Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

**Angewandte
Psychologie**

www.psychologie.zhaw.ch

Bachelorarbeit

Psychische Gesundheit arbeitsloser Menschen

Daseinsanalyse und Kohärenzgefühl – Analyseinstrumente zur Erkennung einer möglichen Anpassungsstörung und/oder Traumatisierung arbeitsloser Menschen?

Astrid Sommer

Vertiefungsrichtung Klinische Psychologie

Referentin: Silke Endtinger-Stückmann, dipl. Psych. FH

Zug, Mai 2008

Diese Arbeit wurde im Rahmen des Bachelorstudienganges am Departement P der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW verfasst. Eine Publikation bedarf der vorgängigen schriftlichen Bewilligung durch das Departement Angewandte Psychologie.

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Angewandte Psychologie, Minervastrasse 30, Postfach, 8032 Zürich.

Vorwort

„Mit etwas, sei es ein Ding, ein Mensch, ein Gott, eine Erfahrung machen heisst, dass es uns widerfährt, dass es uns trifft, über uns kommt, uns umwirft und verwandelt. Die Rede vom „machen“ meint in dieser Wendung gerade nicht, dass wir die Erfahrung durch uns bewerkstelligen; machen heisst hier: durchmachen, erleiden, das uns Treffende [vernehmend] empfangen, [annehmen,] insofern wir uns ihm fügen.“

Heidegger, zit. nach Helting, 1999, S. 46

Arbeitslosigkeit, ist eine Erfahrung, die jeden plötzlich treffen kann, eine Erfahrung, die das „Da-sein“ eines Menschen und dessen Weltbezug verändern kann. Arbeitslose Menschen schämen sich oft für ihre Situation und sprechen ungern über ihre Sorgen und Gefühle. Je nach Verarbeitungsmöglichkeiten kann der momentane Zustand der Arbeitslosigkeit unterschiedliche Auswirkungen auf die psychische Gesundheit betroffener Menschen haben, die sich sogar in einer Anpassungsstörung oder Posttraumatischen Belastungsstörung manifestieren kann. Angeregt durch Vorlesungen in Daseinsanalyse und einem Vortrag über Antonovskys Salutogenesekonzept fragte ich mich, ob es möglich ist, anhand des Sprachgebrauchs und des Kohärenzgefühls arbeitsloser Personen deren psychisches Erleben und deren Umgang mit dem „In-der-Welt-Sein“ ohne Arbeit zu erkennen. Dadurch entstand der Wunsch, mich in meiner Bachelorarbeit näher mit dem Thema der phänomenologischen Auslegung von Texten und dem „Sense of Coherence“ (SOC), in Bezug zu psychischer Gesundheit arbeitsloser Menschen, auseinander zu setzen. Antonovsky beschäftigte sich mit der Frage, wieso Menschen trotz vielfältiger Belastungen und Krisen gesund bleiben, während andere unter gleichen Bedingungen erkranken, und entwickelte dabei den „Sense of Coherence“. Das Kohärenzgefühl beschreibt eine subjektive Grundeinstellung gegenüber unvorhergesehenen oder belastenden Ereignissen. Im Gegensatz dazu befasst sich die Daseinsanalyse mit der Frage der Auslegung menschlicher Sprache, durch die wir, meist ohne es zu erkennen, Einblick in unsere Weltwahrnehmung, in unser „In-der-Welt-Sein“ geben. Beide Instrumente zusammen bieten sich deshalb aus meiner Sicht an, den Weltbezug arbeitsloser Personen zu erforschen und damit einen Rückschluss auf deren momentanes „In-der-Welt-Sein“, deren psychische Gesundheit, zu ziehen.

Ich danke von Herzen

Allen arbeitslosen Personen, die sich für diese Arbeit zur Verfügung gestellt haben.
Meiner Referentin Frau Silke Endtinger-Stückmann, dipl. Psychologin FH, deren Anregungen, Ermunterungen und konstruktives Feedback eine wertvolle Hilfe waren.
Frau Prof. Dr. Valeria Gamper, die mich mit spannenden und mit grosser Begeisterung vorgetragenen Vorlesungen in die Daseinsanalyse eingeführt und damit mein Interesse und meine Neugier an der Auslegung von Texten geweckt hat.
Frau Christa Kaufmann, die meine Arbeit korrigiert hat

Inhaltsverzeichnis

Einleitung ... 3
Aufbau der Arbeit ... 4
Abgrenzung der Arbeit ... 4
1. Arbeitslosigkeit ... 5
1.1. Ausgangslage ... 5
1.2. Begriffsdefinition ... 5
1.3. Arbeitslosigkeit – ein kritisches Lebensereignis ... 6
1.4. Folgen der Arbeitslosigkeit ... 6
1.5. Arbeitslosigkeit – eine traumatische Erfahrung? ... 7
2. Salutogenese ... 8
2.1. Das Modell der Salutogenese ... 8
2.2. Gesundheits-Krankheits-Kontinuum ... 8
2.3. Das Konzept des Kohärenzgefühls (SOC) ... 10
3. Sprache, Denken und Handeln ... 11
3.1. Einführung ... 11
3.2. Die Metaphorik sprachlicher Konzepte ... 12
3.3. Funktion und Herkunft von Metaphern ... 12
3.4. Klassifikation von Metaphern ... 13
4. Daseinsanalytische Grundlagen ... 14
4.1. Die Daseinsanalyse – Entstehung und Begriffsklärung ... 14
4.2. Die Existenzialien ... 15
4.3. Sprachauslegung als Weg zum Weltbezug ... 17
5. Empirischer Teil ... 18
5.1. Ausgangslage ... 18
5.2. Auswahl der Probandinnen und Probanden ... 18
5.3. Methodisches Vorgehen ... 18
5.4. Instrumente ... 19
5.4.1. Höhlenaufsatz ... 19
5.4.2. Fragebogen zum Kohärenzgefühl (SOC) ... 19
5.5. Auswertung ... 20

5.6. Ergebnisse 22
5.6.1. Proband I
"Wie weit reicht die Batterie meiner Taschenlampe, die Reserven in meinem Rucksack?" 22
5.6.2. Proband II
„Ich sah mich in einem der dunkelsten Räume, kein Licht, keine Kontraste und kein Ende." 27
5.6.3. Probandin III
„Es riecht nach einer Blumenwiese und die Schwingungen um mich herum sind tragend und unterstützend." 32
5.6.4. Proband IV
„Die Teilnehmer der Führung sind irritiert. Stockdunkle Finsternis." 35
5.6.5. Proband V
„Aus dem Innern drang das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins zu mir…" 40
5.6.6. Probandin VI
„Ich konnte stehen und spürte loses Geröll unter meinen Füssen." 44
5.6.7. Probandin VII
„Der Ausblick ist einfach fantastisch.". 49
5.6.8. Probandin VIII
„Ich betrat die dunkle Höhle, hatte zuerst grosse Angst weil ich keine Orientierung mehr hatte was vorne und hinten ist." 51

6. Diskussion 55
6.1. Zusammenfassung der Theorie 55
6.2. Zusammenfassung der Ergebnisse 58
6.3. Diskussion der Ergebnisse 60
6.4. Kritische Stellungnahme 64
6.5. Fazit 66

7. Abstract 67

8. Literaturverzeichnis 68

9. Abbildungsverzeichnis 71

10. Anhang 73
10.1. F43.1 Posttraumatische Belastungsstörung PTBS 73
10.2. F43.2 Anpassungsstörung 74
10.3. Fragebogen SOC-29 75
10.4. Prozentrang-Normen und T-Werte für die SOC-Skala mit 29 Items 79
10.5. Itemkennwerte für die SOC-Skala mit 29 Items 80
10.6. Kategoriensystem der Metaphernspendebereiche 82

Einleitung

„Der Mensch wird in der Welt nur das gewahr, was schon in ihm liegt; aber er braucht die Welt, um gewahr zu werden, was in ihm liegt; dazu aber sind Tätigkeit und Leiden nötig.“

Hofmannsthal, zit. nach Kuhn, 2004, S. 19

Die Arbeitslosigkeit bleibt die grösste Sorge der Schweizer Bevölkerung. Trotz einer für den europäischen Raum sehr tiefen Arbeitslosenquote im Dezember 2007 von 2.8 Prozent (EVD, 2008) zeigt der aktuelle „Sorgenbarometer“ des Forschungsinstituts GFS Bern (2007), dass 57 Prozent der Schweizerinnen und Schweizer sich Sorgen um ihren Arbeitsplatz machen oder die Arbeitslosigkeit als Bedrohung des gesellschaftlichen Zusammenhalts ansehen. Die meisten Studien zum Thema Arbeitslosigkeit betrachten das Problem aus ökonomischer und soziologischer Sicht. Dies erstaunt insbesondere deshalb, da der Verlust der Arbeitsstelle für erwachsene Menschen ein einschneidendes Ereignis sein kann. Es ist in der aktuellen Forschung erst wenig darüber bekannt, wie Menschen ihre Arbeitslosigkeit psychisch verarbeiten und inwiefern sich die Belastungen des Alltags auf den Weltbezug der arbeitslosen Person auswirken.

Sprache übermittelt Bilder unserer Weltanschauung. Wir sprechen in Bildern und Metaphern und geben meist ohne es zu merken Einblick in unser Denken, in unsere Weltwahrnehmung. Metaphern und Sprache können Erfahrungen kohärent machen. Ein hohes Kohärenzgefühl (SOC) wiederum ist für Aaron Antonovsky ausschlaggebend, ein stärkeres Vertrauen in die Handhabbarkeit eines Problems zu haben um auch bei tief greifenden Belastungen, wie es die Arbeitslosigkeit sein kann, gesund zu bleiben. Das Kohärenzgefühl nach Antonovsky basiert auf dem Modell der Salutogenese und beschreibt die innere Haltung eines Menschen, die ihn umgebende Welt und die Dinge, die ihm geschehen, als verstehbar, handhabbar und sinnvoll – also kohärent – zu erleben.

Eignet sich nun aber eine daseinsanalytische Auslegung von Aufsätzen, in Verbindung mit dem Kohärenzgefühl, als Instrument zur Früherkennung einer möglichen Anpassungsstörung arbeitsloser Menschen? Kann durch eine daseinsanalytische Betrachtung von Sprache Einblick in die seelische Gesundheit arbeitsloser Menschen genommen werden? Ist ein Zusammenhang zwischen einem hohen Wert im Kohärenzfragebogen (SOC-29) und dem Weltbezug in der Sprache erkennbar? Diese Fragen stehen am Anfang eines Themas, zu dem bis jetzt erst wenig Forschungsarbeit geleistet worden ist. Diese qualitativ empirische Bachelorarbeit soll einen Beitrag zu einem phänomenologischen Verständnis der seelischen Verarbeitung von Arbeitslosigkeit leisten. Die ihr zugrunde liegende Hypothese lautet: „Für erwachsene Menschen ist der Verlust der Arbeitsstelle ein einschneidendes Ereignis. Kohärenzgefühl und Daseinsanalyse ermöglichen, die innere Haltung bzw. den Weltbezug eines Menschen zu beschreiben, und geben somit

einen Rückschluss auf dessen psychische Gesundheit. Deshalb kann durch eine daseinsanalytische Betrachtung des Sprachgebrauchs und unter Einbezug des Kohärenzgefühls eine auf die jeweilige Person abgestimmte psychologische Beratung angeboten werden, welche präventiv einer möglichen Anpassungsstörung entgegenwirkt."

Aufbau der Arbeit

Die vorliegende Arbeit gliedert sich in drei Hauptteile: einen theoretischen Literaturteil, einen empirischen Teil und die abschliessende Diskussion.
Vier Kapitel bilden den Theorieteil. Das erste Kapitel beleuchtet die psychologischen Aspekte der Arbeitslosigkeit. Kapitel zwei erklärt Antonovskys Modell der Salutogenese und sein Konzept des Kohärenzgefühls. Kapitel 3 befasst sich mit der Sprache und Metaphorik und deren Zusammenhänge zu unserem Denken und Handeln. Das vierte und letzte theoretische Kapitel erläutert die daseinsanalytischen Grundlagen und die Sprachauslegung als Weg zum Weltbezug.
Das fünfte und umfangreichste Kapitel widmet sich der praktischen Umsetzung der dargestellten theoretischen Grundlagen. Dazu werden acht Aufsätze arbeitsloser Menschen hinsichtlich der individuellen Wortwahl und gebrauchten Metaphern analysiert und daseinsanalytisch ausgelegt. Diese Auswertungen werden in Bezug zum Kohärenzgefühl der entsprechenden Person gesetzt. Der Wert des Kohärenzgefühls wird aufgrund von Antonovskys Fragebogen SOC-29 ermittelt und ausgewertet.
In der abschliessenden Diskussion werden die theoretischen Ausführungen, die empirischen daseinsanalytisch-phänomenologischen Befunde und die Werte des Kohärenzgefühls nach Antonovsky in Beziehung gesetzt. Es wird versucht, die Frage zu beantworten, ob sich eine daseinsanalytische Auslegung von Aufsätzen, in Verbindung mit dem Kohärenzgefühl, als Instrument zur Früherkennung einer möglichen Anpassungsstörung arbeitsloser Menschen eignet. Dabei wird die Hypothese verifiziert oder falsifiziert.

Abgrenzung der Arbeit

Im Rahmen dieser Arbeit ist es nicht möglich, vertieft auf die Thematik von Copingstrategien, Ressourcenorientierung und der detaillierten Symptomanalyse von möglichen Anpassungsstörungen oder Posttraumatischen Belastungsstörungen einzugehen. Zudem beschränkt sich diese Arbeit auf die Analyse von Sprache und Kohärenzgefühl arbeitsloser Menschen aus der deutschsprachigen Schweiz.

1. Arbeitslosigkeit

„Das Arbeitsvermögen ist nichts, wenn es nicht verkauft wird.“

Karl Marx

1.1. Ausgangslage

2007 nahm die Arbeitslosigkeit in der Schweiz markant ab. Ende Dezember 2007 waren 109’012 Arbeitslose bei den Regionalen Arbeitsvermittlungszentren (RAV) eingeschrieben. Die „starke konjunkturelle Dynamik hat sich beschäftigungswirksam auf den Arbeitsmarkt ausgewirkt“ und vermag die Arbeitslosenzahl momentan auf dem Niveau von 2002 zu halten (EVD, 2008, S. 4). Trotz guter Wirtschaftslage bleiben die Sorgen um den Verlust der Arbeitsstelle jedoch gleich. Das Phänomen Arbeitslosigkeit führt allen Erwerbstätigen die enorme Verletzlichkeit des Einzelnen, aber auch der Wirtschaft insgesamt vor Augen. Was genau ist aber Arbeit und was bedeutet sie uns? Wie wird Arbeitslosigkeit definiert und welche Auswirkungen auf das Individuum sind möglich? Ist Arbeitslosigkeit ein kritisches Lebensereignis, ein Trauma? Fragen, denen in diesem Kapitel nachgegangen wird.

1.2. Begriffsdefinition

Der Begriff „Arbeit“ hat sich im Verlauf der Geschichte stetig verändert. Den Ursprung des Begriffes findet man im Psychologischen Wörterbuch von Dorsch (2004, S. 62):

> Arbeit [gr. ponos, mhd. arebeit, beides Not, Mühsal; das frz. travail kommt vom lat. tripalium (palus) Pfahl, dem aus Pfählen bestehenden Joch der Zugtiere]

Im ursprünglichen Sinne hat das Wort Arbeit also eine eher passive Bedeutung, die das manuelle sich Plagen, die Mühsal in den Vordergrund stellt. Im heutigen Sprachgebrauch findet man die etymologische Bedeutung am ehesten noch umgangssprachlich, wenn bei der Arbeit von einer „anstrengenden Tätigkeit“ gesprochen wird. Arbeit kann allgemein „als Leistungserbringung durch Ausführung oder Bearbeitung von Aufgaben durch Personen definiert werden, die für andere Personen oder sie selbst finanziellen oder anderen Nutzen erwarten lässt“ (Dorsch, 2004, S. 62). Arbeit hat heute also eine eher aktive Bedeutung, welche die gesuchte Anstrengung für die Erreichung eines Zieles in den Vordergrund stellt (Steinmetz, 1997, S. 18). Gemäss Keupp (2002, S. 129) vermittelt „Erwerbsarbeit nicht nur zentrale Erfahrungen von Anerkennung“, sondern auch die Erfahrung von „Selbstverwirklichung“. Das Teilhaben an der Erwerbsarbeit und das damit verbundene Einkommen bestimmen die „soziale Position“ eines Menschen in der Gesellschaft und sind somit zentral in der Identitätsfindung. Nach Dorsch (2004, S. 66 / S. 271) ist Arbeitslosigkeit die „gebräuchliche Bezeichnung für den Verlust des Arbeitsplatzes, bzw. erfolglose Bemühungen um bezahlte Arbeit“. Die Bezeichnung ist insofern irreführend, als Ar-

beitslose in der Familie oder im Haushalt immer noch unbezahlte Arbeiten ausführen. Besser wäre es deshalb, den Begriff Arbeitslosigkeit mit „Erwerbslosigkeit“ zu ersetzen.

1.3. Arbeitslosigkeit – ein kritisches Lebensereignis

Gemäss Filipp (1995, S. 106) kann Arbeitslosigkeit als ein kritisches Lebensereignis angeschaut werden, welches das Leben kurzfristig eher negativ verändert und nicht vorhersehbar ist. Auch Oerter und Montada (2002, S. 42) und Faltermaier, Mayring, Saup und Strehmel (2002, S. 76) sehen Arbeitslosigkeit als kritisches Lebensereignis an. Ein solches Ereignis ist eine drastische Veränderung der Lebenssituation und geht einher mit Gefühlen der Unsicherheit, der Bedrohung und der Angst.

Bewältigungsstrategien kritischer Lebensereignisse hängen laut Filipp (1995, S. 133) insbesondere „von der realistischen Perzeption des verändernden Ereignisses“ ab. Oerter und Montada (2002, S. 45) erwähnen, dass für die Bewältigung des Ereignisses nicht dessen objektive Folgen, sondern vielmehr dessen subjektive, individuelle Bewertung und Sinngebung massgebend sind. Die Verarbeitung eines kritischen Lebensereignisses wird durch die bisherige Erfahrungsgeschichte der Person und ihren individuellen Lebensstil bestimmt. Ungeachtet der qualitativen Unterschiede zwischen Ereignissen wird ein Ereignis mit geringerer Wahrscheinlichkeit als bedrohlich eingeschätzt, wenn eine Person insgesamt mit komplexen Lebenssituationen Erfahrung hat (Oerter & Montada, S. 163). Diese Theorien können in Bezug zu Antonovskys Modell der Salutogenese und seinem Konzept des Kohärenzgefühls (SOC), siehe Kapitel 2, Seite 8 ff., gesetzt werden.

1.4. Folgen der Arbeitslosigkeit

Barwinski Fäh (1990) ist der Meinung, dass Arbeitslosigkeit generell zu einer Beeinträchtigung des physischen und psychischen Wohlbefindens führt. Wie tief diese Beeinträchtigungen gehen und wie gut die Bewältigung von Arbeitslosigkeit gelingt, hängt jedoch von zahlreichen individuellen und sozialen Umständen ab.

Steinmetz (1997) erwähnt, dass bereits in den dreissiger Jahren mit Phasenmodellen versucht wurde, Regelmässigkeiten im Verlauf von Arbeitslosigkeit zu erfassen. Mit der Theorie der erlernten Hilflosigkeit von Seligman folgte 1975 ein weiteres Modell zur Erfassung der Folgen von Arbeitslosigkeit, das davon ausgeht, dass bei einem Verlust der Arbeit mit Trauer und Depression, Angst- und Wutreaktionen gerechnet werden muss. Gemäss Udris (1987; zit. nach Steinmetz 1997, S. 145) lassen sich folgende Auswirkungen der Arbeitslosigkeit als empirisch bestätigt auflisten: „Depressivität, suizidales Verhalten, psychosomatische Erkrankungen, Verringerung des Selbstwertgefühls, Aggressivität, Anomie [Zustand fehlender oder geringer sozialer Normen] und Resignation“. Barwinski Fäh (1990) führt an, dass in mehreren Studien nachge-

wiesen wurde, dass Arbeitslose im Vergleich zu Beschäftigten höhere Krankheitsraten zeigen, die sowohl psychische, psychosomatische und physische Erscheinungsbilder betreffen. Ihre Studie zeigt auf, dass viele arbeitslose Menschen massive Einbrüche im Selbstwertgefühl erleben, die bis hin zu schweren Depressionen führen können. Lebensfreude und Selbstzufriedenheit schwinden. Arbeitslose berichten über Unsicherheit, innere Spannungen und Erschöpfungszustände. Das sichere und stabile Bewusstsein einer eigenen Identität kann durch Arbeitslosigkeit stark geschädigt werden. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten nimmt ab. Der Glaube an die eigene Veränderungsfähigkeit wird ebenso in Mitleidenschaft gezogen wie das Gefühl, Einfluss auf die Gestaltung der eigenen Lebenssituation ausüben zu können. Wacker (1978, zit. nach Barwinski Fäh, 1990, S. 13 ff.) fand eine enge Beziehung zwischen Arbeitslosigkeit und psychosomatischen Beschwerden wie Schlafstörungen, Magenerkrankungen, etc. Udris (1985, zit. nach Barwinski Fäh, 1990, S. 10) hebt jedoch hervor, dass „sowohl der Umfang als auch die Heterogenität der Untersuchungen vom theoretischen und methodischen Standpunkt her“ es erschweren, sich ein wirklich kohärentes Bild von den Ergebnissen möglicher Auswirkungen der Arbeitslosigkeit zu machen.

1.5. Arbeitslosigkeit – eine traumatische Erfahrung?

Kann Arbeitslosigkeit mit einer traumatischen Erfahrung gleichgesetzt werden? Kann Arbeitslosigkeit eine posttraumatische Belastungsstörung oder eine Anpassungsstörung nach ICD-10 / DSM-IV (detaillierte Symptomatik siehe Anhang S. 73 ff.) auslösen?

Das Wort Trauma [gr.] bedeutet Verletzung oder Wunde physischer oder psychischer Art und stammt ursprünglich aus der Medizin (Dorsch, 2004, S. 969). Auch wenn die Ergebnisse über die psychischen Folgen der Arbeitslosigkeit in der Literatur z.T. widersprüchlich erscheinen, kann gemäss Barwinski Fäh (1990, S. 247–257) festgehalten werden, dass Arbeitslosigkeit generell zu einer Beeinträchtigung des psychischen Wohlbefindens führt. In ihrer Studie fand sie heraus, dass alle Arbeitslosen einen typischen Verlauf der seelischen Verarbeitung aufzeigten, in denen Gefühle von Erleichterung, Auflehnung und Ohnmacht, Depression und Wut abwechselten. Bei allen machte sich nach einer gewissen Zeit allmählich Verzweiflung breit und die Betroffenen verfielen in eine Art Apathie, in eine Welt der Gleichgültigkeit. Die Dauer und Intensität der beschriebenen Gefühle waren jedoch von Person zu Person unterschiedlich. Barwinski-Fäh (1990) ist der Meinung, dass die beschriebenen Beschwerden, trotz abgeschwächter Form, den Symptomen entsprechen, die in der Forschung als Folge schwerer Traumatisierungen betrachtet werden können. Arbeitslosigkeit kann somit als ein kumulatives Trauma angesehen werden, das dadurch gekennzeichnet ist, dass über einen längeren Zeitraum hinweg immer wieder belastende Erfahrungen gemacht werden, die in ihrer Wiederholung traumatisierend wirken und

gemäss Fischer und Riedesser (1998, zit. nach Barwinski Fäh, 2005, S. 17) eine dauerhafte Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses auslösen.

2. Salutogenese

„Ein zielloser Mensch ist ein ratloser Mensch."
Victor Frankl

2.1. Das Modell der Salutogenese

Der amerikanisch-israelische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky (1923–1994) entwickelte sein Modell der Salutogenese in zeitlichem Zusammenhang mit einer allgemeinen Kritik an der Gesundheitsversorgung. Gemäss Jork und Peseschkian (2003) fand gleichzeitig auch eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem Gesundheits- und Krankheitsverständnis statt. Antonovsky kritisierte das pathogenetische und dichotome Modell, das danach fragt, was Menschen krank macht, und das Krankheit als Fehlen von Gesundheit beschreibt. Antonovsky fragte sich, was dazu führt, dass Menschen trotz vielfältiger Belastungen und Krisen gesund bleiben, während andere unter gleichen Bedingungen erkranken. Aus diesen Forschungen entwickelte er das Konzept der Salutogenese (Lorenz, 2004, S. 22–26).

