....	195
4.1.3 Selbstverwirklichung im Kontext von innerer und äußerer Freiheit	199
4.1.4 Zur Bedeutung des wahren Selbst.....	204
4.1.5 Die zusammenfassende Trias der Selbstverwirklichung	211
4.2 Salutogenese durch Selbstverwirklichung.....	218
4.2.1 Bewahren dynamischer Balance im Lebensvollzug	219
4.2.2 Gesundheit und Krankheit als komplementäre Seins-Formen von Ganzheit	224
4.2.3 Der gemeinsame Ursprung von Erkrankung und Selbstheilung.....	233
4.2.4 Aufbruch ins Unbekannte: Krankheit als Ende der Selbsttäuschung.....	240
4.2.5 Das triadische Konzept in der Praxis der Gesundheitsförderung	249
4.3 Fazit.....	253
5 Entwicklung eines Fragebogens zur Erfassung von Selbstverwirklichung	259
5.1 Zielsetzung und methodisches Vorgehen.....	260
5.2 Beschreibung der Stichproben	265
5.2.1 Stichprobe der ersten Erhebung	266

5.2.2 Stichprobe der zweiten Erhebung	268
5.3 Operationalisierung von Selbstverwirklichung	271
5.3.1 Entwicklung der Items	271
5.3.2 Faktorenpfindung im Itempool.....	273
5.3.3 Skalenbildung und Optimierung des Itempools	284
5.3.4 Faktorenpfindung nach der zweiten Erhebung.....	288
5.3.5 Skalenbildung.....	297
5.3.6 Fazit.....	301
5.4 Validierung an den Konstrukten Kohärenzgefühl und Selbstwirksamkeit.....	302
5.4.1 Die SOC-Skala („sense of coherence“).....	303
5.4.2 Fragebogen zur Allgemeinen Selbstwirksamkeits-erwartung	305
5.4.3 Faktorielle Abgrenzung	308
5.4.4 Korrelations- und Regressionsanalysen	317
5.4.5 Fazit.....	321
5.5 Validierung am Inventar Klinischer Persönlichkeitsakzentuierungen	323
5.5.1 Das Inventar Klinischer Persönlichkeits-akzentuierungen (IKP)	323
5.5.2 Korrelationen	327
5.5.3 Gruppenvergleiche	332
5.5.4 Einzelfallanalysen	340
5.5.5 Regressionsanalysen.....	355
5.5.6 Fazit	358
5.6 Weiterführende Hinweise zum Einsatz des Fragebogens	360
6 Diskussion	367
6.1 Erkenntnisse über Selbstverwirklichung im Zuge der Operationalisierung.....	367

6.2 Reflexion des Vorgehens und der damit verbundenen Engführung.....	376
7 Ausblick	383
Literatur.....	387
Anhang	419