2.2. Gesundheits-Krankheits-Kontinuum

In der pathogenetischen Auffassung wird Gesundheit und Krankheit dichotom dargestellt. Es geht um die Erhaltung einer Homöostase. Ein Mensch ist entweder gesund oder krank. Antonovsky stellte der „pathogenetischen Orientierung" die „salutogenetische Orientierung" gegenüber (1988, zit. nach Lorenz, 2004, S. 24). Während die pathogenetisch orientierte medizinische Forschung zu erklären versucht, warum Menschen krank werden, stellt die salutogenetische Forschung die Frage, warum Menschen gesund bleiben oder gesund werden. Eine Frage, die bereits früher zahlreiche Philosophen von Platon bis Nietzsche bewegt hat (Sack & Lamprecht, 1998). Im Salutogenese-Konzept wird also die Dichotomie von gesund und krank aufgehoben. „Wir sind alle sterblich. Ebenso sind wir alle, solange noch ein Hauch von Leben in uns ist, in einem gewissen Ausmass gesund" (Antonovsky, 1997, S. 23). Anstelle von gesund und krank spricht Antonovsky deshalb von einem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum. Der salutogenetische Ansatz sieht vor, dass die Position jeder Person auf dem so genannten Gesundheits-Krankheits-Kontinuum zu jedem beliebigen Zeitpunkt untersucht werden kann. Dabei ist das subjektive Empfinden der Betroffenen genauso wichtig wie der Expertenbefund. Psychosomatische Erkrankungen lassen sich nur im Lebenskontext eines Menschen diagnostizieren. Gemäss Lorenz (2004, S. 32) muss man die Dimensionen Gesundheit und Krankheit als ein „prozessuales Geschehen" auffassen, das über den gesamten Lebensverlauf hinweg zu betrachten ist. „Der

Mensch befindet sich permanent in der Auseinadersetzung mit seinen gesunden wie den kranken Anteilen“. Antonovsky (1997) geht davon aus, dass der Mensch über Quellen von generalisierten Widerstandsressourcen verfügt. Die generalisierten Widerstandsressourcen wiederum beeinflussen die Bewertung der Lebenserfahrung und das Kohärenzgefühl (siehe Kapitel 2.3, S. 10 ff.). Antonovsky konzeptualisierte das Kohärenzgefühl als entscheidende Variable dafür, sich auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum möglichst weit in Richtung Gesundheit bewegen zu können. Jork (2003) weist darauf hin, dass nicht nur eine Krankheit als Diagnose bedeutsam sei, sondern der psychosomatische Gesamtstatus. Es gelte nicht nur, Risikofaktoren zu eliminieren, sondern bei Kenntnis der Lebensgeschichte die vorhandenen Widerstandsressourcen zu stärken. Im Modell der Salutogenese seien Stressoren nicht schädlich, sondern indifferent, ubiquitär und als Herausforderung zu verstehen. Nachfolgende Grafik zeigt auf, wie das Modell der Salutogenese zu verstehen ist:

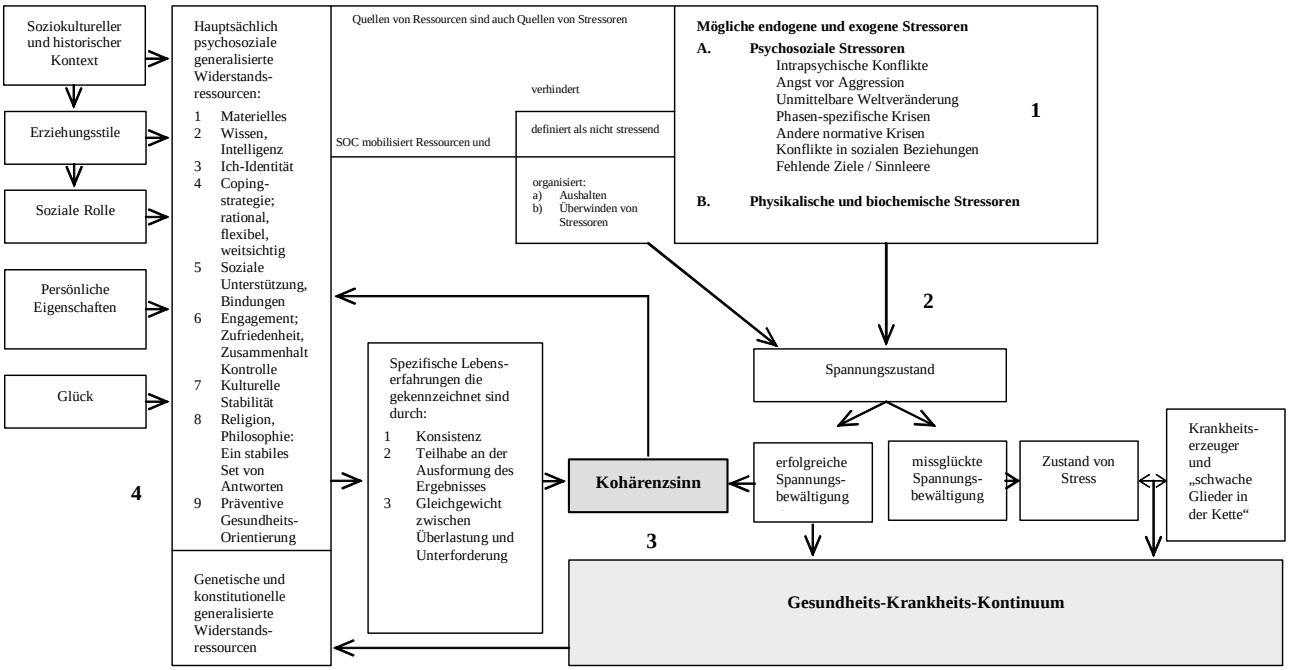

Abbildung 1: Das Salutogenese Modell leicht modifiziert nach Becker, 1982, zit. nach Lorenz, 2004, S. 30; Singer & Brähler, 2007, S. 12.

1) Wenn ein Mensch verschiedenen Stressoren ausgesetzt wird, dann kommt er in einen Zustand von Spannung

2) Ob dieser Zustand als Stress erlebt wird, und damit pathogen wirkt, hängt von dem Management dieser Spannung ab. Die Spannungshandhabe wird davon beeinflusst, über welche generelle Lebensorientierung der Mensch verfügt

3) Fähigkeit oder Möglichkeit Redundanzen im Chaos omnipräsenter Stressoren herzustellen nennt Antonovsky Sense of Coherence (SOC)

4) Ausreichend generalisierte Widerstandsressourcen helfen Lebenserfahrungen kohärent zu machen und somit einen starken SOC zu bilden (Singer & Brähler, 2007, S. 11)

2.3. Das Konzept des Kohärenzgefühls (SOC)

Antonovsky entwickelte das Konstrukt des „Sense of Coherence“ (SOC), welches mit dem Begriff „Kohärenzgefühl“ zu übersetzen ist (Lorenz, 2004. S. 35). Mit dem Kohärenzgefühl ist kein Gefühl im Sinne des Emotionsverständnisses in der wissenschaftlichen Psychologie gemeint, sondern ein Einstellungsmuster, die Welt in einer bestimmten Weise zu sehen. Das Kohärenzgefühl beschreibt eine subjektive Grundeinstellung gegenüber unvorhergesehenen oder belastenden Ereignissen. Das Kohärenzgefühl wird als übergeordnetes Steuerungsprinzip verstanden, das bei einer Person den Einsatz personaler und sozialer Ressourcen bei Eintreten von belastenden Umweltreizen massgeblich beeinflusst. Gemäss Antonovsky (zit. nach Sack & Lamprecht, 1998, S. 326) ist das Kohärenzgefühl eine „zeitstabile Persönlichkeitskonstante“, die aus drei miteinander verbundenen Komponenten besteht:

- **Verstehbarkeit** (comprehensibility)
  „bezieht sich auf das Ausmass, in welchem man interne und externe Stimuli als kognitiv sinnhaft wahrnimmt, als geordnete, konsistente, strukturierte und klare Information, und nicht als Rauschen – chaotisch, ungeordnet, willkürlich, zufällig und unerklärlich“ (Antonovsky, 1997, S. 34)

- **Handhabbarkeit** (manageability)
  „das Ausmass, in dem man wahrnimmt, dass man geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen, die von den Stimuli, mit denen man konfrontiert wird, ausgehen“ (Antonovsky, 1997, S. 35)

- **Bedeutsamkeit/Sinnhaftigkeit** (meaningfulness)
  „das Ausmass, in dem jemand fühlt, dass das Leben einen emotionalen Sinn hat, dass wenigstens einige der durch das Leben gestellten Probleme und Fragen es wert sind, dass man Energie in sie investiert, dass man sich für sie einsetzt […], dass sie eher willkommene Herausforderungen sind als Lasten“ (Antonovsky, 1988, zit. nach Lorenz, 2004, S. 38)

Zusammenfassend definiert Antonovsky (1997, S. 16) ein starkes Kohärenzgefühl als

> […] eine globale Orientierung, die das Mass ausdrückt, in dem man ein durchdringendes, andauerndes, aber dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass die eigene interne und externe Umwelt vorhersagbar ist und dass es eine hohe Wahrscheinlichkeit gibt, dass sich die Dinge so entwickeln werden, wie vernünftigerweise erwartet werden kann.

Für Antonovsky (1997) ist die Bedeutsamkeit der wichtigste Aspekt des Kohärenzgefühls, denn ohne das Erleben von Sinnhaftigkeit neige der Mensch dazu, das Leben vor allem als Last zu empfinden. Im Gegensatz zu den eher kognitiven Komponenten Verstehbarkeit und Handhabbarkeit, entspricht die Sinnhaftigkeit mehr einer emotionalen Verfassung. Ein starkes Kohärenzgefühl zeigt sich besonders in einer hohen Anpassungsfähigkeit auch hinsichtlich einer Anerkennung der Grenzen, die einer persönlichen Verarbeitung von Lebensereignissen (z.B. Tod, Gewalt, Arbeitslosigkeit) gesetzt sind. Gemäss Antonovsky sind Menschen mit einem stark ausge

prägten Kohärenzgefühl widerstandsfähiger, was sich positiv auf deren Gesundheitsniveau auswirkt. Deutschmann und Kuhnert (2005) haben in ihrer Studie empirisch nachgewiesen, dass das Ausmass des Kohärenzgefühls (SOC) das Stressmanagement einer Person und deren generelle Fähigkeit zur Bewältigung kritischer Lebensereignisse beeinflusst. Das Kohärenzgefühl steht gemäss heutigem Forschungsstand somit in besonderem Zusammenhang mit der psychischen Gesundheit eines Menschen. Untersuchungen von Deutschmann und Kuhnert (2005) über Langzeitarbeitslose deuten darauf hin, dass Personen mit einem hohen Kohärenzgefühl (SOC-Wert) besser mit der Arbeitslosigkeit umgehen und diese auch besser bewältigen können.

3. Sprache, Denken und Handeln

„Our system of conventional metaphor is ‚alive' in the same sense that our system of grammatical and phonological rules is alive, namly it is constantly in use, automatically, and below the level of consciousness."

Lakoff, 1993, S.245

3.1. Einführung

Sprache ist seit jeher Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen, nicht nur in der eigentlichen Sprachwissenschaft (Linguistik) und der Philosophie, sondern auch in der Anthropologie (Betrachtung des Menschen, Kluge, 2002, S. 49). Gemäss Langenmayr (1997) hat jedoch kaum ein Thema die Linguisten im 20. Jahrhundert so in den Bann geschlagen wie die Beziehung zwischen Sprache und Denken. Boothe (1994) und Boothe, Wyl und Wepfer (1998) befassen sich beispielsweise speziell mit der Analyse von Alltagserzählungen und sehen diese als sprachliche Inszenierung. Gemäss Boothe ist erzählen eine psychosoziale Kompromissbildung, die das Psychodynamische kommunizierbar macht. Innerhalb der Sprachwissenschaft gewinnt jedoch die kognitive Linguistik nach Baldauf (1997) immer mehr an Bedeutung. Gemäss Moser (2000) wird in der kognitiven Linguistik nach heutigem Wissensstand von einer komplexen gegenseitigen Beeinflussung von Sprache und Denken ausgegangen. Sprache ist demnach wesentlich für die Organisation und Kohärenz von Erfahrungen verantwortlich. Auch Sapir (1968, zit. nach Langenmayr, 1997, S. 198) erkannte, dass die Sprache Auswirkungen auf das Denken hat und schrieb ihr einen wichtigen gestaltenden Einfluss bei der Interpretation der Erfahrung und bei der Gestaltung der physischen und sozialen Realität des Sprechenden zu. Gamper (1984A, S. 51) schreibt dazu:

> „Da Sprache und Denken nach Heidegger und anderen wie Whorf [1972] und Wittgenstein [1971] nicht zu trennen sind und die Sprache wesentlich zum menschlichen Da-sein gehört, muss die „Sprache", die jemand spricht, etwas über sein Denken aussagen und umgekehrt das Denken des Menschen in seiner „Sprache" sich niederschlagen.

Unterschiedlichem Denken liegt eine unterschiedliche Weltsicht zugrunde.

3.2. Die Metaphorik sprachlicher Konzepte

Gemäss Gamper (1998, S. 216) existieren „über das sprachliche Phänomen der Metapher zum Teil sehr uneinheitliche, kontroverse Ansichten“. Lakoff und Johnson (2004 [1980]) stellten die Metaphern in den Mittelpunkt ihrer Forschungsarbeit und bewirkten somit eine Wende in der Analyse menschlicher Sprachphänomene. Der aus dem Altgriechischen kommende Begriff der Metapher bedeutet so viel wie „hinübertragen“ (Kluge, 2002, S. 615). Metaphern besitzen die Fähigkeit, heterogene Kontexte so miteinander zu verbinden, dass Bedeutungen von einem Kontext in einen anderen übertragen werden und vom zweiten so gesprochen wird, als sei er der erste. Lakoff und Johnson (2004 [1980]) sind der Meinung, dass Metaphern nicht nur in unserer Sprache existieren, sondern auch Einfluss darauf nehmen, wie wir unsere Welt wahrnehmen, wie wir denken, fühlen und handeln. Gamper (1998, S. 216) schreibt, dass Metaphern als Ausdruck einer grundlegenden konzeptuellen Denkstruktur verstanden werden: „Unsere Konzepte strukturieren, was wir wahrnehmen, wie wir uns in unserer Welt bewegen, und wie wir Beziehungen zu anderen Menschen aufnehmen.“ Unsere Alltagssprache ist geprägt durch eine Vielzahl von Metaphern. Lakoff und Johnson (2004 [1980], S. 11) gehen sogar davon aus, dass unser Konzeptsystem zur Strukturierung unseres Denkens zum grössten Teil metaphorisch angelegt ist. Unser Erleben, unser Weltbezug sei somit eine Sache der Metapher. Unser Konzeptsystem sei aber keineswegs ein „Gebilde, dessen wir uns im Normalfall bewusst sind“, wir denken und handeln im Alltag „mehr oder weniger automatisch“. Moser (2000, 2002) macht ausserdem noch darauf aufmerksam, dass die Art und Weise, wie Menschen ihre Umwelt wahrnehmen, erleben und sich darin verhalten, vom Selbstkonzept des Individuums abhängig ist. Das Selbstkonzept umfasst in dieser Definition alles, was eine Person über sich selbst denkt. Das Selbst ist somit eine dynamische Struktur, die sich im Laufe unseres Lebens kontinuierlich im Zusammenspiel mit unserem jeweiligen Lebenskontext bildet. Insbesondere kritische Lebensereignisse wie Arbeitslosigkeit ändern das soziale Bezugsnetz und damit auch zwingend das Selbstkonzept (Moser, 2000, S. 23).

3.3. Funktion und Herkunft von Metaphern

Gemäss Schmitt (1996, zit. nach Gamper, 1998, S. 216) haben Metaphern eine Vielzahl von Funktionen „von den affektiv-emotionalen, sozialen, pädagogischen, komplexitätsreduzierenden bis hin zur manipulativ-rhetorischen Funktion der öffentlichen Kommunikation in der Politik oder Werbung“. Gamper erwähnt, dass eine reine Metaphernanalyse als diagnostisches Mittel nicht ausreicht, sondern immer im Zusammenhang mit einer inhaltlichen Auslegung einer sprachlichen Mitteilung angeschaut werden muss. Nach Moser (2002, zit. nach Endtinger, 2002, S. 15) helfen Metaphern jedoch, abstrakte Begriffe erfahrbar, kommunizierbar und reflektierbar zu machen, insbesondere im Zusammenhang mit inneren psychischen Zuständen und Prozessen.

Metaphern lenken die Aufmerksamkeit auf bestimmte Aspekte der Wahrnehmung, des Erlebens und Verhaltens und sind somit gemäss Moser (2000, S. 202) nicht nur Folge kognitiver Strukturen, sondern auch Ursache von Kognitionen. Nach Moser (2000, S. 4) sind Metaphern „Analogien, die auf der Projektion eines Herkunftsbereichs auf einen Zielbereich beruhen“. Metaphern werden aufgrund alltäglicher menschlicher Erfahrungen wie z.B. Fortbewegung, Beruf, Natur, usw. gebildet. Durch die „Unmittelbarkeit und Körperlichkeit der Erfahrung“, aus der wir Metaphern gestalten, ergibt sich eine Nähe zum Selbstkonzept einer Person, aber auch zu deren Umwelt im historischen und kulturspezifischen Kontext. Das implizite Wissen, das in die Formulierung von Metaphern einfliesst, ist in vielen Fällen Orientierungswissen. Damit können Erfahrungen eingeordnet werden, um sinnvoll handeln zu können. Besonders relevant sind diese Orientierungshilfen für Menschen immer dann, wenn sie mit neuen, unbekannten Situationen wie zum Beispiel Arbeitslosigkeit konfrontiert sind, da sie hier nicht auf erprobte Verhaltensmuster zurückgreifen können. Nach Debatin (1995, S. 239) sind Metaphern „Sinnbild, Denkbild und Sprachbild“. Die Metapher selektioniert neue Eindrücke und verbindet sie mit vorhandenen Erlebnisbildern. Gemäss Debatin (1995) sind Metaphern aber nicht unveränderbar. Er spricht ihnen sogar eine Synthesiskraft zu. Er sieht in der möglichen Neubildung und Veränderbarkeit von Metaphern die Chance, Dinge auf eine andere Weise als zuvor zu sehen und neu einzuordnen.

3.4. Klassifikation von Metaphern

In der Fachliteratur gibt es unterschiedliche Ansätze zur Klassifikation von Metaphern. Lakoff und Johnson (2004 [1980]) basieren ihr Klassifikationsmodell auf verschiedenen Arten von Erfahrungen. Sie unterscheiden zwischen ontologischen Metaphern, räumlichen Orientierungsmetaphern und strukturellen Metaphern. Baldauf (1997) entwickelte ein Klassifikationsmodell, das sich an dem Kriterium der kognitiven Konzeptstruktur des jeweiligen Herkunftsbereiches orientiert und unterteilte ihr Modell in Attributsmetaphern, ontologische Metaphern und Konstellationsmetaphern. Moser (2000) untersuchte metaphorische Sprechweisen anhand eines halbstandardisierten Leitfadeninterviews in einer Befragung mit zwölf Personen. In der Analyse ordnete sie alle metaphorisch identifizierten Aussagen einem Herkunftsbereich zu. Das Vorgehen ihrer Metaphernanalyse hat sich dabei an der bestehenden Praxis der Metaphernanalyse in der Kognitiven Linguistik orientiert. Ihr Kategoriensystem umfasst drei verschiedene Typen von Metaphernspendebereichen, die in inhaltliche Erfahrungsbereiche, Sinneswahrnehmungen und Vorstellungsschemata unterteilt sind. Jeder Metaphernspendebereich wird nochmals in einzelne Unterkategorien unterteilt. Die metaphorische Auswertung des Höhlenaufsatzes, der für diese Arbeit verwendet wurde, basiert auf dem Klassifikationsmodell von Moser. Das Modell wird favorisiert, da Moser in ihrer Studie Personen untersuchte, die kurz vor Studienabschluss standen.

Berufseintritt und Studienabschluss werden gemäss Oerter und Montada (2002) wie die Arbeitslosigkeit auch als kritisches Lebensereignis definiert. Die genaue Klassifikation der Metaphernspendebereiche mit Beispielen (Moser, 2000) ist im Anhang, auf Seite 82 ff. ersichtlich.

4. Daseinsanalytische Grundlagen

„Als der Sprechende ist der Mensch: Mensch."
Heidegger, 2001

4.1. Die Daseinsanalyse – Entstehung und Begriffsklärung

Daseinsanalyse ist ein philosophischer Begriff, eine Haltung, eine Weltanschauung, ebenso wie eine darauf fussende allgemeine Anthropologie und eine Behandlungsmethode. Gamper (2006) erwähnte in ihrer Vorlesung, dass die Daseinsanalyse ein Verständnis von Menschen sei, keine Theorie (gr. theōría, „Anschauen, Betrachtung" (Kluge, 2002, S. 915)), keine An-nahme („vermuten" (Kluge, 2002, S. 47)), sondern eine alleinige Beschreibung und Aussage darüber was *ist*. Als eigentlicher Begründer der Daseinsanalyse und daseinsanalytischen Psychiatrie gilt der Psychiater Ludwig Binswanger (1881–1966). Nach Condrau (1998, S. 11–15) formulierte er auf der Grundlage der Schriften Martin Heideggers (1889–1976) ein daseinsanalytisches Menschenverständnis, welches ermöglichen sollte, die konkreten, unmittelbar wahrnehmbaren Symptome eines Menschen phänomenologisch zu verstehen und zu beschreiben. Der Sinn- und Bedeutungsgehalt des gesunden oder gestörten Existierens steht im Mittelpunkt, es wird dabei nicht nach hinter den Phänomenen liegenden unbewussten Kräften oder Kausalzusammenhängen gesucht. Sein Werk wurde unter dem Namen „Phänomenologische Anthropologie" bekannt und 1941 in „Daseinsanalyse" umbenannt (Gamper, 1998, S. 211). Medard Boss (1903–1990), Begründer der zürcherischen Schule für Daseinsanalyse, beschäftigte sich kurz nach dem zweiten Weltkrieg mit Heideggers Hauptwerk „Sein und Zeit" (1927). Boss griff Ideen Binswangers auf und befasste sich in Zusammenarbeit mit Heidegger vor allem mit der praxisbezogenen Anwendung der Daseinsanalyse in der Psychosomatik und Psychotherapie (Condrau, 1998). Danach ist der Mensch gesund, der sich frei und offen mit sich, den Mitmenschen und der Umwelt in Bezug setzen kann (vgl. Gamper 1998, 2006). Die Daseinsanalyse erhellt die lebensgeschichtlichen Zusammenhänge, den gegenwärtigen Verhaltensmodus und die spezielle Art des In-der-Welt-Seins (Heidegger, 2001 [1927], S. 52–65). Damit ist sie dem Gedankengut von Antonovskys Modell der Salutogenese sehr nahe (vgl. Kapitel 2, S. 8 ff.). Dadurch ermöglicht sie einem Menschen Einsicht und Verstehen und bietet ihm die Möglichkeit zur Veränderung.

Die Phänomenologie (lat. phaenomenon; die Lehre von den Erscheinungen) bezeichnet nach Dorsch (2004, S. 704) „alles, was sich dem Wahrnehmenden, Fühlenden oder Denkenden unmittelbar präsentiert: Ein Gegenstand, eine Stimmung, ein Einfall sowie die gesamte erlebte

Welt… Die unmittelbare Anschauung ist Grundlage der Erkenntnis.“ Zur Ergänzung dazu bedeutet die „Daseins-Analyse“ gemäss Gamper (1998, S. 211) ein „Erhellen, Klar-machen des Da-seins“. Mit dem Wort „Da-sein ist der Mensch mit allen seinen möglichen Verhaltensweisen gemeint“.

4.2. Die Existenzialien

Nach Condrau (1998, S. 61 ff.) bezeichnen die daseinsanalytischen Existenzialien ontologische (gr. on Wesen, das Sein, Seinswissenschaft (Dorsch, 2004, S. 663)) Grundstrukturen, die das Mensch-sein wesensmässig bestimmen. Sie sind unabhängig von persönlichen Eigenschaften. Gemäss Gamper (2006) wäre der Mensch ohne sie nicht Mensch, sondern ein anderes Seiendes. „Die ‚Existenzialien’ sind nicht irgendeine Theorie über den Menschen, sondern konstituieren ihn erst (Gamper, 1998, S. 211).“ Die Daseinsanalyse nennt im Ganzen ungefähr dreissig Existenzialien. In diesem Kapitel werden nur diejenigen erläutert, die auch für die Textanalyse dieser Arbeit verwendet wurden. Die Trennung der einzelnen Kategorien kann nur künstlich vollzogen werden, da Existenzialien zusammenhängen und im Da-sein immer miteinander verwoben sind.

Räumlich-sein

Mit dem Raumhaften der menschlichen Welt ist nach Boss (1975) nicht der geometrische Raum gemeint. Der Raum ist in seiner Ursprünglichkeit das Offene, Immaterielle, nicht das Begrenzte. Nach Gamper (2006) lässt sich das Wort „Raum“ zurückführen auf das Verb „räumen“, „ausräumen“, welches für „Platz schaffen“, „lichten“ und „frei machen“ steht. Nur dort, wo etwas ausgeräumt ist, kann sich etwas Neues zeigen. „Räumlich-sein bedeutet grundsätzlich offen für etwas Begegnendes zu sein und sich immer in Bezug zu etwas zu finden (Gamper, 1984A).“

Leiblich-sein

Jedes menschliche Existieren ist immer auch leiblich (Gamper, 1984A). Leiblich-sein bedeutet keine körperliche Ortsgebundenheit, sondern drückt die Verhaltensformen eines Menschen aus. Man kann zum Beispiel von Ferien träumen und wirklich „laiblich“ dabei sein, obschon der Körper im Hier und Jetzt ist (Gamper, 2006). Die Grenzen des Leiblich-sein entsprechen somit nicht denen des Körpers, sondern denen des gesamten Weltoffenheitsbereiches (Condrau, 1998, S. 98). Im Verb „leiben“ des Nomens „Leib“ drückt sich die Verhaltensform eines Menschen aus. Gemäss Boss (1975, 1982) „leibt“ der Mensch. Verständlicher wird dies in dem alten Sprichwort „wie er leibt und lebt“.

Zeitlich-sein

Der Mensch existiert immer in Bezug zur Zeit. Die Vergangenheit beeinflusst die Gegenwart und die Zukunft (Gamper, 2006). Der Mensch als zeitliches Wesen existiert im Gegenwärtigen, Vergangenen und Künftigen (Condrau, 1998). Das Zeitlich-sein bezieht sich immer primär auf ein individuelles Verhalten, in welchem sich menschliches Da-sein austrägt (Condrau, 1963). Zur Zeit gehört immer ein Verweis auf etwas oder für etwas. Der Mensch ist nicht immer offen für alle drei Zeitdimensionen. Sein Leben wird entscheidend durch das bestimmt, wofür er Zeit hat, wo die Prioritäten gesetzt werden (Gamper, 2006). Gamper (1984B, zit. nach Endtinger-Stückmann, 2006, S. 13) fasst zusammen: „Manchmal ist ein Mensch vorwiegend für Gewesenes offen, er lebt in der Vergangenheit, von seinen Erinnerungen, verschliesst sich vor der Gegenwart und der Zukunft, ein anderer wiederum lebt nur im Hier und Jetzt und will sich nicht mit dem Künftigen auseinandersetzen.“

Mit-sein

Mit-sein bedeutet, dass Menschen nicht als isolierte Subjekte zu verstehen sind, sondern sich schon immer in einem Bezug zu anderen Menschen befinden. Wir können uns nicht wegdenken von anderem menschlichen Sein. Gemäss Gamper (2006) verweist das „Abwesende“ immer auf das „Anwesende“. Gemäss Boss (1975) kann es Einsamkeit nur deshalb geben, weil das Wesen des Menschseins sich durch Mit-sein auszeichnet und Einsamkeit aus sich heraus auf dieses Mit-sein verweist.

Gestimmt-sein

Der Mensch befindet sich immer schon in irgendeiner Stimmung. Nach Boss (1975) sind ihm alle Stimmungen, zu denen er fähig ist, als Möglichkeiten seines Existierens von Anfang an mitgegeben. Eine Veränderung der Stimmung bedeutet eine Um-stimmung (Gamper, 2006). Je nachdem wie jemand gestimmt ist, ändert sich sein Weltbild. Die Offenheit kann zu- oder abnehmen. Gemäss Boss (1975, S. 292) kann das Gestimmt-sein, unsere momentane Offenständigkeit des Da-seins „zugleich die besondere Weite oder Enge, Helligkeit oder Verdunklung und Verdeckung unseres Existierens“ ausmachen.

Sterblich-sein

Sterblich-sein gehört zum Menschsein. Nach Boss (1975) weiss der Mensch um seine Endlichkeit und sieht sich deshalb gezwungen, sich dem Sterblich-sein gegenüber in irgendeiner Weise zu verhalten. Das Sterblich-sein begleitet immer auch die Angst um sein eigenes Nicht-mehr-sein-können, das Auslöschen des Da-sein (Gamper, 2006). Man kann sich dem Sterblich-sein gegenüber unterschiedlich verhalten. Gemäss Boss (1975) kann man die eigene Sterblichkeit verdrängen, ihr mit Angst begegnen, fliehen oder ihr mit Gelassenheit begegnen. Friedlich und

willig sterben kann der, welcher sein Da-sein im Vollzug seiner wesentlichen Verhaltensmöglichkeiten gelebt hat. Der Mensch erkennt erst im Wissen um das Sterblich-sein, dass er für jeden Augenblick seines Da-seins verantwortlich ist.

Schuldig-sein

Der Mensch kann gleichzeitig immer nur etwas tun. Möchte er zwei Dinge gleichzeitig tun, bleibt er sich das eine oder andere notwendigerweise schuldig. Diese Schuld äussert sich in seinem Gewissen (Condrau, 1998, S. 81 ff.). Nach Condrau (1963) ist der Mensch seit jeher schon schuldig, als er seinem Da-sein etwas schuldig ist. Aus dem Schuldig-sein ist die Verpflichtung gegeben zu wählen. Heidegger sah in der Freiheit zu „wählen“ und zu „entscheiden“ sogar eine Notwendigkeit menschlichen „Daseins“ (zit. nach Quitmann, 1996, S. 86). Wahlfreiheit bestimmt somit das Da-sein des Menschen, kann ihn aber auch überfordern. Jede menschliche Gesellschaft wird von Normen und Vereinbarungen bestimmt. Eignet sich ein Mensch zu viele fremde Normen an und wird von der Uneigentlichkeit, vom „Man“ bestimmt, umso grösser wird seine existenzielle Schuld. Schuldig-sein bedeutet also Verantwortlich-sein für die Entfaltung des Selbst (Condrau, 1998).

4.3. Sprachauslegung als Weg zum Weltbezug

Die Besonderheit des menschlichen Da-seins, in Abgrenzung von jedem anderen Seienden, zeichnet sich durch die Sprache und das Verstehen aus. Die Sprache eines Menschen steht in engem Zusammenhang mit seinem Denken, wie bereits die kurze Einführung in die Metaphorik der Sprache gezeigt hat (vgl. dazu Kapitel 3, S. 11 ff.). Heidegger (2001 [1927]) erwähnte schon früh, dass im Denken das Sein zur Sprache kommt. Die Daseinsanalyse hat also seit jeher ein besonderes Gehör für die individuelle Sprache eines Menschen. Ausserdem basiert das phänomenologische Verständnis der Daseinsanalyse zum Teil auf metaphorischen Konzepten (Endtinger-Stückmann, 2002). Es besteht somit ein enges Verhältnis zwischen daseinsanalytischer Auslegung und aktueller Metaphernforschung. An der Sprache des Menschen zeigt sich dessen Weltbezug und gibt Aufschluss über sein Denken. Für Moser (2000) sind Metaphern und somit auch die Sprache nicht reine Worthülsen, sondern Folge und Ursache kognitiver Strukturen. Gemäss Endtinger-Stückmann (2002, S. 27) „liegt es deshalb nahe, der individuellen Sprache eines Menschen besonderes Gehör zu verleihen, um mittels Sprachauslegung den Weltbezug zu erfassen und auch mögliche Hinweise auf Veränderungen zu ermöglichen“.

5. Empirischer Teil

„…Man kann Sprache nur verstehen, wenn man mehr als Sprache versteht."

Hörmann, zit. nach Mayring & Gläser-Zikuda, 2005, S. 28

5.1. Ausgangslage

Bei der folgenden Studie handelt es sich in Anlehnung an Mayring (2002, S. 107–121) um eine Mischung von qualitativer Inhaltsanalyse, die streng methodisch kontrolliert das vorhandene Material schrittweise analysiert, und einer phänomenologischen Analyse. Ziel der Untersuchung war es, Prozesse des Erlebens und Bewältigens von Arbeitslosigkeit anhand der Sprache und des Kohärenzgefühls greifbar zu machen. Dazu wurden acht Aufsätze arbeitsloser Menschen hinsichtlich der individuellen Wortwahl und gebrauchten Metaphern analysiert und phänomenologisch-daseinsanalytisch ausgelegt. Diese Auswertungen wurden in Bezug zum Kohärenzgefühl der entsprechenden Person gesetzt. Der Wert des Kohärenzgefühls wurde aufgrund von Antonovskys Fragebogen SOC-29 ermittelt und ausgewertet.

5.2. Auswahl der Probandinnen und Probanden

Bedingung für die Teilnahme an der Untersuchung war ein Mindestalter von 30 Jahren und Arbeitslosigkeit, die seit mindestens zwei Monaten andauerte. Die Suche nach Probandinnen und Probanden, die bereit waren an der Studie teilzunehmen, erwies sich als schwierig, da die wirtschaftliche Lage in der Schweiz momentan gut aussieht und die Arbeitslosenquote sehr tief ist. Arbeitslose, die die Bedingungen zur Teilnahme an der Untersuchung erfüllten, wurden durch Studierende, Mitarbeitende von diversen Berufs- und Laufbahnberatungen, Projektleitende von Einsatzprogrammen für Arbeitslose und via RAV Zug (regionale Arbeitsvermittlung) auf die Studie aufmerksam gemacht. Vier Frauen und vier Männer im Alter zwischen 32 und 57 Jahren erklärten sich bereit, an der Studie teilzunehmen. Fünf der Probandinnen und Probanden waren zu Beginn der Studie seit zwei bis fünf Monaten, drei seit mehr als zwölf Monaten arbeitslos. Beruflich deckten die Befragten ein breites Spektrum ab. Zwei der Probanden fanden bereits während der Auswertung des Datenmaterials wieder eine Arbeitsstelle.

5.3. Methodisches Vorgehen

Für die Durchführung der Studie wurden zwei Instrumente ausgewählt. Als Grundlage für eine phänomenologische Sprachauslegung im Sinne der Daseinsanalyse diente ein geschriebener Aufsatz, für den Bezug zum Kohärenzgefühl einer Person wurde Antonovskys Fragebogen SOC-29 verwendet. Beide Dokumente wurden als Word-Formular aufbereitet und den Probandinnen und Probanden via E-Mail zur Verfügung gestellt. Die Dokumente konnten somit zu einem be-

liebigen Zeitpunkt von zu Hause aus bearbeitet werden. Analog einer Feldforschung nach Mayring (2002, S. 54) konnte somit eine Verzerrung durch künstliche Bedingungen möglichst eliminiert werden. Die durchschnittliche Bearbeitungsdauer der zwei Dokumente betrug 40–60 Minuten. Sämtliche Fragebögen und Texte wurden innerhalb einer Bearbeitungszeit von zwei bis drei Tagen retourniert. Eine Probandin erwähnte, dass der geschriebene Text sie so faszinierte, dass sie diesen irgendwann sicher fortsetzen werde.

5.4. Instrumente

5.4.1. Höhlenaufsatz

Der Höhlenaufsatz lieferte die Grundlage für die phänomenologisch-daseinsanalytische und metaphorische Auslegung des schriftlichen Sprachgebrauchs. Gemäss Grob (1999, S. 8) fand der Höhlenaufsatz seinen Ursprung in der Berufsberatung und wurde 1960 von Emil Egloff als psychodiagnostisches Hilfsmittel entwickelt. Der vorgegebene Einstieg des Höhlenaufsatzes lautet: „Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…“. Egloff (zit. nach Grob, 1999, S. 8) wählte diesen Einleitungssatz da er geradezu dazu verleite, zu forschen, zu planen und zu entscheiden, Entschlüsse zu fassen und durchzuführen, Unvorhergesehenes zu erleben und sich Ziele zu setzen. Aus diesen Kriterien heraus bietet der Aufforderungscharakter dieses Einleitungssatzes eine spannende Ausgangslage dafür, anhand einer daseinsanalytischen Auslegung der Sprache den Weltbezug eines Menschen, der sich in einer kritischen Lebenssituation befindet, zu erfassen.

5.4.2. Fragebogen zum Kohärenzgefühl (SOC)

Nachfolgende Erläuterungen basieren, wenn nichts anderes erwähnt, auf dem „Testhandbuch zur deutschen Version der Sense of Coherence Scale“ von Singer und Brähler (2007, S. 19–36). Die Sense of Coherence-Skala (SOC) basiert auf dem Konzept der Salutogenese nach Antonovsky. Das Kohärenzgefühl beschreibt die innere Haltung eines Menschen, die ihn umgebende Welt und die Dinge, die ihm geschehen, als verstehbar, handhabbar und sinnvoll – also kohärent – zu erleben. Zur empirischen Überprüfung seiner theoretischen Annahmen entwickelte Antonovsky 1987 die Sense of Coherence Scale, die 29 likert-skalierte Items umfasst, die den drei Skalen Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit zugeordnet werden können. Die Bearbeitungszeit des Fragebogens liegt bei durchschnittlich 15–20 Minuten. Der Fragebogen liegt auch in einer Kurzform mit 13 Items (SOC-13) vor. Beide Skalen sind in zahlreichen Studien testtheoretisch überprüft worden (vgl. Antonovsky, 1993; Schmidt-Rathjens, Benz, Van Damme, Feldt & Amelang, 1997; zit. nach Schumacher, Gunzelmann & Brähler, 2000, S. 208). Eine noch kürzere Fassung wurde in Leipzig entwickelt und umfasst neun Items. In der vorliegenden Arbeit

wurde mit dem SOC-29 gearbeitet (siehe Anhang, S.75 ff.). Die SOC-Skala erfüllt die testtheoretischen Anforderungen. Die interne Konsistenz ist überwiegend gut bis sehr gut (Cronbach's Alpha .82 – .95). Die Retest-Reliabilität ist hoch, nach einer bis zwei Wochen .91 bis .92. Die dreidimensionale Struktur des Fragebogens wurde vielfach kritisiert, teilweise aber auch bestätigt. Um die Konstrukt-Validität für das Konzept des Kohärenzgefühls nachzuweisen wurden vor allem Vergleiche mit ähnlichen Skalen zur Messung von Ängstlichkeit, Depressivität, Neurotizismus oder negativer Affektivität durchgeführt. Hohe Korrelationen gelten dabei als Bestätigung der Ähnlichkeit und damit der Validität des Konstruktes, stellen aber auch gleichzeitig die Eigenständigkeit des SOC-Konstruktes in Frage. Der SOC ist weltweit verbreitet, unterdessen liegen mehr als 730 Publikationen zum Thema Kohärenzgefühl vor. Die meisten veröffentlichten Studien untersuchten den SOC als unabhängige Variable. Es hat sich gezeigt, dass das Kohärenzgefühl positiv mit Indikatoren des Wohlbefindens und der psychischen Gesundheit korreliert. Ein hoher SOC korreliert in der Regel mit einem geringeren Stresserleben, geringeren Beschwerdedruck, psychischer Gesundheit und höherer Lebensqualität. Die Normierung der deutschen Übersetzung der SOC-Skala erfolgte Ende 1998 im Rahmen einer bevölkerungsrepräsentativen Befragung von 1944 Personen, im Alter von 18–92 Jahren in Deutschland. 173 Personen waren zum Zeitpunkt der Stichprobe arbeitslos. Die detaillierten Prozentrang-Normen, T-Werte und Itemkennwerte für den SOC-29 sind im Anhang auf Seite 79 ff. ersichtlich.

5.5. Auswertung

Der Fragebogen zum Kohärenzgefühl (SOC-29) wurde anhand der Norm-Tabellen im „Testhandbuch zur deutschen Version der Sense of Coherence Scale“ von Singer und Brähler (2007) ausgewertet.

Zur qualitativen Analyse von Sprachmaterial gibt es verschiedene Vorgehensweisen. Zur Aufbereitung und Auswertung der schriftlich vorliegenden Texte wurde eine Kombination zweier von Mayring beschriebenen qualitativen Verfahren gewählt: Die „qualitative Inhaltsanalyse“ und die „Phänomenologische Analyse“ (Mayring, 2002, S. 107–121). Der Grundgedanke der qualitativen Inhaltsanalyse ist, Texte anhand eines Kategoriensystems schrittweise zu bearbeiten und systematisch zu analysieren. Mit Hilfe beschreibender Kategorien wird das sprachliche Material geordnet und unterschiedlichen Überbegriffen zugeordnet. In dieser Arbeit erfolgt diese kategoriale Zuweisung anhand der daseinsanalytischen Existenzialien. Eine solche künstliche Aufgliederung des Sprachmaterials kann zwar nie trennscharf sein und entspricht nicht dem ganzheitlichen Anspruch einer phänomenologischen Auslegung, ist aber zwecks Operationalisierung unumgänglich. Es bleibt jedoch nicht nur bei einer breiten Beschreibung von Kategorien. Es folgt

eine gezielte Analyse der sich zeigenden Phänomene. Das Ziel dieser Analyse ist die Fokussierung auf den tiefsten Kern, das Wesen der Dinge. Diese Zurückführung auf das Wesen der geschrieben ausgedrückten Phänomene wird nach Mayring (2002, S. 108) auch „eidetische Reduktion“ genannt.

Die daseinsanalytische Auslegung der Höhlenaufsätze wurde in folgende Abschnitte gegliedert und beschrieben:

1. **Die Existenzialien:**

   Räumlich-sein: Im Räumlich-sein zeigt sich, wofür eine Person offen ist, welchen Themen sie Platz ein-räumt. Das Räumlich-sein offenbart sich besonders in der Wahl der Substantive und der Art des Umgangs mit diesen Themen. Das Räumlich-sein zeigt zudem das „Was“ des Textes und das „Wo“.

   Leiblich-sein: Das ‚Leiben’ der Verhaltensweisen eines Menschen zeigt sich in den Handlungen, die jemand ausführt oder nicht ausführt. Das Leiblich-sein zeigt sich im Gebrauch der auf die Person bezogenen aktiven und passiven Verben.

   Zeitlich-sein: Die Offenheit einer Person für ihre Zeitlichkeit steht hier im Vordergrund. Das Zeitlich-sein zeigt sich in den verwendeten Zeitformen und in Begriffen, die eine Zeitdimension enthalten (z.B. immer, jetzt). Es wird analysiert, wie intensiv und ausführlich und auf welche Art jemand über die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft schreibt.

   Gestimmt-sein: Im Gestimmt-sein zeigt sich das „Wie“ des Textes. Alle emotionalen Ausdrücke, aber auch die „zwischen den Zeilen“ zu hörenden Stimmungen werden erfasst. Das Gestimmt-sein zeigt sich auch in den benutzten Adjektiven.

   Mit-sein: In welchem Bezug steht die Person zu anderen Menschen? Hier zeigt sich das Mit-den-anderen-Sein. Für das Mit-sein werden sämtliche im Text genannten Personen in ihrem Bezug zur interviewten Person erfasst.

   Schuldig-sein: Wie selbstbestimmt oder fremdbestimmt lebt die Person ihr Da-sein? Das Schuldig-sein zeigt sich im Abwesenden der einzelnen Existenzialien, in den Hilfsverben (z.B. müssen, sollen, können) und in der unpersönlichen ‚man’-Form.

   Sterblich-sein: Wie verhält sich eine Person gegenüber ihrer Endlichkeit? In dieser Kategorie werden Hinweise auf eine Auseinandersetzung mit dem Sterblich-sein, aber auch diesbezügliche Ängste aufgenommen.

2. **Metaphorische Sprache:**

   Die sprachlichen Bilder, die im Text des Höhlenaufsatzes ersichtlich sind, werden auf ihre verwendete Metaphorik hin daseinsanalytisch analysiert und mit ihren Verweisungszusam-

menhängen in Verbindung gebracht. Die detaillierte Kategorisierung der Metaphernspendebereiche nach Moser (2000) ist im Anhang auf S. 82 ff. ersichtlich.

3. **Zusammenfassende Auslegung**

   Die in den Punkten eins und zwei beschriebenen Phänomene werden zusammengefasst daseinsanalytisch dargestellt und in Bezug zum ausgewerteten Kohärenzgefühl (SOC) der Person gesetzt. Zudem wird, wo möglich, der Weltbezug der arbeitslosen Person in Beziehung zu Merkmalen der Anpassungsstörung oder Posttraumatischen Belastungsstörung gebracht.

Für eine Abrundung des Bildes wird der Analyse jeweils ein kurze Einführung zur Person vorangestellt (Alter, Beruf, arbeitslos seit, Familienstand, Allgemeine Bemerkungen).

5.6. Ergebnisse

5.6.1. Proband I "Wie weit reicht die Batterie meiner Taschenlampe, die Reserven in meinem Rucksack?"

Herr I., Alter 57, Maschinen-Ingenieur FH, arbeitslos von September 2007 bis Februar 2008, getrennt lebend.

Allgemeine Bemerkungen: Herr I. fand kurz nach Ausfüllen des Fragebogens und nach dem Schreiben des Höhlenaufsatzes eine Stelle und arbeitet seit 1. Februar 2008 wieder. Seine Freude über die gefundene Arbeitsstelle drückte er in einem Mail an mich mit den folgenden Worten aus:

> Am Dienstagabend hatte ich ein weiteres Gespräch wegen einer Stelle und dieses verlief sehr positiv! Das will heissen, dass ich per 1. Februar eine neue Stelle antrete und so wie es heute scheint, finde ich da mehr, als ich mir je zu hoffen wagte. Die stellenlose Zeit dazwischen war in jeder Beziehung fruchtbar und hat mich persönlich enorm weiter gebracht. Es musste wohl alles so kommen.

Auswertung SOC-Fragebogen

Der Proband erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 151, was einem leicht erhöhten Wert gegenüber dem Skalenmittelwert seiner Altersgruppe entspricht. Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass der Proband aussergewöhnliche Ereignisse in seinem Leben einordnen kann und diese versteht, ihnen einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht. Schaut man die einzelnen Itemkennwerte der Subskala Sinnhaftigkeit an, fällt auf, dass sich zwei von acht Werten ausserhalb der Standardabweichung befinden (beide Werte des Probanden sind höher). Diese leicht erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Sinnhaftigkeit deuten darauf hin, dass der Proband kritische Lebensereignisse nicht als Last, sondern eher als willkommene Herausforderungen ansieht, in die es sich lohnt, Energie und Zeit zu investieren.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
Was sich wohl dahinter verbergen mag?
Wie weit es wohl geht?
Bin ich der Erste an diesem Eingang?
Wenn nicht, wie haben andere an dieser Stelle reagiert?
Gibt es einen Ausweg, einen Ausgang am Ende der Höhle?
Was erwartet mich dort?
Ist es gefährlich, wenn ich drauflos laufe?
Wie weit reicht die Batterie meiner Taschenlampe, die Reserven in meinem Rucksack?
Soll ichs wagen?
Es könnte doch ein völlig neuer Weg sein, der meinem Leben die entscheidende Wende gibt?
Klar!
Meine Neugier will befriedigt werden.
Was kann schon passieren?
Wer kann mich schon in die Irre führen?
Es wird mir wohl kein Ungeheur begegnen?
Wer will mir schon etwas antun wollen?
Sollte kein Ausweg zu finden sein, dann kann ich immer noch umkehren.
Verlieren kann ich wenig.
Neues ist immer eine Erfahrung wert und bringt mich weiter.
Wer wagt gewinnt!

Existenzialien

Räumlich-sein

Herr I. scheint im Moment vor allem offen für Fragen in Bezug auf seine Situation zu sein. Auf der einen Seite räumt er einer gewissen Neu-gier für die unbekannte Situation Platz ein – „*Meine Neugier will befriedigt werden*“ – auf der anderen Seite aber auch einer gewissen Un-sicherheit – „*Ist es gefährlich, wenn ich drauflos laufe?*“. Herr I. ist offen dafür, in die Höhle hinein-zugehen, fragt sich aber auch, ob er die „*erste*“ Person „*an diesem Eingang*“ ist. In Gedanken öffnet sich Herr I. für das Thema Aus-weg und Aus-gang („*Gibt es einen Ausweg, einen Ausgang am Ende der Höhle?*“). Ein Aus-weg zeigt einem in schwierigen Situationen die rettende Lösung auf, ein Aus-gang ermöglicht ein Hinaus-gehen, ein Ver-lassen der Höhle, der schwierigen Situation. Herr I. räumt Überlegungen die der Sicherheit dienen Platz ein: „*Wie weit reicht die Batterie meiner Taschenlampe, die Reserven in meinem Rucksack?*“. Die Taschenlampe ist ein Instrument, das in der Dunkelheit Helligkeit spendet. Reserven behält man für einen Notfall zurück, also eine Situation, die noch nicht eingetreten ist. Herr I. setzt sich gedanklich mit dem Thema „*neuer Weg*“ auseinander und sieht diesen als Möglichkeit einer „*entscheidenden Wende*“. Eine „*Wende*“ kann einen Übergang, eine Veränderung, einen Wandel der eingeschlagenen Richtung anzeigen. Auf diesem neuen „*Weg*“ öffnet sich Herr I. der Möglichkeit, in die „*Irre*“ geführt, also eventuell getäuscht zu werden, einen falschen Weg einzuschlagen und macht sich dabei sogar Gedanken darüber, einem „*Ungeheuer*“ zu begegnen. Am Ende der Geschichte räumt er der Möglichkeit Platz ein, durch das Betreten der „*Höhle*“, eine „*Erfahrung*“ zu machen, die es „*wert*“ ist, gemacht zu werden und die ihn „*weiter*“ bringt. Er-fahrung ist eine durch

Routine oder Wiederholen gewonnene Erkenntnis, durch die jemand möglicherweise klüger wird.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
		mich erwarten mich in die Irre führen mich weiter bringen mir begegnen mir etwas antun wollen will befriedigt werden	drauflos laufen können sein umkehren können wagen

Herr I. leibt verschiedene Verhaltensweisen. Ein Teil des Verhaltens bezieht Herr I. auf sich selbst, ein Teil des Verhaltens schreibt er jedoch in einer unpersönlichen Form, fast so, als wenn er die Situation von aussen her, mit einem gewissen Abstand betrachten würde. Herr I. benützt hauptsächlich Verben des Handelns, der Wahrnehmung und des psychischen Geschehens. Die aktiv gebrauchten Verben des Handelns sind durch deren Gebrauch in Fragesätzen leicht abgeschwächt – *„Ist es gefährlich, wenn ich drauflos laufe?“* – und lassen offen, inwiefern Herr I. seinen Weltbezug aktiv angeht. Es scheint, als wenn Herr I. seine Wahrnehmung und sein Handeln in der Geschichte eher passiv leibt (*„Meine Neugier will befriedigt werden.“*). Sein Handeln zeichnet sich durch ein vorsichtiges Abtasten der Situation aus.

Zeitlich-sein

Der geschriebene Text wechselt innerhalb der Zeitformen Gegenwart und Zukunft ab. Der grösste Teil des Textes ist in der Gegenwart geschrieben. Aus einigen Fragesätzen gegen Schluss der Geschichte geht hervor, dass sich Herr I. intensiv mit seiner Zukunft auseinander setzt (*„Meine Neugier will befriedigt werden.“*, *„Wer kann mich schon in die Irre führen?“*, *„Wer will mir schon etwas antun wollen?“*). Nur gerade ein Satz der Geschichte ist in der Vergangenheit geschrieben: *„Wenn nicht, wie haben andere an dieser Stelle reagiert?“*. Das Zeitlich-sein von Herrn I. zeigt sich also insbesondere im Hier und Jetzt, dabei macht er sich auch Gedanken darüber, wie die Zukunft aussehen könnte.

Gestimmt-sein

Herr I. befindet sich in unterschiedlichen Stimmungslagen. Durch die vielen Fragesätze wird ersichtlich, dass bis zum Ende der Geschichte eine gewisse Un-sicherheit das Gestimmt-sein von Herrn I. bestimmt. Er weiss nicht genau, was ihn *„erwartet“*, ob es *„gefährlich“* ist, *„drauflos“* zu laufen. Sein Gestimmt-sein zeichnet sich aber auch durch Hoffnung aus, welcher er mit einem Ausrufezeichen Nachdruck verleiht: *„Es könnte doch ein völlig neuer Weg sein, der meinem Leben die entscheidende Wende gibt? Klar!“*. Herr I. ist neugierig, aber auch ängstlich in Bezug

auf die Möglichkeit „*in die Irre*“ geführt zu werden oder einem „*Ungeheuer*“ zu begegnen. Am Schluss befindet sich Herr I. in der Hoffnung, durch gewagtes Handeln eine neue Erfahrung zu machen, die ihn weiterbringt und einen Ge-winn darstellt. Dieses Gestimmt-sein wird durch ein Ausrufezeichen bekräftigt.

Mit-sein

Herr I. ist von Anfang bis Ende der Geschichte meist auf sich selbst bezogen. Sein Mit-sein mit anderen Personen zeigt sich darin, dass er sich fragt, wie „*andere an dieser Stelle reagiert*“ haben. Er versucht, seine Situation mit Personen, die in der gleichen Lage waren, zu vergleichen (zu relativieren?). In der Zukunft ist sein Mit-sein zudem von einer gewissen Unsicherheit oder sogar Angst geprägt. Er fragt sich, ob ihn jemand in „*die Irre führen kann*“, ob ihm jemand „*etwas antun*“ möchte.

Schuldig-sein

Herr I. benutzt in seinen (Frage-)Formulierungen meist die unpersönliche ‚Es’-Form. Er scheint zurzeit einen wenig selbst-bestimmten Weltbezug zu haben. Sein „In-der-Welt-Sein“ wird eher von anderen bestimmt oder von einer von ihm selbst nicht beeinflussbaren Situation gesteuert. Er hinterfragt sein Tun und bleibt es sich jeweils (für kurze Zeit?) schuldig, aktiv zu handeln. „*Soll ichs wagen? Es könnte doch ein völlig neuer Weg sein, der meinem Leben die entscheidende Wende gibt?*“ Einen Satz lang bleibt er sich die Entscheidung, den neuen Weg zu gehen schuldig, entscheidet sich dann aber mit Nachdruck dafür zu handeln („*Klar!*“). Im weiteren Textverlauf hinterfragt Herr I. die Situation jedoch abermals. Am Ende der Geschichte bleibt offen, ob Herr I. es sich schuldig bleibt zu handeln oder nicht.

Sterblich-sein

Herr I. setzt sich intensiv mit dem Sterblich-sein auseinander. Anhand des Textes ist ersichtlich, dass die Angst, wie es in seinem Leben weiter geht, eine zentrale Rolle spielt. „*Wie weit reicht die Batterie meiner Taschenlampe, die Reserven in meinem Rucksack?*“ Hier wird erkennbar, dass die momentane Situation in die Dunkelheit führen kann, wenn sie zu lange andauert. Momentan sind noch Reserven vorhanden, Herr I. setzt sich allerdings damit auseinander, wie lange seine Kraft noch ausreicht, um mit der Situation fertig zu werden.

Metaphorische Sprache

Herr I. benützt Metaphern aus dem Erfahrungsbereich ‚Spiel/Sport’ und ‚Wirtschaft’ und dem Vorstellungsschema ‚Weg’: „*Es könnte doch ein völlig* ***neuer Weg*** *sein, der meinem Leben die* ***entscheidende Wende*** *gibt?*“, „*…wie haben andere an dieser Stelle* ***reagiert****?*“, „*Wer wagt* ***gewinnt!***“, „*Neues ist immer eine Erfahrung* ***wert*** *und* ***bringt*** *mich* ***weiter***“. Sowohl bei Sport und Spiel, wie auch in der Wirtschaft geht es vor allem darum, Siege zu erringen, zu gewinnen, die

richtige Entscheidung zu fällen, um dadurch eine entscheidende Wende herbeizuführen, die einen Sieg hervorbringt oder einen Mehr-wert generiert. Das Weg-Modell leitet sich aus der Erfahrung der Fortbewegung ab und ist immer auf einen Ausgangs- und einen Zielpunkt ausgerichtet. Zu Beginn der Geschichte ist zudem auffällig, dass Herr I. Ausdrücke aus dem Metaphernspendebereich ‚Gefäss' benutzt, diese aber in einen konkreten Zusammenhang setzt: „*Bin ich der Erste an diesem **Eingang**?", "Gibt es einen **Ausweg**, einen **Ausgang** am Ende der Höhle?*". Ein Gefäss grenzt die Möglichkeiten der Bewegungsfreiheit ein, hat aber sowohl einen Ein-gang wie auch einen Aus-gang und lässt viele Möglichkeiten offen, den passenden Aus-weg zu finden.

Zusammenfassende Auslegung

Im Weltbezug von Herrn I. ist momentan eine gewisse Unsicherheit spürbar. Der neuen Situation im Leben begegnet er mit vielen Fragen, aber auch einem gewissen Verlangen oder Wunsch, eine neue Erfahrung zu machen und dadurch weitere Er-kenntnisse zu gewinnen. Die neue Situation kann er zu Beginn nicht richtig einordnen, weiss nicht, was er davon halten soll. Er fragt sich, ob auch andere Menschen sich bereits in der gleichen Lage befunden haben und wie diese wohl damit umgegangen sind. Herr I. ist sich nicht ganz sicher, ob er ein Wagnis eingeht, wenn er sich, ohne sich darüber Gedanken zu machen, einfach auf die neue Situation einlässt. Er verhält sich eher passiv, abwartend, aber auch sehr überlegt. Herr I. scheint eine Person zu sein, die nicht einfach los-rennt, sondern zuerst inne-hält und überlegt. Er denkt über seine eigene Sicherheit und seine Reserven (Ressourcen) nach. Vielleicht spiegelt sich darin eine gewisse Zukunftsangst wieder, wie lange die finanziellen Möglichkeiten oder die eigene Kraft noch ausreichen, um mit der unerwarteten Situation umzugehen. Der Weltbezug von Herr I. ist momentan eher auf sich selbst bezogen. Anderen Menschen gegenüber begegnet er fragend, vielleicht aus Angst, verletzt oder ge-täuscht / en-täuscht zu werden. Der Gebrauch der Metaphern lässt darauf schliessen, dass Herr I. ein zielorientierter Mensch ist, dem es wichtig ist, einem Spiel die entscheidende Wende zu geben und zu gewinnen. Dem Gewinnen verleiht er durch das Setzen eines Ausrufezeichens noch mehr Gewicht. Wenn er etwas anpackt, sollte daraus ein Mehr-wert generiert werden. Leistung zu erbringen könnte somit ein wichtiges Thema des Weltbezuges von Herrn I. sein. Daraus resultiert womöglich auch die Unsicherheit gegenüber der neuen Situation und die Angst, von anderen Menschen (oder von sich selbst?) enttäuscht zu werden. Am Schluss der Geschichte bleibt offen, ob sich Herr I. dazu entscheidet, den neuen Weg zu gehen, oder ob er noch mit sich hadert. Es stellt sich die Frage, ob Herr I. vielleicht fast zu vor-sichtig ist und zu lange bei der Frage „soll-ich-oder-soll-ich-nicht?" verweilt. Der Sense of Coherence von Herr I. korreliert grundsätzlich positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. In Bezug auf die Handhabbarkeit und somit die eigenen Ressourcen, ist im Höhlenaufsatz ersicht-

lich, das momentan noch genügend Ressourcen vorhanden sind, um die Situation zu bewältigen, hinsichtlich der Zukunft aber keine Aussagen gemacht werden können. Die leicht erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Sinnhaftigkeit korrelieren ausserdem mit der metaphorischen Sprache von Herrn I. Darin ist ersichtlich, dass er kritische Lebensereignisse nicht als Last, sondern eher als Herausforderungen ansieht, die eine „*Erfahrung wert*“ sind, ihn weiterbringen und somit ein „Gewinn“ daraus erzielt werden kann. Die Ergebnisse zeigen auf, dass zurzeit eine geringe bis keine Gefahr besteht, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

5.6.2. Proband II „Ich sah mich in einem der dunkelsten Räume, kein Licht, keine Kontraste und kein Ende.“

Herr W., Alter 57, dipl. Kaufmann, arbeitslos seit Dezember 2006, verheiratet.
Allgemeine Bemerkungen: Der Proband hat bezüglicher seiner Situation, Zeitpunkt Mai 2008, keine Rückmeldung mehr gegeben.

Auswertung SOC-Fragebogen

Der Proband erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 120. Dieser Wert befindet sich ausserhalb der Standardabweichung und entspricht einem stark tieferen Wert gegenüber dem Skalenmittelwert der entsprechenden Altersgruppe. Bei den einzelnen Werten der Subskala Verstehbarkeit fällt auf, dass sich sieben von elf Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befinden (alle Werte des Probanden sind tiefer), bei den Itemkennwerten der Subskala Handhabbarkeit sind sechs von zehn Werten ausserhalb der Standardabweichung (alle Werte des Probanden sind tiefer), bei den Itemkennwerten der Subskala Sinnhaftigkeit ist einer von acht Werten ausserhalb der Standardabweichung (Wert ist höher). Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass der Proband aussergewöhnliche Ereignisse in seinem Leben momentan nicht, oder nur schwer einordnen kann und versteht. Die tieferen Itemkennwerte der Subskala Verstehbarkeit deuten darauf hin, dass Herr W. die internen und externen Stimuli, insbesondere in Bezug auf seine Arbeitslosigkeit, nicht einordnen kann oder als sinnhaft wahrnimmt. Die momentane Situation scheint für ihn eher willkürlich, zufällig und unerklärlich zu sein. Die stark tieferen Itemkennwerte der Subskala Handhabbarkeit könnten ein Zeichen dafür sehr, dass Herr W. nicht über genügend Ressourcen verfügt, um den Anforderungen der Arbeitslosigkeit zu begegnen. Die Subskala Sinnhaftigkeit ist die einzige Skala, die einen erhöhten Itemkennwert aufzeigt. Die Subskala Sinnhaftigkeit zeigt das Ausmass auf, in dem jemand fühlt, dass das Leben einen emotionalen Sinn hat und die momentane Situation eine eher willkommene Herausforderung als eine Last ist. Dies könnte ein Indiz dafür sein, dass Herr W. seiner jetzigen

Situation einen Sinn zuschreibt und das Leben (die Arbeitslosigkeit) nicht nur als Last empfindet.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *als ich erfuhr, dass durch einen Verstoss in der Hausordnung ich meinen Job per sofort verlor. Gefühle konnte ich nicht mehr kontrollieren, alles war mir jetzt fast egal. Die Gedanken spielten verrück. Was war passiert, was habe ich gemacht. Ueber 32 Jahre waren auf einmal vergessen, nichts blieb mehr übrig, alles wurde abgelegt auf einem Stück Papier, wertlos für die Zukunft, verächtend für die Vergangenheit. Ich konnte mir nicht mehr vorstellen wo ich war, wer ich bin, was ich tat. Hände, Füsse, Zuckungen, Blicke und Tränen vermischten sich in Diskussionen. Die Blicke der anderen Seite war zwar verständlich, aber eiskalt in der Entscheidung. Ich sah mich in einem der dunkelsten Räume, kein Licht, keine Kontraste und kein Ende. Die Zeit blieb stehen, jede Sekunde war ein Albtraum für mich, Scham überkam mich, machtlos meine Worte, die nur verhallten und nicht beantwortet wurden. Wieso auch, es standen 3 Parteien gegen mich, der Sicherheit wegen, damit auch alles formell in Ordnung ging. Ich konnte mit der Zeit die Wörter nicht mehr verfolgen, mir blieb jetzt nur noch ein letzter Traum, meine Familie, die schon alles wusste, aber ich nicht verfolgen konnte, wie sie es aufnahm. Die Zeit war einfach noch zur kurz gewesen, die Dunkelheit unendlich, die Sicht verschwommen und düster, und am Ende kein Ziel mehr, einfach ein Eingang ohne Ausweg. Nachdem mir alles mitgeteilt wurde, förmlich alles richtig gestellt, war mir jetzt klar geworden, dass ich kein Ziel mehr hatte, aufgegeben bin…… zwar wurde mir in jeglicher Hinsicht Unterstützung zugesagt, aber wo war sie damals, wo ist sie jetzt??? Das Dunkle wird immer finster und das Helle immer dunkler. Was mir bleibt ist die Hoffnung meiner Familie, mein Glauben an mich selber, manchmal verdüstert, aber immerhin ein Glauben, und ein paar wenige Freunde, ja die hab ich noch.*

Existenzialien

Räumlich-sein

Herr W. räumt vor allem seinem Gestimmt-sein, seinen Empfindungen und Gefühlen viel Platz ein. Herr W. ist offen für seinen „*Job*“, den er, infolge eines Verstosses, einer Verletzung von Bestimmungen, verloren hat. Herr W. ist offen für die Empfindungen in seinem Körper, beschreibt diese aber nur stichwortartig: „*Hände, Füsse, Zuckungen, Blicke und Tränen…*“. Er ist offen für „*die Blicke der anderen Seite*“, die Gegenpartei (den Gegner, den Feind?), empfindet deren „*Entscheidung*“ (Urteil?) aber als „*eiskalt*“. Herr W. befindet sich in „*einem der dunkelsten Räume*“, ohne „*Licht*“, ohne „*Kontraste*“ (Duden, 2007, S. 997, lat. contra = gegen, stare = stehen), ohne „*Ende*“. Herr W. scheint der Situation nichts entgegen-stellen zu können, sieht den Zeitpunkt nicht, an dem dieser lichtarme Zustand aufhört. Er befindet sich in einem „*Albtraum*“, „*macht-los*“, mit dem Gefühl, versagt zu haben („*Scham überkam mich*“). Die momentane Situation scheint in einer unendlichen Dunkelheit zu sein, die „*Sicht*“ (Möglichkeit, in die Ferne, in die Zukunft zu schauen?) „*verschwommen*“, unklar und „*düster*“. Herr W. betritt den dunklen Raum, die Situation durch einen „*Ein-gang*“, sieht „*am Ende*“ aber „*kein Ziel mehr*“, keinen „*Aus-weg*“ aus der momentanen Lage. Ihm war „*jetzt klar geworden*“, dass er „*aufgegeben*“ ist. Herr W. sucht nach Halt, nach „*Unterstützung*“. Zum Schluss der Geschichte wird „*das Dunkle immer finster und das Helle immer dunkler*“. Herr W. ist jedoch offen für die „*Hoffnung seiner Familie*“, seinen Glauben an sich selbst, wenn auch manchmal „*verdüstert*“ und für „*ein paar wenige Freunde*“.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
verhallen Unterstützung zusagen mitgeteilt werden nicht beantworten was habe ich gemacht	nicht vorstellen können	aufgegeben sein egal sein erfahren Gedanken spielen verrückt gegen mich stehen haben kein Ziel haben klar werden mich überkommen sehen was mir bleibt ist die Hoffnung…	bleiben nicht können nicht kontrollieren nicht verfolgen können 2x sein 3x tun verlieren

Herr W. leibt hauptsächlich in Wahrnehmungen, im Nicht-handeln-Können und beschreibt sein psychisches Geschehen. Es ist auffallend, dass fast alle Verben in einem negativen Kontext oder einer verneinenden Form gebraucht werden: *„Gefühle konnte ich nicht mehr kontrollieren, alles war mir jetzt fast egal.“*, *„Ich konnte mir nicht mehr vorstellen wo ich war, wer ich bin, was ich tat.“*, *„…Scham überkam mich…“*, *„…ich kein Ziel mehr hatte, aufgegeben bin…“*. Herr W. scheint im Moment in einer eher passiven, *„verdüsterten“* Rolle zu leiben, sein In-der-Welt-Sein zeichnet sich durch Geschehen-lassen aus.

Zeitlich-sein

Der Text ist hauptsächlich in der Vergangenheit geschrieben. Drei Textpassagen fallen besonders auf. Sie wechseln innerhalb der Vergangenheit in die Gegenwart und lassen darauf schliessen, dass sich Herr W. im Hier und Jetzt damit beschäftigt, was er falsch *„gemacht“* hat, als er seinen Job verlor, wer er ist (*„Ich konnte mir nicht mehr vorstellen wo ich war, **wer ich bin**, was ich tat.“*) und wo die *„Unterstützung“* ist, die er sucht, die ihm Halt gibt. Das Thema *„Unterstützung“* scheint ihn besonders zu beschäftigen: *„…zwar wurde mir in jeglicher Hinsicht **Unterstützung** zugesagt, aber wo war sie damals, wo ist sie jetzt**???**“*. Das Satzende wird mit drei Fragezeichen abgeschlossen. Für Herrn W. scheint die Zeit stehen zu bleiben, *„jede Sekunde war ein Albtraum…“*. Herr W. scheint sein Zeitlich-sein in der Zukunft eher unter negativen Aspekten zu sehen: *„Das Dunkle wird immer finster und das Helle immer dunkler“*. Hier befindet sich ein Schreibfehler, der offen lässt, ob das Dunkle im Hier und Jetzt immer ***finster ist*** oder immer ***finsterer wird***. Am Schluss der Geschichte leibt Herr W. in der Gegenwart. Diese wird bestimmt durch *„die Hoffnung seiner Familie“*, seinem *„Glauben“* an sich selbst und *„ein paar wenigen Freunden“*.

Gestimmt-sein

Herr W. befindet sich in der Geschichte in unterschiedlichen Stimmungslagen. Zu Beginn konnte er seine Gefühle „*nicht mehr kontrollieren*“, alles war ihm „*jetzt fast egal*“. Seine „*Gedanken spielten verrückt*“. Er fühlt sich „*wertlos für die Zukunft*“, verachtet in der Vergangenheit. Sein Gestimmt-sein drückt sich in einer Orientierungslosigkeit aus („*Ich konnte mir nicht mehr vorstellen wo ich war, wer ich bin, was ich tat.“).* Seine Stimmung wird bestimmt von Dunkelheit, von Eiskälte. Er schämt sich, fühlt sich „*macht-los*“, ist wie paralysiert, konnte „*die Wörter nicht mehr verfolgen*“. Er ist ziel-los, ohne „*Aus-weg*“ aus der Situation, fühlt sich „*auf-gegeben*“, nicht unter-stützt, halt-los. Die Dunkelheit bleibt auch am Ende der Geschichte bestehen, sowohl in der Gegenwart wie auch in der Zukunft. Das Gestimmt-sein zum Schluss zeichnet sich durch seinen „*Glauben*“ an sich selbst aus, wenn auch manchmal „*verdüstert*“. Der Glaube verweist auf eine gefühlsmässige, nicht von Beweisen bestimmte, unbedingte Gewissheit oder Überzeugung, also nicht-wissen.

Mit-sein

Herr W. ist in der Geschichte mehrheitlich auf sich selbst bezogen. Er ist jedoch offen für „*die Blicke der anderen Seite…*“ und „*3 Parteien*“ die gegen in standen. In der Geschichte erwähnt er zweimal seine „*Familie*“, die wahrscheinlich in seinem Weltbezug eine wichtige Rolle spielt. Herr W. betont am Schluss der Geschichte, dass er noch ein „*paar wenige Freunde*“ hat. Dieses Mit-sein mit den Freunden scheint ihm ebenfalls sehr wichtig zu sein.

Schuldig-sein

Herr W. scheint in seinem Weltbezug zurzeit von seinen Gefühlen bestimmt zu werden. Er benutzt mehrmals das Verb „*können*“. Er bleibt es sich schuldig, seine Gefühle kontrollieren zu können, sich vorzustellen, wer er ist und aktiv zu verfolgen, wie die Familie seine Arbeitslosigkeit aufgenommen hat. Herr W. bleibt es sich schuldig, Licht, Kontraste und ein Ende in seiner Situation zu sehen, die Wörter der Gegenpartei zu verfolgen, eine klare Sicht, ein Ziel zu haben, einen Aus-weg zu finden, sich nicht aufzugeben.

Sterblich-sein

In der Geschichte setzt sich Herr W. intensiv mit dem Sterblich-sein auseinander. Er erwähnt seine „*32 Jahre*“ Arbeit, die „*auf einmal vergessen*“ sind, „*wertlos für die Zukunft*“. Er sieht in seiner Situation „*kein Ende*“, hat „*nur noch ein letzter Traum*“. Die „*Dunkelheit*“ scheint ihm „*unendlich*“, die „*Sicht*“ (in die Zukunft?) „*verschwommen und düster*“. Er sieht „*am Ende kein Ziel mehr*“.

Metaphorische Sprache

Herr W. benützt vor allem Ausdrücke aus den Metaphernspendebereichen ‚Kampf'. Die Grundkonstellation des Kampf- oder Krieg-Konzeptes zeichnet sich durch zwei Parteien aus, die gegensätzliche, unvereinbare Interessen vertreten. Durch Kampf und Verfolgung besteht das Ziel in Überwindung oder Vernichtung des Gegners. Verluste, Schmerz, aber auch Triumph des Sieges sind Teil des Modells. Herr W. „*verlor*" seinen Job und konnte seine Gefühle nicht mehr „*kontrollieren*". Die „*Entscheidung*" der „*anderen Seite*" war „*eiskalt*". In der Situation blieben seine Worte „*macht-los*". Er konnte das Geschehen nicht mehr „*verfolgen*". Ihm wurde klar, dass er „*aufgegeben*" wurde. Ein Ausdruck wird aus dem Metaphernspendebereich ‚Wirtschaft' gebraucht. Seine langjährige Arbeit scheint nur noch aus einem Stück Papier zu bestehen, „***wertlos** für die Zukunft*". Das Metaphernmodell ‚Weg' zeigt sich ebenfalls in dem Sprachgebrauch von Herrn W. Er erwähnt, dass er „*am Ende kein Ziel*" mehr sieht, „kein Ziel mehr hatte, aufgegeben" ist, als wenn sein Ziel nicht er bestimmt, sondern von anderen abhängig ist.

Zusammenfassende Auslegung

Der Weltbezug von Herr W. scheint zurzeit vor allem von seinen eher negativ gestimmten Gefühlen und Empfindungen bestimmt zu sein. Durch den Verlust seiner Arbeitsstelle kann er seine Gefühle nicht mehr kontrollieren, fühlt sich macht-los. Herr W. leibt in der Dunkelheit, hat kein Ziel mehr, ist auf der Suche nach sich selbst. Aus seiner jetzigen Situation sieht er keinen „*Ausweg*", fühlt sich „*aufgegeben*". Es scheint, als sei sein Ziel abhängig von anderen, nicht von ihm selbst bestimmt. Er sucht Halt und Unterstützung. Seine Familie und „*ein paar wenige Freunde*" bestimmen sein Mit-sein. Die jetzige Situation scheint ein einziger Kampf zu sein, ein Kampf, in dem Herr W. machtlos ist, aufgibt und verliert. Der Sense of Coherence von Herr W. korreliert positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Daraus geht hervor, dass er aussergewöhnliche Ereignisse in seinem Leben momentan nicht oder nur schwer einordnen kann und versteht. Die Auswertung des Höhlenaufsatzes zeigt auf, dass Herr W. hauptsächlich in der Vergangenheit leibt und versucht, sein Ausscheiden aus der Arbeitswelt einordnen zu können, was ihm aber wahrscheinlich noch nicht gelungen ist. Auch sein Hier und Jetzt ist bestimmt durch die Frage, wer er ist. Die Zukunft erscheint ihm immer noch „*finster*" und dunkel. Die sechs stark tieferen Itemkennwerte der Subskala Handhabbarkeit, könnten ein Zeichen dafür sein, dass Herr W. momentan nicht über genügend Ressourcen verfügt, um den Anforderungen der Arbeitslosigkeit zu begegnen. Im Höhlenaufsatz korreliert dies positiv mit der Suche nach „*Unterstützung*". Seine Aussage, wo die zugesagte „*Unterstützung*" denn jetzt sei, wird durch das Setzen von drei Fragezeichen sogar noch verstärkt. Die Subskala Sinnhaftigkeit ist die einzige Skala, die einen erhöhten Itemkennwert aufzeigt. Dies könnte ein Indiz dafür sein, dass Herr

W. seiner jetzigen Situation trotzdem noch einen Sinn zuschreibt und das Leben (die Arbeitslosigkeit) nicht nur als Last empfindet. Dieser Wert korreliert insofern positiv mit der Auslegung des Höhlenaufsatzes, als Herr W. zum Ende der Geschichte betont, dass ihm die „*Hoffnung*“ seiner Familie und der „*Glaube*“ an sich selbst noch bleiben. Die Ergebnisse legen damit nahe, dass bei Herr M. die Möglichkeit besteht, dass bereits einzelne Symptome einer Anpassungsstörung und oder Posttraumatischen Belastungsstörung vorhanden sind. Herr W. scheint deutlich in einer depressiven Phase zu stecken, mit der kognitiven Triade von negativer Vergangenheit-Gegenwart-Zukunft. Herr W. scheint das Erlebte in sich aufdrängenden Erinnerungen zu wiederholen.

5.6.3. Probandin III „Es riecht nach einer Blumenwiese und die Schwingungen um mich herum sind tragend und unterstützend.“

Frau G., Alter 48, Diplom Sozialarbeiterin FH, Dipl. Feldenkrais® Pädagogin SFV, arbeitslos seit Juli 2007, ledig.

Allgemeine Bemerkungen: Frau G. ist blind und spielt in ihrer Freizeit in einem Theaterprojekt mit Blinden und Sehenden mit.

Auswertung SOC-Fragebogen

Die Probandin erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 166, was einem stark erhöhten Wert gegenüber dem Skalenmittelwert ihrer Altersgruppe entspricht, aber immer noch innerhalb der Standardabweichung liegt. Schaut man die einzelnen Itemkennwerte aller Subskalen an, fällt auf, dass sich bei der Subskala Handhabbarkeit drei von zehn Itemkennwerten (zwei höhere, ein tieferer Wert) und bei den Itemkennwerten der Subskala Sinnhaftigkeit drei von acht Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befinden (alle drei Werte höher). Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass die Probandin aussergewöhnliche Ereignisse in ihrem Leben überaus gut einordnen kann und diese versteht, ihnen einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht. Die erhöhten Itemkennwerte in den Subskalen Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit deuten darauf hin, dass die Probandin genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen, die von den Stimuli, mit denen sie konfrontiert wird, ausgehen und diesen auch jederzeit einen Sinn zuschreiben kann.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *In dieser Höhle hatte ich viel Zeit um Nachzudenken über die Welt im Allgemeinen und die Welt in mir und um mich herum. Dabei kamen folgende Träume an die Oberfläche:*
> *Ich erhalte in den nächsten zwei Monaten eine Nachricht, dass es eine Arbeit für mich gibt, die genau auf mich zugeschnitten ist. Das Heisst, meine kommunikativen und sozialen Fähigkeiten sind gefragt. Der administrative Aufwand ist ganz gering und ich habe mit Menschen zu tun, die ich in ganz bestimmten Le-*

benslagen begleiten kann, gemeinsam mit ihnen auf Spurensuche gehen, mit ihnen Ressourcen entdecken und weiterentwickeln kann.
Meine Blindheit ist in diesem Fall ein Vorteil und kein Hindernis.
In Bildern ausgedrückt:
ich sehe eine bunte Landschaft vor mir, die viele kräftige und auch feine Farben besitzt, die immer wieder übereinander und ineinander über gehen. Es riecht nach einer Blumenwiese und die Schwingungen um mich herum sind tragend und unterstützend. Meine Hand spürt die Weichheit des Fells meines Blindenführhundes.
Ich bin ein positivdenkender Mensch und glaube daran, dass ich sehr viel dazu beitragen kann, mich und mein Umfeld zu gestalten.

Existenzialien

Räumlich-sein

Frau G. ist offen für „*die Welt im Allgemeinen*“ und ihren innerlichen Weltbezug. Sie räumt der Möglichkeit zu träumen Platz ein. In ihrem „*Traum*“ ist sie offen für eine „*Nachricht*“, eine neue Arbeitsstelle. Sie räumt dabei anderen „*Menschen*“ Platz ein und möchte gemeinsam „*auf Spurensuche*“ gehen und gemeinsam „*Ressourcen entdecken und weiter-entwickeln*“. Gemäss Duden (2007, S. 1983) bedeuten Ressourcen lat. „wieder erstehen“, also einen gewesenen Zustand wieder herstellen. Ihre Blindheit sieht Frau G. als „*Vorteil*“, als etwas, das sich günstig auf (die seelische Verarbeitbarkeit?) ihrer Situation auswirkt und nicht als „*Hindernis*“, der ein Weiterkommen ver-hindern könnte. Frau G. ist in ihrer geschriebenen Erzählung offen für „*Bilder*“ und Sinnes-Wahrnehmungen der Natur. Frau G. „*spürt die Weichheit des Fells*“ ihres „*Blindenführhundes*“ und räumt damit taktilen Sinnes-erfahrungen einen Platz ein.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
gefragt sein	nachdenken	auf mich zugeschnitten sein für mich geben gefragt sein glauben riechen sehen spüren	begleiten können beitragen können entdecken erhalten gehen gestalten haben kommen sein 2x weiter entwickeln zu tun haben

Frau G. leibt verschiedene Verhaltensweisen. Sie „*glaubt*“, „*riecht*“, „*sieht*“ und „*spürt*“, bezieht sich also oft auf ihre Wahrnehmung. Grundsätzlich ist sie aber stark auf Handlungen ausgerichtet. Sie „*hatte viel Zeit*“ um „*nachzudenken*“, erhält „*eine Nachricht*“, hat mit „*Menschen zu tun*“ und sieht „*eine bunte Landschaft vor*“ sich. Die Verben des Handelns zeichnen sich insbesondere durch aktives Vorgehen aus. Frau G. scheint eine aktive Person zu sein, die ihren Weltbezug aktiv mit-gestaltet und sich auf ihre Sinneserfahrungen verlässt.

Zeitlich-sein

Das Zeitlich-sein von Frau G. kommt besonders in der Gegenwart zum tragen. Nur kurz, zu Beginn der Geschichte schreibt sie in der Vergangenheit, in der sie sich viel *„Zeit zum Nachdenken“* und für *„Träume“* gegeben hat. Diese *„Träume“* kamen jedoch *„an die Oberfläche“* und bestimmen die Gegenwart, den Weltbezug von Frau G. im Hier und Jetzt. Der Bezug zur Zukunft bleibt offen.

Gestimmt-sein

Frau G. befindet sich in unterschiedlichen Stimmungen. Zu Beginn der Geschichte ist sie eher nachdenklich und ihr Gestimmt-sein kommt im Träumen zum Tragen. Sie ist in Bezug auf eine zukünftige Arbeitsstelle positiv gestimmt und sie ist offen für die mit der Natur verbundenen Sinnes-Erlebnisse. Sie fühlt sich getragen und unterstützt, verbunden mit ihrem Blindenführhund. Der Schlusssatz der Geschichte hebt sich leicht vom Rest des Geschriebenen ab. Frau G. ist darin positiv denkend und gestaltend gestimmt und glaubt daran, ihr Umfeld, ihr In-der-Welt-Sein selbst einrichten zu können.

Mit-sein

Frau G. ist in ihrem Mit-sein auf die *„Menschen“* allgemein und ihr *„Umfeld“* bezogen. Sie erwähnt keine spezifischen Personen, es scheint aber, dass sie durch ihr Mit-sein mit anderen Menschen von diesen getragen und unterstützt wird. Frau G. ist weniger nur auf sich selbst bezogen und möchte andere Menschen an ihrem Weltbezug teilhaben lassen.

Schuldig-sein

Frau G. benutzt keine unpersönliche ‚man’-Form in ihren Formulierungen. Sie scheint einen selbst-bestimmten Weltbezug zu haben, in dem sie aber trotzdem Raum für andere Menschen offen lässt. Frau G. bleibt es sich schuldig, nicht über die *„Welt im Allgemeinen“* und *„die Welt“* in ihr und um sie herum nachzudenken oder negative Gedanken zuzulassen. Sie entscheidet sich für ein aktives Angehen der Geschichte.

Sterblich-sein

In ihrer Geschichte setzt sich Frau G. nur zu Beginn mit ihrem Sterblich-sein auseinander, indem sie sich Gedanken über ihr In-der-Welt-Sein macht. Ansonsten bezieht sie sich in der Geschichte eher auf die Gegenwart, sowohl die Zukunft, wie auch die Vergangenheit bleiben im Verborgenen.

Metaphorische Sprache

In der metaphorischen Sprache fällt einzig eine Satzpassage auf: *„Ich erhalte in den nächsten zwei Monaten eine Nachricht, dass es eine Arbeit für mich gibt, die genau auf mich zugeschnit-*

ten ist“. Das „*zugeschnitten*“-sein, lässt sich dem Metaphernspendebereich der Vorstellungsschemata ‚Teil-Ganzes’ zuordnen. In ihrer Arbeit definiert sich Frau G. wahrscheinlich eher als Teil eines Ganzen. Dieser Sprachgebrauch korreliert mit ihrem Weltbezug, in dem nicht nur sie selbst, sondern auch andere Menschen eine wichtige Rolle spielen.

Zusammenfassende Auslegung

Frau G. gestaltet ihren Weltbezug aktiv und ist offen für andere Menschen. Der neuen Situation im Leben begegnet sie mit Wunschvorstellungen, die ihrem Ideal einer neuen Arbeitsstelle entsprechen würden. Ihre Vorstellungen lässt sie an „*die Oberfläche*“ kommen, verbalisiert sie, lässt sie nicht im Verborgenen. Frau G. ist von ihren Fähigkeiten überzeugt und glaubt daran, ihr Leben selbst gestalten zu können. Von ihrem Umfeld scheint sie in ihrer jetzigen Situation getragen und gestützt zu werden. Der Sense of Coherence von Frau L. korreliert positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Der offene und aktiv angegangene Weltbezug von Frau G. zeigt, dass sie aussergewöhnliche Ereignisse in ihrem Leben einordnen und auch verstehen kann. Die positiv denkende Art der Geschichte zeigt sich beim Kohärenzgefühl insbesondere im erhöhten Mittelwert der Subskala Sinnhaftigkeit. Frau G. scheint das Leben nicht als Last zu empfinden. Ihrer jetzigen Situation kann sie wahrscheinlich einen Sinn zuschreiben und hat ein Gefühl des Vertrauens, dass sich die Dinge in naher Zukunft so entwickeln, wie sie von ihr erwartet werden. Die zwei erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Handhabbarkeit deuten darauf hin, dass die Probandin genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den momentanen Anforderungen zu begegnen. Tendenziell zeigen die Ergebnisse auf, dass für Frau G. momentan keine Gefahr besteht, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

5.6.4. Proband IV „Die Teilnehmer der Führung sind irritiert. Stockdunkle Finsternis.“

Herr P., Alter 47, lic. phil. I, arbeitslos seit Mai 2006, ledig.

Allgemeine Bemerkungen: Herr P. ist zurzeit noch auf Stellensuche, er hat eventuell eine Stelle in einer Privatschule in Aussicht.

Auswertung SOC-Fragebogen

Der Proband erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 148, was einem leicht tieferen Wert gegenüber dem Skalenmittelwert seiner Altersgruppe entspricht. Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass der Proband aussergewöhnliche Ereignisse in seinem Leben grundsätzlich einordnen kann, diese versteht, ihnen einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht. Schaut man die einzelnen Werte der Subskala Versteh-

barkeit an, fällt auf, dass sich fünf von elf Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befinden (vier tiefere, ein höherer Wert). Bei der Subskala Handhabbarkeit befinden sich zwei von zehn Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung (ein höherer, ein tieferer Wert), bei der Subskala Sinnhaftigkeit vier von acht Itemkennwerten (zwei höhere, zwei tiefere). Die vier leicht tieferen Itemkennwerte in der Subskala Verstehbarkeit deuten darauf hin, dass der Proband momentan vorhandene interne und externe Stimuli, in Bezug auf seine Arbeitslosigkeit, nicht immer als geordnet, konsistent und kognitiv sinnhaft wahrnimmt, sondern manchmal auch als ungeordnet, willkürlich, zufällig und unerklärlich.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *Die Führung wird spannend, denke ich. Der Guideist jung und motiviert. Die Gruppe formiert sich, die Höhle ist gut beleuchtet. Die Kolonne setzt sich in Bewegung, treppab. Vorhangähnliche Kalkablagerungen, Blumenkohl, eine madonna mit Kind, ein Dinosaurier, jeder sieht andere Figuren. Stalagmiten und Stalaktiten. Dann, das Licht geht aus. Die Teilnehmer der Führung sind irritiert. Stockdunkle Finsternis. Wo ist der Ausgang, wo das Feuerzeug.*
>
> *Dann ertönt raumfüllende Musik. "Eine kleine Ueberraschung", sagt der Guide. " Im Dunkeln können die Töne besser wahrgenommen werden."*
>
> *Es geht weiter. Eine tolle Fürhung wars.*

Existenzialien

Räumlich-sein

Herr P. ist offen dafür, von einem jungen und motivierten „*Guideist*“, geführt zu werden. Er räumt der „*Gruppe*“, den Teilnehmenden „*der Führung*“ Platz ein. Er ist offen für verschiedene Erscheinungen, die sich in der Höhle zeigen und lässt sich in deren Beschreibung von seiner Wahr-nehmung leiten. Herr P. sieht „*Vorhangähnliche Kalkablagerungen*“, älteres Gestein, dessen äussere Erscheinung sich in Kalkablagerungen zeigt. Ein Vor-hang kann vor etwas gehängt werden, man kann damit etwas verdecken, oder ein Raum kann beim Öffnen eines Vorhanges erhellt werden. Vorhänge gibt es auch auf einer Bühne, auf der etwas (vor-)ge-spielt wird. Herr P. fühlt sich an-gesprochen von einem „*Blumenkohl*“, etwas Essbarem (Nahrung), und von einem „*Dinosaurier*“, einem ausgestorbenen Reptil, das (in der Arbeitswelt?) nicht überlebt hat. Er fühlt sich aber auch an-gesprochen von einer „*Madonna mit Kind*“ und räumt damit einem weiblichen, religiös-heiligen Wesen Platz ein. Madonna bedeutet etymologisch „Herrin“, also Macht und Befehl habend. Die „*Madonna mit Kind*“ verweist aber auch auf die Geburt, den Prozess des Werdens (der Weiter-entwicklung, des Sich-findens). Herr P. räumt auch den Kognitionen Platz ein, indem er die auftretenden Naturphänomene als „*Stalagmiten und Stalaktiten*“ bezeichnet. Und „*dann*“ geht das Licht aus, „*die Teilnehmer der Führung sind irritiert*“. Herr P. ist offen für die Dunkelheit, sucht nach einem „*Aus-gang*“ und wird überrascht. Eine Überraschung ist ein

Ereignis, das plötzlich, anders als erwartet oder unerwartet auf jemanden trifft. Am Schluss der Geschichte räumt Herr P. der Vergangenheit Platz ein.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
	denken		
Verben, die auf die Gruppe und die Situation, nicht aber auf die eigene Person bezogen sind			
sagen		ausgehen beleuchtet sein ertönen irritiert sein sehen spannend sein wahrnehmen	in Bewegung setzen können sein 2x sich formieren weiter gehen

Herr P. leibt in der Geschichte alleine in der Kognition: „*Die Führung wird spannend, denke ich.*“ Alle anderen gebrauchten Verben bezieht er nicht auf sich selbst, sondern auf das Erleben in der Gruppe oder auf eine konkrete Situation. Dabei fällt auf, dass Herr P. vor allem Verben der Wahrnehmung und des aktiven Handelns benützt. Herr P. scheint sein In-der-Welt-Sein momentan eher mit Abstand, von aussen betrachtend wahr-zu-nehmen. Der Text ist wenig ich-bezogen, die „Eigentlichkeit“ von Herrn P. fehlt.

Zeitlich-sein

Im ersten Satz des Textes vollzieht Herr P. einen Wechsel von der Zukunft in die Gegenwart: „*Die Führung wird spannend, denke ich*.“ Danach bleibt die Geschichte in der Gegenwart, bis zum Ende, wo ein kurzer Wechsel in die Vergangenheit stattfindet: „*Eine tolle Führung wars*.“. Das Zeitlich-sein von Herrn P. zeigt sich also insbesondere in der Gegenwart. Durch den ersten Satz wird aber auch ersichtlich, dass er sich Gedanken über die Zukunft macht und dabei noch leicht unsicher ist, ob diese spannend sein wird oder nicht. Die beiden letzten Sätze könnten ein Indiz dafür sein, dass Herr P bereit ist, weiter-zu-gehen und die Vergangenheit hinter sich zu lassen.

Gestimmt-sein

Herr P. befindet sich in unterschiedlichen Stimmungen. Er ist gespannt und denkt über seine Situation nach. Sein Gestimmt-sein zeichnet sich durch beobachten, durch wahr-nehmen aus. Als das Licht ausgeht sind die Teilnehmer (und er?) „*irritiert*“, verunsichert, obschon es in einer Höhle gut möglich ist, dass man plötzlich im Dunkeln steht. Es herrscht „*stockdunkle Finsternis*“, er ist auf der Suche nach dem „*Aus-gang*“, einer Möglichkeit, die aktuelle Situation zu verlassen und nach einem „*Feuerzeug*“, einem Gegenstand, der Licht in die momentane Lage bringen könnte. Trotz der Irritiertheit wird der Frage nach dem „*Feuerzeug*“ und dem „*Aus-gang*“

nicht mit einem Fragezeichen Ausdruck verliehen. Herr P. scheint keine Angst zu verspüren. Das Gestimmt-sein ändert sich durch eine „*kleine Überraschung*“. Durch die Dunkelheit steigt die „*Wahrnehmung*“ (für die eigene Person, für die momentane Situation?). Die Gestimmtheit zum Schluss schwelgt in der tollen Vergangenheit.

Mit-sein

Das Mit-sein von Herrn P. wird während der ganzen Geschichte beeinflusst von einem jungen und motivierten „*Guideist*“. Ein Guide ist jemand, der einem auf einem bestimmten Weg begleitet, führt. Herr P. ist nicht auf sich selbst bezogen, sondern offen für das Mit-sein in einer Gruppe. Er ist “Teil-nehmer“ einer Führung. Herr P. erwähnt bei den Figuren eine „*Madonna mit Kind*“. Herr P. bezieht sich hier möglicherweise auf sein Mit-sein mit einer weiblichen Person.

Schuldig-sein

Herr P. bleibt es sich schuldig, nicht zu denken, die „*Töne*“ nicht nur im Dunkeln, sondern auch im Licht wahrzunehmen. Er benutzt wenige, auf sich selbst bezogene Verben, bleibt es sich schuldig, ganz auf sich selbst bezogen zu sein. Er wird in der Geschichte von einem Guide geführt, bleibt es sich schuldig, selbst aktiv zu werden.

Sterblich-sein

Herr P. setzt sich mit dem Sterblich-sein auseinander. In der Höhle nimmt er unterschiedliche Formen war. Herr P. ist offen für „*eine Madonna mit Kind*“, die auf den Prozess der Geburt, des Werdens ver-weist und einen „*Dinosaurier*“, ein ausgestorbenes Reptil. Als das Licht in der Höhle ausgeht, sind die Teil-nehmer irritiert. Herr P. fragt sich, wo „*der Aus-gang*“ in der stockdunklen „*Finsternis*“ ist, setzt am Satzende allerdings kein Fragezeichnen, scheint keine Angst zu haben.

Metaphorische Sprache

Drei Metaphern aus dem Metaphernspendebereich ‚Kampf / Krieg’ und ‚oben-unten’ fallen in der Geschichte auf: *„Die Gruppe **formiert** sich, die Höhle ist gut beleuchtet. Die **Kolonne** setzt sich in Bewegung, **treppab**.“* Als Formation oder Kolonne ist man besser geschützt im Kampf, man ist nicht alleine, kann sich auch auf andere Personen in der Gruppe verlassen, kann seine Angst kontrollieren, sich oder seine Gefühle verstecken. In unserem Kulturraum wird in der Regel oben mit besser, unten mit schlechter gleichgesetzt. In der Geschichte setzt sich die Kolonne nach unten in Bewegung.

Zusammenfassende Auslegung

Das In-der-Welt-Sein von Herr P. ist bestimmt vom Denken. Möglicherweise versucht er seine Situation eher kognitiv zu verarbeiten und über-spielt dabei seine Gefühle. Er betrachtet die Si-

tuation eher von aussen, beschäftigt sich aber trotzdem intensiv damit. Zu Beginn der Geschichte ist die Lage hell und gut beleuchtet. Herr P. ist offen dafür, geführt zu werden, den Weg gezeigt zu bekommen. Als er sich in der „*Kolonne*“ in Bewegung setzt, geht es „*treppab*“, nicht vorwärts. In der Höhle sieht jeder „*andere Figuren*“. Es scheint, als müsste Herr P. von seiner Wahrnehmung Distanz nehmen, sich rechtfertigen. Herr P. öffnet sich dabei als erstes einer Figur, mit der man etwas verdecken kann („*Vorhangähnliche Kalkablagerungen*“), vielleicht die Tatsache, arbeitslos zu sein? Auf einer Bühne, beim Spielen eines Theaters geht der Vor-hang auf und zu. Auf der Bühne, im Scheinwerferlicht, wird gespielt, hinter dem Vor-hang ist man in Sicherheit vor den Blicken der Zuschauer. Vielleicht versucht Herr P. seine Gefühle zu ver-decken, in der Öffentlichkeit zu über-spielen? Dann geht das Licht aus, „*die Teilnehmer der Führung sind irritiert*“. In einer Höhle ist es ohne Licht dunkel. Die Irritiertheit, die ausgedrückte Stimmung von Herrn P. wirkt, als würde sie nicht zu der Situation passen. Er fragt sich, wo der „*Aus-gang*“ oder die Erleuchtung in dieser Situation sein könnte, zeigt dabei aber kein Gefühl der Angst. Durch die für kurze Zeit herrschende Dunkelheit, steigt seine Wahrnehmung für die eigene Person, für seine momentane Situation. Herr P. ist im Dunkeln auf sich selbst zurück-geworfen, in der Dunkelheit zeigt sich ihm die Wirklichkeit. Er denkt in der Geschichte an die Zukunft, leibt in der Gegenwart und beschäftigt sich zum Schluss mit der Vergangenheit. Ob der Schritt in die Zukunft aktiv angegangen wird bleibt offen: „*es geht weiter*“ bezieht sich auf eine unpersönliche ‚Es’-Form, nicht auf Herrn P. selbst. Der Weltbezug von Herrn P. ist während der ganzen Geschichte nicht auf sich selbst bezogen, sondern eher bestimmt durch andere, durch ein Ge-führt oder sogar Be-herrscht werden. Seine „Eigentlichkeit“ wird nicht erhellt. Er bleibt es sich schuldig, sich nur auf sich selbst zu beziehen, die Geschichte aktiv anzugehen, seine wahren Gefühle zum Vorschein kommen zu lassen. Der Sense of Coherence von Herrn P. korreliert grundsätzlich positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Der gegenüber seiner Altersgruppe leicht tiefere Skalenmittelwert von 148 könnte bedeuten, dass Herr P. durch die bereits länger andauernde Arbeitslosigkeit die Situation nicht immer vollständig in seinem Leben einordnen kann oder versteht und den Sinn manchmal hinterfragt. Im Höhlenaufsatz betrachtet Herr P. seine Situation eher von aussen, ist wenig auf sich selbst bezogen, lässt sich führen, überspielt seine Gefühle. Die vier negativ abweichenden Itemkennwerte in der Subskala Verstehbarkeit korrelieren mit diesem Vorgehen positiv. Herr P. nimmt wahrscheinlich momentan vorhandene interne und externe Stimuli nicht immer als geordnet und konsistent wahr, sondern manchmal auch als ungeordnet, willkürlich, zufällig und unerklärlich. Dadurch sucht er eventuell Hilfe oder Anregungen von aussen, möchte eigentlich ge-führt werden, zeigt dabei aber seine (wahren) Gefühle nicht, da er von seiner Situation irritiert ist, diese nicht versteht. Eine mögliche Gefahr könnte darin bestehen, den eigenen Gefühlen gegen aussen keinen

Platz einzuräumen, der Arbeitslosigkeit macht-los gegenüber zu stehen, zu blockieren und passiv zu werden. Vielleicht auch zu denken, zu alt, ein „*Dinosaurier*“, zu sein und deshalb keine Arbeit mehr zu finden. Die Ergebnisse zeigen jedoch auch auf, dass trotz der Langzeitarbeitslosigkeit zurzeit eine geringe bis keine Gefahr besteht, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

5.6.5. Proband V „Aus dem Innern drang das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins zu mir…“

Herr Pf., Alter 47, Betriebsökonom HWV, arbeitslos seit September 2007, ledig.
Allgemeine Bemerkungen: Herr Pf. steht kurz vor der Aussteuerung, da er vor der Arbeitslosigkeit für ein Jahr im Ausland an einer Schule war und Anspruch auf max. ein Jahr ALV-Unterstützung hat. Zurzeit experimentiert er an einem Projekt, um eventuell den Schritt in die Selbständigkeit zu wagen und hat vorgesehen, einen Sprachaufenthalt in Spanien einzuschalten.

Auswertung SOC-Fragebogen

Der Proband erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 145, was einem leicht tieferen Wert gegenüber dem Skalenmittelwert seiner Altersgruppe entspricht. Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass der Proband aussergewöhnliche Ereignisse in seinem Leben einordnen kann und diese versteht, ihnen einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht. Schaut man die einzelnen Werte der Subskala Verstehbarkeit an, fällt auf, dass sich einer von elf Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befindet (tieferer Wert). Bei der Subskala Handhabbarkeit befinden sich vier von zehn Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung (alle vier Werte tiefer). Die vier leicht tieferen Itemkennwerte in der Subskala Handhabbarkeit deuten darauf hin, dass der Proband eventuell nicht immer genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen, welche die Arbeitslosigkeit mit sich bringt, zu begegnen.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *und wusste angesichts der fortgeschrittenen Zeit nicht, ob ich weiter gehen sollte oder nicht. Aus dem Innern drang das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins zu mir, aber es war stockdunkel und ich hatte nur eine Stirnlampe zur Verfügung. Daher entschied ich mich umzukehren und den Heimweg unter die Füsse zu nehmen. Höhlen mögen zwar interessant sein, aber das Leben unter der Sonne behagt mir eindeutig besser. Je länger ich mich an der frischen Luft bewegte, umso episodischer kam mir der Höhlenbesuch vor. Ich freute mich bereits auf das Wiedersehen mit dem Rest der Gruppe, ein währschaftes Nachtessen und den anschliessenden obligatorischen Jass. Beim Spielen entdeckt man Eigenschaften bei Kollegen , die einem sonst verborgen bleiben. Ansonsten ruhige Menschen drehen plötzlich auf, andere bekunden Mühe, eins und eins zusammenzuzählen. Leider musste Julia aufgrund der Krankheit ihres Sohnes Mark früher nach Hause, sodass nur noch die stille Claudia uns drei Männern im Schnee Paroli bieten konnte. Wir verabredeten uns für den morgigen Tag auf eine tolle Tour und begaben uns früh zu Bett.*

Existenzialien

Räumlich-sein

Herr Pf. ist offen für die Natur, für „*das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins*“, einem kleinen Wasserlauf mit geringer Tiefe. Er entscheidet sich jedoch gegen das „*Stock*“-dunkle, weil er nur „*eine Stirnlampe*“, wenig Licht zur Verfügung hat und räumt dem „*Heim-weg*“ Platz ein. Er ist offen für „*das Leben unter der Sonne*“, das An-der-„*frischen Luft*“-Sein, nicht aber für den „*Höhlenbesuch*“. Er freut sich auf ein „*Wiedersehen*“ mit der Gruppe, mit den Kollegen, denen er in der Geschichte viel Platz einräumt. Gemeinsam mit ihnen nimmt er ein „*währschaftes Nachtessen*“ ein und spielt ein Spiel („*obligatorischen Jass*“). Herr Pf. ist offen für das Entdecken von verborgenen „*Eigenschaften*“ bei Kollegen (oder bei sich selbst?) und für die „*Krankheit*“ von „*Mark*“, die Schwäche einer anderen Person, bedauert aber, dass Julia deshalb „*früher nach Hause*“ muss. Zum Schluss der Geschichte ist er offen für den „*morgigen Tag*“, für „*eine tolle Tour*“ und geht „*früh zu Bett*“.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
	wissen	besser behagen freuen zu mir dringen zur Verfügung haben	aufdrehen begeben bewegen bleiben entdecken entscheiden gehen nehmen sich verabreden umkehren vorkommen

Herr Pf. leibt verschiedene Verhaltensweisen. Auf der Seite der Wahrnehmung „*drang das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins*“ zu ihm, „*das Leben unter der Sonne behagt*“ ihm besser, er „*freut*“ sich auf ein „*Wiedersehen mit dem Rest der Gruppe*“. Herr Pf. ist aber grundsätzlich stark auf Handlungen ausgerichtet. Er „*entschied*“ sich umzukehren, er nimmt „*den Heimweg unter die Füsse*“, bewegt sich an der „*frischen Luft*“. Die von ihm gebrauchten Verben des Handelns zeichnen sich insbesondere durch aktives Vorgehen aus. Herr Pf. scheint eine aktive Person zu sein.

Zeitlich-sein

Der geschriebene Text von Herrn Pf. wechselt von der Vergangenheit in die Gegenwart und geht zum Schluss wieder in die Vergangenheit über. Im Hier und Jetzt behagt ihm „*das Leben unter der Sonne eindeutig besser*“ als die stockdunkle Höhle. Er ist offen dafür, „*Eigenschaften bei Kollegen*“ (an sich selbst?) zu entdecken, die „*sonst verborgen bleiben*“. In der Vergangenheit ist

die Zeit „*fortgeschritten*“, deshalb entschied sich Herr Pf. dafür, „*umzukehren und den Heimweg unter die Füsse zu nehmen*“. Je „*länger*“ sich Herr Pf. „an *der frischen Luft*“ bewegte, umso „*episodischer*“, unwirklicher kam ihm „*der Höhlenbesuch*“ vor. Der Bezug zur Zukunft bleibt offen.

Gestimmt-sein

Das Gestimmt-sein von Herrn Pf. ändert sich im Laufe der Geschichte. Zu Beginn ist er unsicher, weiss nicht, ob er „*angesichts der fortgeschrittenen Zeit*“ weiter gehen soll. Das „*Rauschen eines Bächleins*“ drang zwar „*verheissungsvoll*“ zu ihm, es war aber „*stockdunkel*“ und er hatte nur eine „*Stirnlampe*“, eine kleine Lichtquelle bei sich, also entschied er sich „*um-zu-kehren*“. Die Sonne „*behagte*“ ihm mehr, er „*freute*“ sich auf den „*Rest der Gruppe*“. Beim Spielen mit Kollegen „*ent-deckt*“ er verborgene Eigenschaften, die er sonst nicht erkennt. Als Julia „*früher nach Hause*“ muss, ist er ent-täuscht („*leider*“). Am Schluss der Geschichte scheint Herr Pf. gespannt auf den nächsten Tag zu warten, an dem er sich mit anderen auf eine „*tolle Tour*“ begab.

Mit-sein

Zu Beginn der Geschichte ist Herr Pf. alleine, auf sich selbst bezogen. Dies ändert sich kurz darauf, er freut sich auf den „*Rest der Gruppe*“, seine „*Kollegen*“, mit denen er zu Nacht isst und einen „*obligatorischen Jass*“ klopft. Bei seinen „*Kollegen*“ entdeckt er beim Spielen verborgene Eigenschaften, er erwähnt „*ruhige Menschen*“, die plötzlich aufdrehen. Bis dahin bleiben die „*Kollegen*“ unpersönlich. Zum Schluss der Geschichte erwähnt er „*Julia*“ und deren kranken Sohn „*Mark*“. Er findet es schade, dass Julia früher nach Hause muss. In der Spielrunde bleiben noch die „*stille Claudia*“, die den „*drei Männern im Schnee Paroli bieten konnte*“. „*Paroli bieten*“ verweist darauf, mit doppeltem Einsatz zu spielen. Herr Pf. scheint die An-wesenheit von Frauen zu schätzen, die in der Spielrunde hohen Einsatz bringen.

Schuldig-sein

In der Geschichte bleibt es sich Herr Pf. schuldig, weiter-zu-gehen und die Höhle zu erkunden. Er freut sich auf ein „*Wieder-sehen*“ mit der Gruppe und bleibt es sich schuldig, allein zu sein. „*Beim Spielen entdeckt man Eigenschaften bei Kollegen, die einem sonst verborgen bleiben*“ – hier benutzt Herr Pf. die unpersönliche ‚man’-Form. Vielleicht bleibt er es sich schuldig auch an sich verborgene Eigenschaften zu entdecken, betrachtet sich selbst eher mit Abstand. Am Schluss bleibt Herr Pf. es sich schuldig, als selbstbestimmte Person zu handeln. Er spricht nicht von sich, sondern von „*wir*“, er ging nicht alleine auf „*eine tolle Tour*“, sondern in der Gruppe. Sein Weltbezug scheint eher fremdbestimmt zu sein.

Sterblich-sein

Herr Pf. setzt sich mit dem Sterblich-sein auseinander. „*Das Leben unter der Sonne behagt*“ ihm besser, als das Leben im „*Stockdunkeln*“. Er erwähnt die „*Krankheit*“ von Mark, dem Sohn von Julia, dessentwegen sie „*leider*“ früher nach Hause muss.

Metaphorische Sprache

Herr Pf. benutzt einmal eine Metapher aus dem Spendebereich ‚Weg’: „*Daher entschied ich mich umzukehren und den Heimweg unter die Füsse zu nehmen*“. Handlungen sind in der Regel zielgerichtet, was nahe-legt, Handlungsformen unter verschiedenen Aspekten wie der Wahl eines bestimmten Weges mit dem Weg-Schema zu konzeptualisieren. Die Metapher „*Paroli bieten*“ kommt aus dem Metaphernspendebereich ‚Spiel / Sport’. Beim Spiel geht es darum, wirksam Widerstand zu leisten, sich den Gegnern gleich stark entgegen zu setzen, um schliesslich zu gewinnen.

Zusammenfassende Auslegung

Im Weltbezug von Herr Pf. ist momentan eine gewisse Unsicherheit spürbar, den Schritt für etwas Neues zu wagen. Sein In-der-Welt-Sein ist eher fremdbestimmt. „*Das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins*“ dringt zwar zu ihm, weckt Erwartungen oder Hoffnung, aber die Situation ist ihm zu dunkel, er hat zu wenig Licht (zu wenig Ressourcen?) um den unbekannten Weg zu gehen. Es ist zwar nur ein „*Bächlein*“, ein kleiner Wasserlauf mit geringer Tiefe, aber vielleicht immer noch zu tief um Kraft zu rauben. Herr Pf. entscheidet sich, den „*Heim-weg unter die Füsse zu nehmen*“, „*um-zu-kehren*“ und in die gewohnte Umgebung zurück-zu-kehren. Der Höhlenbesuch kommt ihm episodisch vor, „*das Leben unter der Sonne*“ (zu arbeiten?) behagt ihm besser. Herr Pf. freut sich auf seine „*Kollegen*“, auf einen „*Jass*“, auf ein Spiel. Ein Spiel ist etwas nicht ernst Gemeintes, etwas, wo mal die eine, mal die andere Person gewinnt oder verliert. Während des Spiels „*entdeckt*“ er „*Eigenschaften bei Kollegen, die einem sonst verborgen bleiben*“. Julia musste „leider“ früher nach Hause gehen. Dadurch kann „*nur noch die stille Claudia*“ den Männern „*Paroli*“ bieten. Herr Pf. scheint die Anwesenheit von Frauen zu schätzen, die sich den Männern gleich stark entgegen-setzen, ein Spiel auch gewinnen können und einen hohen Einsatz bringen. Am Schluss der Geschichte begab sich Herr Pf. auf eine „tolle Tour“ und ruhte sich dafür vorher aus. Die Zukunft bleibt momentan offen. Der Sense of Coherence von Herrn Pf. korreliert grundsätzlich positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Der gegenüber seiner Altersgruppe leicht tiefere Skalenmittelwert von 145 könnte bedeuten, dass Herr Pf., seine Arbeitslosigkeit zwar in seinem Leben einordnen kann und versteht, ihr auch einen Sinn zuschreiben kann und sie als Herausforderungen ansieht, diese Herausforderung allerdings momentan noch eher zögerlich anpackt. Möglicherweise weiss Herr Pf.

noch nicht recht, ob er trotz *„der fortgeschrittenen Zeit“* weitergehen *„sollte oder nicht“*. Die vier leicht tieferen Itemkennwerte in der Subskala Handhabbarkeit deuten eventuell darauf hin, dass der Proband momentan nicht immer genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat – *„ich hatte nur eine Stirnlampe zur Verfügung“* – um den Anforderungen, die die Arbeitslosigkeit mit sich bringt, zu begegnen. Tendenziell zeigen die Ergebnisse jedoch auf, dass momentan trotz der drohenden Aussteuerung eine geringe bis keine Gefahr besteht, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

5.6.6. Probandin VI „Ich konnte stehen und spürte loses Geröll unter meinen Füssen.“

Frau L., Alter 44, Diplom-Ökonomin, arbeitslos seit September 2007, verheiratet.
Allgemeine Bemerkungen: Frau L. schied aus der Arbeitswelt infolge akuter Burnout-Symptome aus.

Auswertung SOC-Fragebogen

Die Probandin erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 155, was einem leicht erhöhten Wert gegenüber dem Skalenmittelwert ihrer Altersgruppe entspricht. Schaut man die einzelnen Werte der Subskala Handhabbarkeit an, fällt auf, dass sich vier von zehn Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befinden (drei höhere, ein tieferer Wert). Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass die Probandin aussergewöhnliche Ereignisse in ihrem Leben einordnen kann und diese versteht, ihnen einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht. Die leicht erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Handhabbarkeit deuten darauf hin, dass die Probandin genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen, die von den Stimuli, mit denen sie konfrontiert wird, ausgehen.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *Draussen schien die Sonne, der Himmel war tiefblau und nur einige kleine, weisse Wolken zogen langsam dahin. Es war angenehm warm und die Vögel sangen. Gerade war ich noch über eine saftig grüne Bergwiese gelaufen und hatte die vielen bunten Blumen bewundert. Eigentlich hatte ich mich auf die Wiese legen und den Wolken zusehen wollen, da entdeckte ich plötzlich diesen Höhleneingang. Mit einer Mischung aus Angst und Neugier ging ich ein paar Schritte hinein. Sofort spürte ich die feuchte Kühle, die mich hier umfing. Die Vogelstimmen drangen nur noch gedämpft an mein Ohr. Es schauderte mich, doch gleichzeitig zog es mich magisch weiter in die Höhle. Ich beschloss soweit in die Höhle hineinzugehen, als es mir das von aussen einfallende Tageslicht erlaubte. Langsam schritt ich voran. Ich konnte stehen und spürte loses Geröll unter meinen Füssen. Es wurde immer stiller und dunkler und die Decke hing jetzt tiefer, sodass ich aufpassen musste, um nicht mit dem Kopf anzustossen. Ich spürte wie mein Herz schneller schlug und mein Atem flacher ging. Ich hielt einen Moment inne. Mein Verstand mahnte zur Umkehr, aber da war dieses Gefühl, dass mich unaufhaltsam weiterzog. Die Decke wurde noch niedriger und der Weg mühsamer, aber plötzlich - zuerst hielt ich es für eine Täuschung - plötzlich drang schwaches Licht zu mir. Je weiter ich vordrang, desto deutlicher wurde es. Es war eine Art Licht, wie ich sie noch nie zuvor gesehen hatte und die ich nur schwer beschreiben kann. Es war hell schimmernd mit zarten wechselnden Farben durchsetzt und schien zu unhörbarer Musik zu tanzen. Mir wurde ganz leicht ums Herz. Das musste*

ich sehen, und wenn es das letzte wäre, das ich in meinem Leben sehen würde. Nun füllte das Licht schon den ganzen Gang und als ich um die nächste Kurve bog, tat sich vor mir eine riesige, domähnliche Höhle auf. Ich war geblendet und meine Augen brauchten einige Zeit, bis sie sich an die Helligkeit gewöhnt hatten. Mein Blick schweifte durch den riesigen Raum und dann schien mein Herz stillzustehen. Ich wusste nicht mehr, ob ich wach war oder träumte. Weit hinten in der Höhle lag er. Trotz der Entfernung konnte ich ihn deutlich erkennen. Es gab keinen Zweifel, er war es. Ich hatte ihn in dem abgegriffenen ledergebundenen Büchlein mit den Reiseaufzeichnungen meines Urgrossvaters gesehen und niemals wieder vergessen können . . .

Existenzialien

Räumlich-sein

Frau L. räumt unterschiedlichen Themen Platz ein und ist offen dafür. Sie befindet sich „*draussen*“ und ist offen für die Natur. Sie fühlt sich von den mit der Natur verbundenen Sinnes-Erlebnissen und sinn-lichen Phänomenen an-gesprochen und beschreibt diese auch besonders betonend: „*der Himmel war tiefblau*“, „*saftig grüne Bergwiese*“, „*einige kleine, weisse Wolken*“, „*viele bunte Blumen*“. Sie räumt dem angezogen-sein Platz ein – „*gleichzeitig zog es mich magisch weiter*“ – kann sich dieses angezogen-sein aber nicht genau erklären, es ist „*magisch*“. In der Höhle spürte sie „*loses Geröll*“ unter ihren Füssen, ist damit offen für einen Weg auf wackeligem Boden, mit der Gefahr, den Halt zu verlieren. Frau L. erwähnt in ihrer Geschichte immer wieder das Thema Licht. Sie geht so weit in die Höhle hinein, wie es ihr „*das einfallende Tageslicht erlaubt*“. „*Plötzlich drang schwaches Licht*“ zu ihr, eine von ihr zuvor noch nie gesehene „*Art*“ von Licht. Das Licht „*war hell schimmernd, mit zarten wechselnden Farben durchsetzt*“, das „*Licht füllte schon den ganzen Gang*“. In diesem Licht räumt sie dem Thema Religiosität Platz ein. Vor ihr tat sich „*eine riesige, domähnliche Höhle auf*“. Sie war „*geblendet*“ und brauchte einige Zeit um sich an die „*Helligkeit*“ zu gewöhnen. Dieses Licht hielt Frau L. zuerst für eine „*Täuschung*“. Eine Täuschung ist etwas, das einen falschen Eindruck erweckt, eine Irreführung. In der Höhle „*wurde die Decke noch niedriger*“ und der „*Weg mühsamer*“. Dieser Weg ist mit Anstrengung verbunden und zeigt eine gewisse Be-grenzung (*niedrige Decke*) auf. Am Ende der Geschichte ist Frau L. offen für die „*Reiseaufzeichungen*“ ihres „*Urgrossvaters*“. Eine Reise bedeutet ein Auf-bruch oder ein Unterwegs-Sein. Mit einer Reise oder einem Auf-bruch hat man meist einen andersartigen Boden unter den Füssen. Es ist ein Sich-ein-lassen auf Neues und noch nicht Erprobtes, auf etwas Unbekanntes, Gewagtes – ein Abenteuer. Mit Aufzeichnungen hält man etwas fest, um die erlebte Situation später anderen oder sich selbst wieder vor Augen zu führen.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
	nicht wissen sich für etwas halten vergessen	bewundern erkennen geblendet sein gewöhnen leicht werden mich mahnen mich umfangen mich weiterziehen mir erlauben sehen 5x sich schaudern spüren 3x träumen wach sein	abbiegen anstossen aufpassen beschliessen beschreiben brauchen eindringen 2x entdecken gehen 2x hineingehen 2x hinlegen inne halten können müssen 2x schlagen schweifen sein 2x stehen 2x voranschreiten vordringen weiterziehen

Frau L. leibt verschiedene Verhaltensweisen. Sie „*sagt*“ und „*spürt*“ viel, ist aber grundsätzlich stark auf Handlungen ausgerichtet. Es „*zog sie magisch weiter*“, sie „*beschloss in die Höhle hineinzugehen*“, sie „*konnte stehen*“. Die Verben des Handelns zeichnen sich insbesondere durch aktives Vorgehen aus, nur wenige der Verben sind passiv. Frau L. scheint eine aktive Person zu sein, die trotz ihres Verstandes, der sie „*zur Umkehr mahnt*“, weiter „*vordrang*“. Trotz akademischer Ausbildung leibt Frau L. weniger in Kognitionen. Lieber verlässt sie sich auf ihre Wahrnehmung, auf das, was sie „*spürt*“, „*sieht*“ oder „*bewundert*“.

Zeitlich-sein

Der Text ist ausser einer Passage von Anfang bis Ende in der Vergangenheit geschrieben. „*Es war eine Art Licht, wie ich sie noch nie zuvor gesehen hatte und die ich nur schwer beschreiben kann*“. Das Offen-sein für das Thema Licht reicht bis ins Jetzt hinein. Licht ist nicht einfach Vergangenheit, sondern ein Thema, das in der Gegenwart aktuell ist. Das Zeitlich-sein zeigt sich auch in der Höhle. Dort hielt sie „*einen Moment inne*“, nimmt sich Zeit, um schliesslich nicht von ihrem Verstand, sondern von ihrem Gefühl „*unaufhaltsam weitergezogen*“ zu werden. Dabei sieht Frau L. etwas Neues, wie sie es „*noch nie zuvor gesehen hatte*“. Das Ende der Geschichte ist offen gehalten und somit auch der Bezug mit der Gegenwart und der Zukunft.

Gestimmt-sein

Frau L. befindet sich in der Geschichte in verschiedenen Stimmungslagen. Zu Beginn der Geschichte „*bewundert*“ sie die Umgebung. Eigentlich möchte sie sich einfach hinlegen und ein wenig „*beobachten*“. Plötzlich entdeckt sie mit dem Höhleneingang etwas, das sie ängstlich und

neugierig zugleich macht. Die Umwelt nimmt sie nur noch „*gedämpft*“ wahr. Obwohl es sie „*schaudert*“, fühlt sie sich „*magisch*“ von der Höhle angezogen. Beim Weitergehen zweifelt sie, ob es richtig ist: „*Mein Verstand mahnte zur Umkehr, aber da war dieses Gefühl, das mich unaufhaltsam weiterzog*“. Dieses Gefühl des Gezogen-werdens durchdringt Frau L. immer wieder. Verstand kommt von ver-stehen, das Gefühl, das Frau L. weiter-zieht, ver-steht sie nicht, lässt sich aber davon mit-ziehen. Unklar bleibt die Gestimmtheit von Frau L. am Schluss der Geschichte. Als sie ein „*hell schimmerndes*“ Licht sieht, wird ihr ganz „*leicht ums Herz*“. Von dem neuen Anblick war sie „*geblendet*“ und musste sich zuerst daran „*gewöhnen*“. Sie kann „*ihn*“ dann deutlich erkennen, „*ihn*“, den sie niemals hatte vergessen können. Ob dies nun aber ein schönes oder schlimmes wie-gestimmtes Erlebnis war, bleibt offen. Frau L. weiss nicht genau, ob sie „*wach*“ war oder „*träumte*“, die „*Zweifel*“ waren allerdings verflogen.

Mit-sein

Fau L. ist in der Geschichte bis am Schluss auf sich selbst bezogen. Sie ist jedoch offen für ihren „*Urgrossvater*“ und eine unbekannte Person, die „*weit hinten in der Höhle lag*“.

Schuldig-sein

Frau L. benutzt keine unpersönliche ‚man’-Form in ihren Formulierungen. Sie scheint einen selbst-bestimmten Weltbezug zu haben. Frau L. bleibt es sich schuldig, sich hinzulegen, wie sie es eigentlich (uneigentlich aber nicht) vorhatte: „*Eigentlich hatte ich mich auf die Wiese legen und den Wolken zusehen wollen*.“ Ihr „*Verstand mahnte zur Umkehr, aber da war dieses Gefühl, das*“ sie „*unaufhaltsam weiterzog*“. Frau L. bleibt es sich schuldig, auf ihren Verstand zu hören. Sie entscheidet sich für ein aktives Angehen der Geschichte.

Sterblich-sein

Frau L. setzt sich intensiv mit dem Sterblich-sein auseinander. „Das *musste ich sehen und wenn es das letzte wäre, das ich in meinem Leben sehen würde.*“ Sie begegnet dem Sterblich-sein ohne Angst. In dem blendenden Licht er-kennt sie „*ihn*“, den sie in den „*Reiseaufzeichnungen*“ ihres „*Urgrossvaters*“ gesehen und „*niemals wieder*“ hatte vergessen können. Hier wird etwas Ur-altes plötzlich vergegenwärtigt. Es erscheint leb-haftig vor ihren Augen, was Generationen früher existiert hat.

Metaphorische Sprache

Frau L. benutzt fast keine Metaphern, allerdings fällt auf, dass sie viele Begriffe des Körpers benutzt, diese aber in einen konkreten, körperlichen Zusammenhang setzt. Sie „*spürte*“ die „*feuchte Kühle*“, die sie „*umfing*“. „*Vogelstimmen drangen*“ nur noch „*gedämpft*“ an ihr „*Ohr*“, es „*schauderte*“ sie, sie „*spürte loses Geröll unter ihren Füssen*“, sie musste aufpassen, nicht den „*Kopf anzustossen*“, sie „*spürte*“ wie „*ihr Herz schneller schlug*“, der „*Atem flacher*“ ging,

der *„Verstand mahnte zur Umkehr“*, ihr *„wurde ganz leicht ums Herz“*, sie war *„geblendet“* und ihre *„Augen brauchten einige Zeit“* um sich an die *„Helligkeit“* zu gewöhnen, ihr *„Blick schweifte durch den riesigen Raum“*, ihr *„Herz“* schien stillzustehen.

Zusammenfassende Auslegung

Frau L. gestaltet ihren Weltbezug aktiv und ist offen für Veränderungen. Der neuen Situation im Leben begegnet sie anfänglich mit Beklemmung und Bedrückung, trotzdem hat sie das Verlangen oder den Wunsch, den neuen Weg einzuschlagen. Die neue Situation nimmt sie zuerst gedämpft wahr und empfindet diese als Begrenzung. Sie hat zu Beginn keinen festen Boden unter den Füssen, sondern loses, angeschwemmtes Gestein. Sie begeht diesen Weg trotz der Gefahr, den Boden unter den Füssen zu verlieren. Eine gewisse Unruhe macht sich breit. Der Verstand möchte, dass sie zurückgeht, sie aber hört auf ihr Gefühl und geht weiter, lässt sich auf das Neue, Unbekannte ein, lässt sich mitziehen. In diesem Zusammenhang könnten die drei leicht erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Handhabbarkeit des Sense of Coherence bedeuten, dass Frau L. zwar viele Ressourcen hat und aktiv ist, aber sich vielleicht auch zu schnell an-sprechen lässt von der Um-welt. Damit begibt sie sich eventuell auf wackligen Boden, anstatt verstehen zu lernen, was sie veranlasst, sich hinein-ziehen zu lassen, nicht „stehen“ oder „liegen“ zu bleiben und sich somit eine Aus-zeit zu gönnen. Die neue Situation empfindet sie zuerst als irreführend. Der Weg ist mit Anstrengung verbunden, die neue Situation befreit aber auch, sie ist ein Aufbruch. Frau L. hält teilweise noch an Altem fest und lässt offen, wie es weitergeht, wie es um ihr Gestimmt-sein steht. Das Ende der Geschichte zeigt eine gewisse Verbundenheit mit dem Vergangenen auf, das noch Generationen später von grosser Bedeutung für andere sein könnte. Der Weltbezug von Frau L. ist in der Geschichte eher auf sie selbst bezogen. Ihr Mit-sein, eventuell auch Vertrauen, beschränkt sie momentan auf wenige Personen. Frau L. beschäftigt sich insbesondere mit ihrem Körper, weniger mit ihrer Situation als arbeitsloser Person. Das Burnout könnte ihr vor Augen gehalten haben, auf den eigenen Körper zu hören und die physischen und psychischen Signale frühzeitig zu erkennen und aktiv anzugehen. Der Sense of Coherence von Frau L. korreliert grundsätzlich positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Der offene und veränderungsbereite Weltbezug von Frau L. zeigt, dass sie aussergewöhnliche Ereignisse in ihrem Leben einordnen und auch verstehen kann. Neue Situationen betrachtet Frau L. wahrscheinlich als Herausforderungen. In ihrem Schuldig-sein zeigt Frau L. einen selbstbestimmten Weltbezug, dies lässt darauf schliessen, dass sie, wie im Sense of Coherence ermittelt, genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat um kritische Lebensereignisse anzugehen. Der Höhlenaufsatz zeigt allerdings auf, dass Frau L. sich tendenziell eher zu stark hinein-ziehen lässt (im Berufsleben?) und somit auch mit ihren Ressourcen an Grenzen

stossen kann oder vielleicht zu viel aufs Mal anpacken möchte. Die Ergebnisse zeigen jedoch auf, dass eine geringe oder keine Gefahr besteht, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

5.6.7. Probandin VII „Der Ausblick ist einfach fantastisch."

Frau H., Alter 37, dipl. Betriebsökonomin, arbeitslos von Dezember 2007 bis März 2008, ledig. *Allgemeine Bemerkungen*: Frau H. war nach einem längeren Auslandsaufenthalt für vier Monate arbeitslos. Sie fand kurz nach Ausfüllen des Fragebogens und nach dem Schreiben des Aufsatzes wieder eine Arbeitsstelle.

Auswertung SOC-Fragebogen

Die Probandin erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 171, was einem stark erhöhten Wert gegenüber dem Skalenmittelwert ihrer Altersgruppe entspricht. Der ermittelte Wert liegt aber immer noch innerhalb der Standardabweichung. Schaut man die einzelnen Werte der Subskala Verstehbarkeit an, fällt auf, dass sich zwei von elf Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befinden (ein tieferer, ein höherer Wert). Bei der Subskala Handhabbarkeit befinden sich vier von zehn Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung (alle Werte sind höher), bei der Subskala Sinnhaftigkeit drei von acht Itemkennwerten (alle Werte sind höher). Aufgrund dieses Ergebnisses kann davon ausgegangen werden, dass die Probandin aussergewöhnliche Ereignisse in ihrem Leben einordnen kann und diese versteht, ihnen jederzeit einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht. Die vier leicht erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Handhabbarkeit deuten darauf hin, dass die Probandin genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen, die von den Stimuli, mit denen sie konfrontiert wird, ausgehen.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *drehte mich um und bewunderte die Landschaft, die sich vor meinen Augen ausbreitete. Ich setzte mich vor den Höhleneingang und genoss die wundervolle Aussicht und die Ruhe. Am Horizont sah ich das Meer und den schneeweissen Sandstrand. Der Ausblick ist einfach fantastisch. Gemütlich machte ich mich auf den Weg zurück zum Hotel. Diesen Anblick werde ich sicher nicht mehr so schnell vergessen.*

Existenzialien

Räumlich-sein

Frau H. ist offen für die Natur und den damit zusammenhängenden Sinneseindrücken. Sie „*bewundert die Landschaft*", die „*wundervolle Aussicht*" und räumt der „*Ruhe*", dem Nicht-gestört-Werden Platz ein. Sie ist offen für „*das Meer und den schneeweissen Sandstrand*". Sie räumt dem Gemütlich-sein Platz ein und ist offen für einen „*Weg*", der zurück-führt, wird den „*Anblick*", die momentane Situation aber „*nicht mehr so schnell vergessen*".

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
	nicht vergessen	bewundern geniessen sehen	auf den Weg machen ausbreiten setzen umdrehen

Frau H. ist stark auf Handeln, also auf ein aktives Angehen der Situation ausgerichtet. Trotz allem leibt sie auch in ihren Wahrnehmungen, geht den Rück-weg gemütlich an, geniesst „*die wundervolle Aussicht und die Ruhe*“, „*bewunderte die Landschaft*“.

Zeitlich-sein

Das Zeitlich-sein von Frau H. zeigt sich in der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft. Sie schaut zurück in die Vergangenheit, ihren Ausblick (in die Zukunft?) aus dem Hier und Jetzt empfindet sie allerdings als „*einfach fantastisch*“. Ihre Erfahrung (mit der Arbeitslosigkeit?) nimmt sie in die Zukunft mit und wird diese „*sicher nicht mehr so schnell vergessen*“.

Gestimmt-sein

Frau H. befand sich in einem dunklen Höhleneingang, ging aber nicht einfach geradeaus oder vorwärts weiter, sondern „*drehte*“ sich um und schaute nach draussen, ganz einfach und pragmatisch. Sie genoss die „*Ruhe*“, „*bewunderte die Landschaft*“. Sie fühlt sich „*fantastisch*“, nicht ge-stresst, nahm es „*ge-mütlich*“. Zum Schluss ist sie offen für die Zukunft und dafür, ihre momentane Situation auch dort nicht einfach zu „*vergessen*“.

Mit-sein

Frau H. ist in der Geschichte von Anfang bis zum Schluss völlig auf sich selbst bezogen. Ihr Weltbezug zeigt in der momentanen Situation kein Mit-sein mit anderen Personen.

Schuldig-sein

Frau H. bleibt es sich in der Geschichte schuldig, die Höhle anzuschauen oder sich mit ihrem Sterblich-sein auseinander-zu-setzen. Ihr Weltbezug scheint sehr selbstbestimmt zu sein. Frau H. benutzt keine unpersönlichen ‚man’-Formen.

Sterblich-sein

In der Geschichte ist nicht ersichtlich, ob sich Frau H. mit ihrem Sterblich-sein auseinandersetzt.

Metaphorische Sprache

Frau H. benutzt fast keine Metaphern. Sprachlich gesehen fällt allerdings auf, dass sie viele Begriffe aus der Natur verwendet, diese aber in einen konkreten Zusammenhang setzt. „*Gemütlich*“ machte sie sich „*auf den Weg zurück zum Hotel*“. Hier benutzt Frau H. eine Metapher aus dem

Spendebereich ‚Weg'. Dies könnte nahelegen, dass die Handlungen von Frau H. zielgerichtet sind.

Zusammenfassende Auslegung

Frau H. scheint einen selbstbestimmten Weltbezug zu haben und unerwartete Situationen pragmatisch, einfach und schnell anzugehen. Frau H. ging nicht in die Höhle hinein, sie „*drehte*" sich einfach um und „*bewunderte die Landschaft*". Sie ist offen dafür, sich eine Zeit lang Ruhe zu gönnen, den Alltag gemütlicher anzugehen und sich auf die Natur (auf sich selbst?) zu besinnen. Sie räumt dem „*Weg*" zurück Platz ein und möchte ihre momentane Erfahrung mit in die Zukunft nehmen. Frau H. scheint ihre jetzige Situation alleine verarbeiten zu können, ohne die Hilfe anderer Menschen in Anspruch zu nehmen. Sie bezieht sich in der Geschichte ganz auf sich selbst. Frau H. scheint eine aktive und zielgerichtete Person zu sein. Die Abwesenheit des Existenzials Sterblich-sein könnte eventuell darauf hindeuten, dass Frau H. sich nicht allzu tief mit der Arbeitslosigkeit auseinandersetzen möchte und davon überzeugt ist, dass diese Situation nicht lange andauern wird. Der Sense of Coherence von Frau H. korreliert positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Der offene und selbstbestimmte Weltbezug von Frau H. verweist darauf, dass sie die Arbeitslosigkeit in ihrem Leben einordnen und auch verstehen kann. Frau H. betrachtet die neue Situationen als Herausforderung („*Der Ausblick ist einfach fantastisch*"). Der selbstbestimmte Weltbezug lässt ausserdem darauf schliessen, dass Frau H., wie die vier erhöhten Itemkennwerten der Subskala Handhabbarkeit womöglich aufzeigen, genügend geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um kritische Lebensereignisse anzugehen. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass für Frau H. während ihrer Arbeitslosigkeit keine Gefahr bestanden hat, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

5.6.8. Probandin VIII „Ich betrat die dunkle Höhle, hatte zuerst grosse Angst weil ich keine Orientierung mehr hatte was vorne und hinten ist."

Frau B., Alter 32, abgeschlossene Bürolehre und Zusatzlehre als zahnmedizinische Assistentin, arbeitslos seit November 2005, ledig, ein Kind (geb. 27.06.07), allein erziehend.

Allgemeine Bemerkungen: Frau B. ist seit 30.06.07 ausgesteuert. Am 4.5.08 schrieb sie folgendes Mail zu ihrer aktuellen Situation:

> Ich habe mich an vielen Orten für einen Teilzeitjob beworben, doch leider kassierte ich nur Absagen. An einer Stelle schaffte ich es sogar ins Finale, doch leider kam die Konkurrentin von der Konkurrenz. Bin nach wie vor auf der Suche nach einem Teilzeitjob. Ist gar nicht so einfach und wenn man allein erziehend ist, ist es noch schwieriger.

Auswertung SOC-Fragebogen

Die Probandin erreicht im SOC-Fragebogen einen Skalengesamtwert von 159, was einem leicht höheren Wert gegenüber dem Skalenmittelwert ihrer Altersgruppe entspricht. Bei den einzelnen Werten der Subskala Verstehbarkeit fällt auf, dass sich drei von elf Itemkennwerten ausserhalb der Standardabweichung befinden (zwei höhere, ein tieferer Wert), bei den Itemkennwerten der Subskala Handhabbarkeit sind zwei von zehn Werten ausserhalb der Standardabweichung (beide Werte sind höher), bei den Itemkennwerten der Subskala Sinnhaftigkeit sind drei von acht Werten ausserhalb der Standardabweichung (alle drei Werte sind höher). Aufgrund dieses Ergebnisses im Skalengesamtwert und in den Subskalen kann davon ausgegangen werden, dass die Probandin aussergewöhnliche Ereignisse in ihrem Leben gut einordnen kann und diese versteht, ihnen jederzeit einen Sinn zuschreiben kann und diese als Herausforderungen ansieht, die es wert sind, dass man Energie in sie investiert, dass man sich für sie einsetzt.

Daseinsanalytische Auslegung Höhlenaufsatz

> Ich befand mich tief in einem Berghang in einem dunklen Höhleneingang…
> *Ich betrat die dunkle Höhle, hatte zuerst grosse Angst weil ich keine Orientierung mehr hatte was vorne und hinten ist. Plötzlich spürte ich, wie mich etwas oder jemand führte. Ohne gross nach zu denken vertraute ich diesem Jemand und es kam mir vor als ob ich schwebte. Auf meine Frage wer er war bekam ich keine Antwort, dafür einen festen Händedruck das mir das Vertrauen gleich wieder gab. Die Zeit verging und ich hatte keine Ahnung wie lange ich mich schon in dieser Höhle befand. Von Angst war keine Spur vorhanden.*
> *Ich liess mich führen. Plötzlich sah ich ein helles Licht. Dieser Jemand der mich begleitet und geführt hat, führte mich direkt zum hellen Licht. Auf einmal spürte ich das es ein Abschied für immer war, obwohl ich nicht wusste wer dieser Jemand war. Ich war mir überhaupt nicht mehr sicher ob ich zum Licht wollte oder nicht.*
> *Schliesslich bin ich am Licht angekommen und ich spürte wie ich verlassen wurde. Als ich die Höhle verliess, blickte ich nochmals zurück in der Hoffnung das ich den Unbekannten sehen konnte. Ich konnte seine Umrisse erkennen und ein Lächeln hauchte über mein Gesicht. Dieser Jemand sagte zu mir: Claudia mach weiter so, du hast die Situation super bewältigt ich bin stolz auf dich!*
> *Ich weiss das man aus dem Negativen immer das Positive heraus sehen muss. Ist nicht immer einfach aber es funktioniert.*

Existenzialien

Räumlich-sein

Frau B. ist trotz ihrer „*Angst*“ und Orientierungslosigkeit offen dafür, die Höhle zu betreten. Sie räumt dem Spüren, dem Ge-führt werden Platz ein („*Plötzlich spürte ich, wie mich etwas oder jemand führte.*“). Sie ist offen dafür, „*ohne gross nach-zu-denken*“ einer un-bekannten Person („*Jemand*“) zu vertrauen. Sie ist offen für „*ein helles Licht*“, „*spürte*“ aber auf einmal, „*dass es ein Abschied für immer war*“. Sie ist sich „*überhaupt nicht mehr sicher*“, ob sie „*zum Licht wollte oder nicht*“ und räumt der Un-sicherheit Platz ein. Zum Schluss der Geschichte öffnet sich Frau B. dem Verlassen-werden, aber auch der „*Hoffnung*“, „*den Unbekannten*“ nochmals zu sehen.

Leiblich-sein

VERBALISIEREN	KOGNITIONEN	WAHRNEHMUNG / PSYCH. GESCHEHEN	HANDELN
	nachdenken nicht wissen wissen	Angst haben befinden führen lassen 4x keine Orientierung mehr haben 2x mich begleiten nicht sicher sein schweben sehen 3x spüren 3x verlassen werden vorhanden sein	ankommen bekommen betreten bewältigt haben erkennen können geben hauchen müssen sein verlassen vertrauen vorkommen weiter machen wollen zurückblicken

Frau B. leibt verschiedene Verhaltensweisen. Sie „*sieht*“ und „*spürt*“ viel, lässt sich „*führen*“ und „*vertraut*“. Frau B. ist offen dafür, jemandem zu vertrauen, „*ohne gross nach zu denken*“. Sie ist am Licht angekommen und „*spürte*“, wie sie „*verlassen wurde*“. In ihrem Handeln ist sie sich „*überhaupt nicht mehr sicher*“, ob sie „*zum Licht wollte oder nicht*“. Sie „*muss aus dem Negativen immer das Positive heraus sehen*“.

Zeitlich-sein

Der Text wechselt zwischen der Vergangenheit und der Gegenwart ab. Die erste Textpassage fällt besonders auf: „*Ich betrat die dunkle Höhle, hatte zuerst grosse Angst weil ich keine Orientierung mehr hatte was vorne und hinten* ***ist****.*“ Frau B. scheint auch im Hier und Jetzt nicht immer zu wissen, wo „*vorne und hinten ist*“. In der Vergangenheit liess sich Frau B. von einer Person „*direkt zum hellen Licht*“ führen. In der Gegenwart ist sie „*am Licht angekommen*“, „*spürte*“ dann aber, dass sie „*verlassen wurde*“. Frau B. scheint sich mit dem Vergangenen in der Gegenwart noch intensiv auseinander-zu-setzen. „*Die Zeit verging*“, Frau B. „*hatte keine Ahnung*“, wie lange sie sich schon in der Höhle befindet. Zum Schluss der Geschichte ist jemand im Hier und Jetzt „*stolz*“ auf sie (sie selbst?) und sie „*weiss, dass man aus dem Negativen immer das Positive heraus sehen muss*“. Die Zukunft bleibt offen.

Gestimmt-sein

Frau B. befindet sich in der Geschichte in unterschiedlichen Stimmungslagen. Sie hat „*zuerst grosse Angst*“, ist orientierungslos beim Betreten der „*dunklen Höhle*“. „*Plötzlich spürte*“ sie, wie sie „*etwas oder jemand führte*“. Frau B. befindet sich in der Geschichte in der Stimmung, ge-führt zu werden. Sie ist offen zu vertrauen, von der „*Angst war keine Spur*“ mehr vorhanden. Im hellen Licht ist Frau B. offen für eine Abschieds-stimmung (vom alten Leben?), ist sich plötzlich nicht mehr sicher, ob sie „*zum Licht wollte oder nicht*“. Sie spürt, wie sie „*verlassen*“

wird, „*blickte*“ aber „*in der Hoffnung*“, den „*Unbekannten*“ nochmals zu sehen zurück. Zum Schluss der Geschichte ist sie lächelnd gestimmt. Ihr Gestimmt-sein zeichnet sich dadurch aus, dass andere auf sie „*stolz*“ sind. Sie selbst „*muss*“ die Situation positiv sehen, was „*nicht immer einfach*“ ist, aber „*funktioniert*“.

Mit-sein

Frau B. ist in der Geschichte meist auf sich selbst bezogen. Sie ist jedoch offen für ein „*ge-führt*“ werden von einem „*Jemand*“, einer ihr unbekannten Person. Diese Person scheint Frau B. sowohl in der Gegenwart wie auch in der Vergangenheit stark zu beschäftigen.

Schuldig-sein

Das In-der-Welt-Sein von Frau B. scheint momentan eher fremdbestimmt zu sein. In der Geschichte bleibt es sich Frau B. schuldig, die Höhle nicht zu betreten, keine Angst zu haben. Sie lässt sich führen und bleibt es sich schuldig, den Weg selbstbestimmt zu gehen, nicht „*zum hellen Licht*“ ge-führt und ver-lassen zu werden. Sie bleibt es sich schuldig, nicht zurück-zu-blicken, die Vergangenheit hinter sich zu lassen. Ihr Schuldig-sein zum Schluss zeigt sich darin, dass andere, nicht sie selbst, „*stolz*“ auf sie sind. Sie erwähnt, dass „*man aus dem Negativen immer das Positive heraus sehen muss*“, bleibt es sich somit schuldig, Positives selbst zu erkennen oder die Dinge auch einmal negativ zu sehen.

Sterblich-sein

Frau B. setzt sich intensiv mit dem Sterblich-sein auseinander. In der Höhle „*verging die Zeit*“, sie begegnete dem Sterblich-sein aber ohne Angst, lässt sich führen. Im „*hellen Licht*“ spürte sie, dass es „*ein Abschied für immer war*“, es bleibt ihr aber die „*Hoffnung*“ zurück-zu-schauen und den „*Unbekannten*“ nochmals zu sehen.

Metaphorische Sprache

Frau B. benutzt fast keine Metaphern. Eine Passage, in der sie das Vorstellungsschemata ‚vorne–hinten’ benutzt, fällt allerdings auf: „*Ich betrat die dunkle Höhle, hatte zuerst grosse Angst weil ich keine Orientierung mehr hatte was vorne und hinten ist*“. Grundlage für das ‚Vorne-hinten’-Schema ist der menschliche Körper, der nur vorne Augen hat und eine Unterscheidung zwischen vorne und hinten erzwingt. Jede Fortbewegung bedingt, dass man etwas hinter sich lassen und den Blick nach vorne richten muss. Auffallend ist auch, dass Frau B. offen zu sein scheint für taktile Sinneswahrnehmungen. Sie „*spürt*“ viel, benutzt dieses Verb aber nicht im Sinne einer Metapher.

Zusammenfassende Auslegung

Der momentane Weltbezug von Frau B. scheint trotz ihrer aktiven Art eher fremdbestimmt zu sein. Sie räumt ihrer Wahrnehmung, dem „*Spüren*“ viel Platz ein. Frau B. möchte in ihrem Leben, wahrscheinlich eher „*ge-führt*“ werden, sucht ihr „*Vertrauen*“, ihre Bestätigung nicht bei sich selbst sondern bei „*Jemandem*“. Sie ist offen dafür, die neue Situation anzugehen, den Blick nach vorne zu richten, merkt aber, dass sie sich dafür von ihrer Vergangenheit verabschieden muss. „*Die Zeit verging*“ und von „*Angst war keine Spur*“ mehr vorhanden. Sie ist „*plötzlich*“ offen für „*ein helles Licht*“ in der bis anhin dunklen Höhle. Sie räumt dem Verlassen-werden und dem Ver-trauen Platz ein. Ihre Hoffnung schöpft sie aus dem Wissen, dass sie im Rück-blick die Situation bis jetzt „*super bewältigt*“ hat. Sie denkt, dass sie aus „*dem Negativen immer das Positive heraus sehen muss*“, ihre momentane Situation also an-nehmen sollte, merkt aber, dass dies nicht immer „*einfach*“ ist. In ihrem Hier und Jetzt scheint dieses Vorgehen des positiven Denkens aber zu „*funktionieren*“. Sie kann der momentanen Situation einen Sinn zuschreiben. Dies könnten auch die drei leicht erhöhten Itemkennwerte in der Subskala Sinnhaftigkeit des Sense of Coherence aufzeigen. Der Sense of Coherence von Frau B. korreliert positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung des Höhlenaufsatzes. Die zwei tieferen Itemkennwerte in der Subskala Veränderbarkeit könnten damit in Zusammenhang gebracht werden, dass Frau B. zu Beginn der Arbeitslosigkeit orientierungslos zu sein schien. Im Lauf der Zeit konnte sie diese aber in ihr Leben einordnen. Frau B. scheint, wie in der Subskala Handhabbarkeit angezeigt wird, momentan über genügend interne und/oder externe Ressourcen zu verfügen, die Situation bewältigen zu können. Vielleicht ist sie sich dessen aber noch nicht ganz bewusst. Sie lebt ihr In-der-Welt-Sein zurzeit eher fremdbestimmt, mit wenig Vertrauen in-sich-selbst. Die Ergebnisse zeigen jedoch auf, dass für Frau B. grundsätzlich keine Gefahr besteht, an einer Anpassungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken.

6. Diskussion

„Im Denken kommt das Sein zur Sprache.“
Martin Heidegger

6.1. Zusammenfassung der Theorie

In der vorliegenden Arbeit wurde auf dem Hintergrund aktueller Literatur aus den Bereichen Arbeitslosenforschung, Salutogenese, Metaphernforschung und daseinsanalytischer Theorie der Frage nachgegangen, wie arbeitslose Menschen ihre Situation psychisch verarbeiten. Als Hypothese wurde angenommen, dass der Verlust der Arbeitsstelle für erwachsene Menschen ein einschneidendes Ereignis ist und es anhand von Kohärenzgefühl und Daseinsanalyse möglich ist, die innere Haltung beziehungsweise den Weltbezug eines Menschen zu beschreiben. Weiter

wurde davon ausgegangen, dass der Weltbezug einer arbeitslosen Person einen Rückschluss auf deren psychische Gesundheit ermöglicht. Deshalb kann durch eine daseinsanalytische Betrachtung des Sprachgebrauchs, unter Einbezug des Kohärenzgefühls, eine auf die jeweilige Person abgestimmte psychologische Beratung angeboten werden, welche präventiv einer möglichen Anpassungsstörung entgegenwirkt. Um neben den theoretischen Grundlagen die Hypothese verifizieren oder falsifizieren zu können, wurden acht Höhlenaufsätze arbeitsloser Personen hinsichtlich der individuellen Wortwahl und gebrauchten Metaphern analysiert und phänomenologisch-daseinsanalytisch ausgelegt. Diese Auswertungen wurden zum Kohärenzgefühl der entsprechenden Person in Bezug gesetzt. Der Wert des Kohärenzgefühls wurde aufgrund von Antonovskys Fragebogen SOC-29 ermittelt und ausgewertet.

2007 nahm die Arbeitslosigkeit in der Schweiz markant ab. Trotz guter Wirtschaftslage bleiben die Sorgen um den Verlust der Arbeitsstelle gleich (EVD, 2008). Erwerbsarbeit und das damit verbundene Einkommen bestimmen die „soziale Position“ eines Menschen in der Gesellschaft und sind somit zentral in der Identitätsfindung (Keupp, 2002). Gemäss Filipp (1995) kann Arbeitslosigkeit als ein kritisches Lebensereignis angeschaut werden, das drastische Veränderungen der Lebenssituation mit sich bringen kann. Die Veränderungen können mit Gefühlen der Unsicherheit, der Bedrohung und der Angst einhergehen und zu einer Beeinträchtigung des physischen und psychischen Wohlbefindens führen. Barwinski-Fäh (1990) ist sogar der Meinung, dass Arbeitslosigkeit mit Symptomen einhergeht, die in der Forschung als Folge schwerer Traumatisierung betrachtet werden können. Wie ein kritisches Lebensereignis bewältigt wird, hängt gemäss Filipp (1995) von der realistischen „Perzeption“ und der Sinngebung des verändernden Ereignisses ab.

Der amerikanisch-israelische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky (1923–1994) fragte sich, was dazu führt, dass Menschen trotz vielfältiger Belastungen und Krisen gesund bleiben, während andere unter gleichen Bedingungen erkranken. Aus diesen Forschungen entwickelte er das Konzept der Salutogenese und das Konstrukt des „Sense of Coherence“ (SOC). Die Salutogenese beschäftigt sich mit der Frage, was Menschen gesund hält und was sie befähigt, kritische Lebensereignisse zu bewältigen. Das Kohärenzgefühl wird als übergeordnetes Steuerungsprinzip verstanden, das bei einer Person den Einsatz personaler und sozialer Ressourcen bei Eintreten von belastenden Umweltreizen massgeblich beeinflusst. Das Kohärenzgefühl besteht nach Antonovsky aus drei miteinander verbundenen Komponenten: der Verstehbarkeit, der Handhabbarkeit und der Sinnhaftigkeit/Bedeutsamkeit. Gemäss Antonovsky (1997) sind Menschen mit einem stark ausgeprägten Kohärenzgefühl widerstandsfähiger, was sich positiv auf deren psychische Gesundheit auswirkt. In einer Studie von Deutschmann und Kuhnert (2005) wurde empi-

risch nachgewiesen, dass das Kohärenzgefühl das Stressmanagement einer Person und deren generelle Fähigkeit zur Bewältigung kritischer Lebensereignisse beeinflusst und Arbeitslose mit einem hohen Kohärenzgefühl (SOC-Wert) besser mit der Arbeitslosigkeit umgehen und diese auch eher bewältigen können.

Sprache ist seit jeher Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen, nicht nur in der eigentlichen Sprachwissenschaft (Linguistik) und der Philosophie, sondern auch in der Anthropologie. Gemäss Moser (2000) wird in der kognitiven Linguistik nach heutigem Wissensstand von einer komplexen gegenseitigen Beeinflussung von Sprache und Denken ausgegangen. Auf der Grundlage konkreter Erfahrungen wird Denken zu innerlichem Handeln. Unser Sprachgebrauch stellt nichts anderes als Symbole unseres Weltverständnisses dar. Unterschiedlichem Denken liegt eine unterschiedliche Weltsicht zugrunde. Die Sprache und Metaphern sind für die Organisation und Kohärenz von Erfahrungen verantwortlich. Der Begriff der Metapher steht für das Wort oder die Wortgruppe, die aus einem eigentlichen Bedeutungszusammenhang in einen anderen ohne direkten Vergleich zwischen Bezeichnendem und Bezeichnetem übertragen wird. Gemäss Moser (2000) helfen Metaphern, abstrakte Begriffe, wie etwa psychische Zustände, erfahrbar, kommunizierbar und reflektierbar zu machen, insbesondere auch im Zusammenhang mit inneren psychischen Zuständen und Prozessen. Mit hoher bildhafter Anschaulichkeit lenkt die Metapher unsere Wahrnehmung, ist aber auch veränderbar (Synthesiskraft).

Die Daseinsanalyse ist ein philosophischer Begriff, eine Haltung, eine Weltanschauung, eine allgemeine Anthropologie und eine Behandlungsmethode, in der der Mensch im Zentrum steht. Ausgehend von den philosophischen Schriften Heideggers (1881–1966) geht die Daseinsanalyse von den unmittelbar wahrnehmbaren Phänomenen eines Menschen aus und versucht diese phänomenologisch zu beschreiben und zu verstehen. Dabei geht es darum, bei den unmittelbar zu sehenden Phänomenen zu verweilen und nichts anderes zu tun, als die sich von den Phänomenen selbst her zeigenden Verweisungszusammenhänge zu erhellen. Die daseinsanalytischen Existenzialien bezeichnen verschiedene ontologische Grundstrukturen, die jedes Mensch-sein wesensmässig bestimmen und nicht unabhängig voneinander betrachtet werden können. Das Räumlich-sein zeigt, welchen Themen eine Person Platz einräumt und in welchen Da-seins-räumen sie sich bewegt. Das Leiblich-sein umfasst alle Verhaltensweisen eines Menschen. Im Zeitlich-sein erschliesst sich, wofür ein Mensch sich Zeit nimmt und in welchem Ausmass der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft Platz eingeräumt wird. Menschliches Da-sein ist immer irgendwie gestimmt. Im Gestimmt-sein zeigen sich die Grundbefindlichkeit und die Gefühle einer Person. Das Mit-sein erhellt, in welchem Bezug eine Person zu anderen Menschen steht oder ob ein mitmenschlicher Bezug besteht, der ein unmittelbares Verständnis für den Mitmenschen ermög-

licht. Im Schuldig-sein zeigt sich, inwiefern ein Individuum für die Entfaltung seiner Möglichkeiten Verantwortung übernimmt und sein Da-sein eigenständig gestaltet. Das Wissen um das eigene Sterblich-sein zwingt den Menschen, sich dem Tod gegenüber in irgendeiner Weise zu verhalten.

Die Besonderheit des menschlichen Da-seins, in Abgrenzung von jedem anderen Seienden, zeichnet sich durch die Sprache und das Verstehen aus. Die Sprache eines Menschen steht in engem Zusammenhang mit seinem Denken und Handeln oder wie Heidegger es ausdrückt: „Im Denken kommt das Sein zur Sprache“. Eine daseinsanalytische Auslegung der Sprache soll den Weltbezug eines Menschen erhellen und Hinweise für eine Veränderung geben. Dabei wird nichts hinter den Phänomenen Liegendes gesehen und symbolhaft umgedeutet. Der Fokus bleibt ganz auf das gerichtet, was sich zeigt.

6.2. Zusammenfassung der Ergebnisse

So unterschiedlich die acht Personen sind, die sich an dieser Studie beteiligt haben, so unterschiedlich fallen ihre eigenen Reaktionsweisen gegenüber der Arbeitslosigkeit aus. Die erzählte Geschichte im Höhlenaufsatz spiegelt die individuelle Sprache eines ganz bestimmten Menschen wider und ist stets Ausdruck seiner eigenen Welt-Erfahrung, seines eigenen Welt-bildes. Jeder Mensch kann nur das in konkreten Worten wiedergeben, was er auch tatsächlich erfahren hat. Die Aussage von Oerter und Montada (2002), dass die Verarbeitung eines kritischen Lebensereignisses durch die bisherige Erfahrungsgeschichte einer Person und ihren individuellen Lebensstil bestimmt wird, hat sich somit erhärtet. Nachfolgend sind die einzelnen Ergebnisse der Probandinnen und Probanden kurz zusammengefasst:

Proband I	♂ 57 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		151 ↑	149.34	23.38

Im Weltbezug von Herrn I. ist eine gewisse Unsicherheit spürbar. Der neuen Situation im Leben begegnet er mit vielen Fragen, aber auch einem gewissen Verlangen oder Wunsch, eine neue Erfahrung zu machen und dadurch weitere Er-kenntnisse zu gewinnen. Herr I. scheint eine zielorientierte Person zu sein, die nicht einfach los-rennt, sondern zuerst inne hält und überlegt. Herr I. leibt vielleicht fast zu vor-sichtig und stellt sich die Frage: „Soll-ich-oder-soll-ich-nicht“?

Proband II	♂ 57 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		120 ↓↓	149.34	23.38

Der Weltbezug von Herrn W. scheint zurzeit vor allem von seinen eher negativ gestimmten Gefühlen und Empfindungen bestimmt zu sein, er fühlt sich macht-los. Herr W. leibt in der Dunkelheit, hat kein Ziel mehr, ist auf der Suche nach sich selbst. Es scheint, als sei sein Ziel abhän-

gig von anderen und nicht von ihm selbst bestimmt. Er sucht Halt und Unterstützung. Die jetzige Situation scheint ein einziger Kampf zu sein.

Probandin III	♀ 48 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		166 ↑↑	144.03	23.01

Frau G. gestaltet ihren Weltbezug aktiv und ist offen für andere Menschen. Der neuen Situation im Leben begegnet sie mit Wunschvorstellungen, die ihrem Ideal einer neuen Arbeitsstelle entsprechen würden. Frau G. ist von ihren Fähigkeiten überzeugt und glaubt daran, ihr Leben selbst gestalten zu können. Von ihrem Umfeld scheint sie in ihrer jetzigen Situation getragen und gestützt zu werden.

Proband IV	♂ 47 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		148 ↓	149.34	23.38

Das In-der-Welt Sein von Herrn P. ist bestimmt vom Denken. Möglicherweise versucht er seine Situation eher kognitiv zu verarbeiten und über-spielt dabei seine Gefühle. Er betrachtet die Situation von aussen. Der Weltbezug von Herrn P. ist nicht auf sich selbst bezogen, sondern eher bestimmt durch andere, durch ein ge-führt oder sogar be-herrscht werden. Seine „Eigentlichkeit“ wird nicht erhellt.

Proband V	♂ 47 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		145 ↓	149.34	23.38

Im Weltbezug von Herrn Pf. ist momentan eine gewisse Unsicherheit spürbar, den Schritt für etwas Neues zu wagen. Sein In-der-Welt-Sein ist eher fremdbestimmt. „*Das verheissungsvolle Rauschen eines Bächleins*“ dringt zwar zu ihm, weckt Erwartungen oder Hoffnung, aber die Situation ist ihm zu dunkel, er hat zu wenig Licht (zu wenig Ressourcen?), um den unbekannten Weg zu gehen. Herr Pf. entscheidet sich, den „*Heim-weg unter die Füsse zu nehmen*“, „*um-zu-kehren*“ und in die gewohnte Umgebung zurück-zu-kehren. Die Zukunft bleibt momentan offen.

Probandin VI	♀ 44 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		155 ↑↑	144.03	23.01

Frau L. gestaltet ihren Weltbezug aktiv und ist offen für Veränderungen. Der neuen Situation im Leben begegnet sie anfänglich mit Beklemmung und Bedrückung, trotzdem hat sie das Verlangen oder den Wunsch, den neuen Weg einzuschlagen. Der Weltbezug von Frau L. scheint eher auf sich selbst bezogen zu sein. Ihr Mit-sein, eventuell auch Vertrauen, beschränkt sie momentan auf wenige Personen.

Probandin VII	♀ 37 Jahre	**erreichter SOC-Wert**	**Skalenmittelwert**	**Standardabweichung**
		171 ↑↑	154.82	23.96

Frau H. scheint einen selbstbestimmten Weltbezug zu haben und unerwartete Situationen pragmatisch, einfach und schnell anzugehen. Frau H. scheint ihre jetzige Situation alleine verarbeiten

zu können, ohne die Hilfe anderer Menschen in Anspruch zu nehmen. Sie bezieht sich in der Geschichte ganz auf sich selbst. Frau H. scheint eine aktive und zielgerichtete Person zu sein.

Probandin VIII	♀ 32 Jahre	**erreichter SOC-Wert** 159 ↑	**Skalenmittelwert** 154.82	**Standardabweichung** 23.96

Der momentane Weltbezug von Frau B. scheint trotz ihrer aktiven Art eher fremdbestimmt zu sein, mit wenig Vertrauen in-sich-selbst. Trotzdem ist sie ist offen dafür, die neue Situation anzugehen, den Blick nach vorne zu richten. Sie räumt ihrer Wahrnehmung, dem „*Spüren*“, viel Platz ein. Frau B. möchte in ihrem Leben wahrscheinlich eher „*ge-führt*“ werden.

6.3. Diskussion der Ergebnisse

Die Auslegung der Höhlenaufsätze zeigt auf, dass sich alle acht an der Studie beteiligten Probandinnen und Probanden in irgendeiner Form mit ihrer Situation als arbeitslose Personen auseinandersetzen. Dabei ist keine wirkliche Einheitlichkeit feststellbar. Die einzelnen Ergebnisse sind so individuell, wie die Personen selbst. Jede Person definiert ihr Welt-bild durch bisher Erlebtes, durch ihre Er-fahrung und Wahr-nehmung. Auffällig ist jedoch, dass alle Personen hauptsächlich in ihren Wahrnehmungen, im psychischen Geschehen und im aktiven oder passiven Handeln leiben. Die Kognitionen oder das Verbalisieren nehmen einen relativ kleinen Stellenwert ein. Dies könnte damit zusammenhängen, dass die Arbeitslosigkeit ein unvorhergesehenes Ereignis ist, das in erster Linie von der Person wahr-genommen („*aufgegeben sein, spüren, sehen, irritiert sein*“) und im psychischen Geschehen („*klar werden, leicht werden, sich schaudern*“) verarbeitet wird. Der Umgang mit der neuen Situation zeigt sich aber auch stark im aktiven Handeln, im „*drauflos laufen, entdecken, weiter gehen*“. Einzig im Aufsatz von Herrn W. (II) werden die Verben des Handelns mehrheitlich in einem negativen, verneinenden Kontext gebraucht: „*nicht können, nicht kontrollieren, nicht verfolgen können*“. Anscheinend lähmt die Arbeitslosigkeit Herrn W., er leibt sein In-der-Welt sein im Nicht-Handeln-können. Diese Art der Verarbeitung erwähnt Barwinski Fäh in ihrer Studie von 1990: Bei längerer Arbeitslosigkeit machte sich nach einer gewissen Zeit allmählich Verzweiflung breit und die Betroffenen verfielen in eine Art Apathie, in eine Welt der Gleichgültigkeit. Die Dauer und Intensität der beschriebenen Gefühle seien jedoch von Person zu Person unterschiedlich. Möglich ist, dass die Dauer der Arbeitslosigkeit bei Herrn W. die Verzweiflung zum Vor-schein bringt. Der Proband, der diesen Aufsatz verfasst hat, ist bereits seit Dezember 2006 arbeitslos.

Die Daseinsanalyse widmet ihr besonderes Augenmerk dem Hier und Jetzt. Die Vergangenheit eines Menschen wird dabei aber nicht als etwas Vergangenes im Sinne von etwas Ab-gelegtem und Erledigtem verstanden, sondern als Ge-wesenheit, die in die Gegenwart hinein getragen wird und somit den lebensgeschichtlichen Zusammenhang erhellt. Im Zeitlich-sein wird ersichtlich,

dass die momentane Lebenssituation die arbeitslosen Personen im Hier und Jetzt beschäftigt. In allen acht Aufsätzen ist mindestens ein Teil der Geschichte in der Gegenwart geschrieben. Auch der Vergangenheit wird in sieben Aufsätzen (II, III, IV, V, VI, VII, VIII) Beachtung geschenkt. Die Zukunft kommt in vier der Aufsätze (I, II, IV, VII) jeweils kurz zum Tragen. In den Aufsätzen III, V, VI und VIII ist keine Passage in der Zukunft geschrieben. Vielleicht verlangt die Suche nach einer neuen Arbeit die ganze Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt. Die Verarbeitung und Sinnsuche der Arbeitslosigkeit könnte hingegen eher vergangenheitsbezogen bewältigt werden, die Zukunft wo möglich noch nicht in greifbarer Nähe, im Blick-feld sein. Trotzdem muss gesagt werden, dass die Auseinandersetzung und die Intensität des Zeitlich-seins immer individuell zum Tragen kommt und deshalb auch spezifisch angeschaut werden muss.

Das Gestimmt-sein wird in allen Aufsätzen differenziert ausgedrückt. Bei sechs Aufsätzen (I, II, IV, V, VI, VIII) fällt jedoch auf, dass das Gestimmt-sein von einer gewissen Unsicherheit, vielleicht sogar Angst (zumindest bei Beginn der Geschichte) be-stimmt wird. Bei Herrn W. (II) kann sogar davon ausgegangen werden, dass er sich in der momentanen Situation bedroht fühlt (*„gegen mich stehen, mich überkommen, nicht kontrollieren können“*). Gemäss Filipp (1995) kann Arbeitslosigkeit als ein drastisches Lebensereignis angeschaut werden, das mit Gefühlen der Unsicherheit, der Bedrohung und der Angst einhergehen kann, wobei gesagt werden muss, dass das menschliche Sein sich grundsätzlich zwischen den Gefühlen der Lebenssicherheit und -unsicherheit bewegt. Angst ist ein Grundphänomen menschlichen Seins und ist immer die Angst vor dem Nicht-mehr-sein oder dem Nicht-sich-selber-sein-(können). Angesichts der Arbeitslosigkeit, einer Situation der Lebensunsicherheit, ist also verständlich, dass das Gestimmt-sein von Angst oder Unsicherheit begleitet wird.

Im Mit-sein erhellt sich, dass die meisten Personen mit sich selbst beschäftigt und dementsprechend auf sich selbst bezogen sind. Ein Mit-den-anderen-sein zeigt sich aber trotzdem bei einigen Personen. Bei Herrn W. (II) scheinen die Familie und die Freunde, bei Herrn Pf. (V) die Kollegen und bei Frau L. (VI) der Urgrossvater in der momentanen Situation eine wichtige Rolle zu spielen. Frau G. (III) scheint von ihren Mit-menschen sogar getragen und unterstützt zu werden. Jeder Mensch ist jedoch für sein Da-sein, den Weg in die Eigentlichkeit selbst verantwortlich. Kein Mensch kann die Verantwortung für jemand anderen tragen.

Im Schuldig-sein zeigt sich, dass fünf Personen (I, II, IV, V, VIII) es sich schuldig bleiben, ihr In-der-Welt-Sein selbst-bestimmt anzugehen. Dieses Fremd-bestimmt-sein könnte dadurch bedingt sein, dass die Tagesstruktur von arbeitslosen Menschen durch das RAV, Personalberater und Sich-bewerben-Müssen bestimmt wird. Wiederholtes negatives Feedback (Absagen) könnten zudem das Selbst- und Weltverständnis der betroffenen Personen erschüttern, so dass ihr momentaner Offenheitsbereich für einen selbstbestimmten Weltbezug eingeschränkt ist. Hier

birgt sich ein Risiko für eine psychische Erkrankung. Nach Helting (1999) wird der Mensch dann psychisch krank, wenn er dem Anspruch, sein eigentliches Selbst zu vollziehen, nicht gerecht wird.

In den Aufsätzen wurden Metaphern aus folgenden Spendebereichen benutzt (detaillierte Tabelle siehe Anhang, S. 82 ff.): ‚Spiel/Sport', ‚Weg', ‚Gefäss', ‚Wirtschaft', ‚Kampf', ‚Teil-Ganzes', ‚oben-unten' und ‚vorne-hinten'. Bei der Analyse der metaphorischen Sprache fällt auf, dass vier Personen (I, II, V, VII) Gebrauch des ‚Weg'-Metaphernspendebereiches machen. Das Weg-Modell leitet sich aus der Erfahrung der Fortbewegung ab und ist immer auf einen Ausgangs- und einen Zielpunkt ausgerichtet. Dieses Ergebnis könnte darauf hindeuten, dass sich arbeitslose Menschen damit auseinandersetzen, wo sie im Hier und Jetzt stehen und wohin sie ihr (Aus-)Weg führen oder eben nicht führen wird. Zwei Personen (II, IV) verwenden Metaphern aus dem Spendebereich ‚Kampf / Krieg'. Die Grundkonstellation des Kampf- oder Krieg-Konzeptes zeichnet sich durch zwei Parteien aus, die entgegengesetzte, unvereinbare Interessen vertreten. Durch Kampf und Verfolgung besteht das Ziel in Überwindung oder Vernichtung des Gegners. Verluste, Schmerz, aber auch Triumph des Sieges sind Teil des Modells. Metaphern können selbstbezogene Kognitionen aktivieren, wie etwa Erinnerungen oder selbstbezogene Ziele. Nach Debatin (1995, S. 239) sind Metaphern „Sinnbild, Denkbild und Sprachbild". Der Gebrauch von Metaphern kann somit die individuelle Wahrnehmung, das Erleben und Handeln eines Menschen beeinflussen. Insbesondere bei Herrn W. (II) wird dieses Phänomen ersichtlich. Sein Selbst, seine Innenwelt ist negativ geprägt. Er fühlt sich macht-los, drückt sich hauptsächlich in Metaphern des Kampfes aus. Diese wirken möglicherweise wie „Mind-setters" und lenken die Aufmerksamkeit darauf, zu kämpfen und zu verlieren. Je zwei Personen benützen Metaphern aus dem Bereich ‚Sport / Spiel' (I, V) und/oder ‚Wirtschaft' (I, II). Sowohl bei Sport und Spiel wie in der Wirtschaft, geht es, ähnlich wie bei einem Kampf, darum, Siege zu erringen, zu gewinnen, die richtige Entscheidung zu fällen, um dadurch eine entscheidende Wende herbeizuführen, die einen Sieg hervorbringt oder einen Mehr-wert generiert. Spiel und Sport kann man aber auch zur Ablenkung nutzen, um dem Alltag zu entfliehen. Es hat sich gezeigt, dass die Metaphernanalyse alleine nicht ausreichen würde, um den Weltbezug einer Person erfassen zu können. Metaphern geben jedoch einzelne, konkrete Hinweise, um den gesamten Sprachgebrauch eines Menschen noch besser analysieren zu können.

Die Auswertungen des Kohärenzgefühls haben gezeigt, dass die Werte aus subjektiver Sicht grundsätzlich positiv mit den daseinsanalytischen Aufsatzauslegungen und dem Metapherngebrauch korrelieren. Gemäss den Ausführungen von Deutschmann und Kuhnert (2005) beeinflusst das Ausmass des Kohärenzgefühls (SOC) das Stressmanagement einer Person und deren

generelle Fähigkeit zur Bewältigung kritischer Lebensereignisse. Ihre Studie mit Langzeitarbeitslosen deutet darauf hin, dass Personen mit einem hohen Kohärenzgefühl (SOC-Wert) besser mit der Arbeitslosigkeit umgehen und diese auch besser bewältigen können. Diese Erkenntnis kann in dieser Studie ebenfalls bestätigt werden. Bei fünf der arbeitslosen Personen (I, III, VI, VII, VIII) ist der SOC-Wert gegenüber dem Skalenmittelwert der entsprechenden Altersgruppe leicht bis stark erhöht. Alle diese Personen scheinen einen offenen Weltbezug zu haben und aufgrund der daseinsanalytischen Auslegung im Höhlenaufsatz die Arbeitslosigkeit in ihrem Leben einordnen, verstehen und ihr einen Sinn zuschreiben zu können. Es scheint, als schauten sie die Arbeitslosigkeit als Herausforderung an, die es zu packen gilt und für die genügend eigene oder fremde Ressourcen zur Verfügung stehen. Gemäss Antonovskys Theorie der Salutogenese (1997) bewegen sich die genannten Personen auf dem Krankheits-Gesundheits-Kontinuum eher Richtung (psychischer) Gesundheit. Es konnten keine Anzeichen einer möglichen Belastungsstörung und/oder Posttraumatischen Belastungsstörung gemäss ICD-10 / DSM-IV eruiert werden. Bei zwei Personen, Herrn P. und Herrn Pf. (IV, V) ist der SOC-Wert gegenüber dem Skalenmittelwert der entsprechenden Altersgruppe leicht, bei Herrn W. (II) sogar stark tiefer. Herr P. möchte eher ge-führt werden, den Weg gezeigt bekommen, in seiner Erzählung geht es „*treppab*“. Herr Pf. ist un-sicher, macht sich Gedanken über seine „*Reserven*“, seine Ressourcen. Herr W. schliesslich, der einen stark tieferen SOC-Wert aufweist, scheint einen stark negativ geprägten Weltbezug zu haben. Sein In-der Welt-Sein zeigt sich im Nicht-Können, im Glauben, nicht in der Überzeugung an sich selbst. Diese drei Personen können ihre Arbeitslosigkeit in ihrem Leben wahrscheinlich nicht immer einordnen, verstehen oder einen Sinn zuschreiben. Die momentane Situation könnte eher als Last angeschaut werden. Dies könnte damit zusammenhängen, dass Herr P. und Herr W. bereits seit 2006 arbeitslos sind und Herr Pf. kurz vor der Aussteuerung steht. Herr P. und Herr Pf. bewegen sich auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum wahrscheinlich immer noch im Bereich der Gesundheit. Bei Herrn W. besteht jedoch die Möglichkeit, dass aufgrund des unterhalb der Standardabweichung liegenden SOC-Wertes und seines daseinsanalytisch erhellten Weltbezuges, Anzeichen einer psychischen Erkrankung, insbesondere depressive Symptome, vorhanden sind. Hier wäre eine individuelle psychologische Betreuung sicher angebracht, um, wie Jork (2003) in seiner Theorie erwähnt, Risikofaktoren zu vermindern und die (noch) vorhandenen Widerstandsressourcen zu stärken.

Barwinski Fäh (1990) ist der Meinung, dass die Situation der Arbeitslosigkeit eine traumatische Erfahrung sein kann. Die Auslegung des Höhlenaufsatzes von Herrn W. (II) legt nahe, dass die Möglichkeit der Traumatisierung tatsächlich besteht. Herr W. zeigt in seinem Weltbezug Anzeichen oder Symptome einer Traumatisierung. Herr W. scheint deutlich in einer depressiven Phase

zu stecken, in einer sich abwärts drehenden Spirale von negativer Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Er scheint das Erlebte in sich aufdrängenden Erinnerung ständig zu wiederholen. Sein Weltbezug ist geprägt von Angst und Unsicherheit. Typisches Merkmal einer Posttraumatischen Belastungsstörung ist das wiederholte Erleben des Traumas in sich aufdrängenden Erinnerungen, Träumen oder Albträumen. Dies kann einhergehen mit einem andauernden Gefühl von Betäubtsein und emotionaler Stumpfheit. Angstgefühle und Depression sind meist assoziiert (genau Symptomatik gemäss ICD-10 und DSM-IV siehe Anhang, S. 73).

6.4. Kritische Stellungnahme

Bei der daseinsanalytisch-phänomenologischen Auslegung der Höhlenaufsätze zeigt sich, dass anhand der ontologischen Grundstrukturen menschlichen Seins der Weltbezug arbeitsloser Menschen beschrieben werden kann. Jedem Wort kommt ein engeres oder weiteres Bedeutungsfeld zu, innerhalb dessen es seine eigentliche Bedeutung vom Zusammenhang her erhält, in welchem es steht. Die Möglichkeit dieser Arbeit beschränkt sich jedoch auf diese reine Textanalyse und setzt sie in Bezug zum ermittelten SOC-Wert (Kohärenzgefühl). Es fand kein direktes Auswertungsgespräch über die Gesamtergebnisse der daseinsanalytischen Auslegung und des Fragebogens zum Kohärenzgefühl statt. In dieser Arbeit fehlt dementsprechend die Sicht der arbeitslosen Personen und ihre persönliche, subjektive Einschätzung ihres Erlebens, Fühlen und Handelns. Alleine durch das Wissen, dass diese Aufsätze von arbeitslosen Personen stammen, richtet sich der Fokus stärker auf mögliche, krank machende Aspekte. Insofern ist eine wissenschaftlich fundierte Ergebnisobjektivität nicht vollständig gegeben. Bei der daseinsanalytischen und metaphorischen Sprachauslegung der Aufsätze zeigt sich der Theorie entsprechend, dass die Sprache eines Menschen individuell geprägt ist. Allgemeingültige Aussagen des In-der-Welt-Seins arbeitsloser Personen sind deshalb schwierig zu machen. Jede Person verhält sich gegenüber dem, was ihr in ihrer Welt begegnet, unterschiedlich. Eine daseinsanalytische, metaphorische Textauslegung bietet deshalb eher individuelle als allgemeingültige diagnostisch-therapeutische Handlungsansätze. Wie gut ein Mensch mit einem kritischen Lebensereignis umgehen kann, hängt wahrscheinlich, wie von Oerter und Montada (2002) beschrieben, von dessen individueller Bewertung und Sinngebung ab. Der SOC-Wert der einzelnen Personen bestätigt diesen theoretischen Ansatz. Personen mit einem hohen SOC-Wert scheinen einen offenen, positiv ge-stimmten Zugang zu ihrer Arbeitslosigkeit zu haben, Personen mit niedrigem SOC-Wert einen eher ängstlich abwartenden Zugang. Inwiefern ein tiefer SOC-Wert Auswirkungen auf die psychische Gesundheit der arbeitslosen Person hat, kann anhand dieser Studie nicht eruiert werden. Die dreidimensionale Struktur des SOC-Fragebogens wurde vielfach kritisiert, teilweise aber auch bestätigt. Diese Arbeit hat gezeigt, dass auch die Werte der Subskalen Verstehbarkeit, Handhabbarkeit

und Sinnhaftigkeit als einzelne Elemente mit den daseinsanalytischen Auslegungen korrelieren und somit die dreidimensionale Struktur als aussagekräftig bestätigen können. Natürlich müsste für eine empirische Beweisbarkeit eine umfassende, quantitative Studie in Angriff genommen werden. Eine daseinsanalytische und metaphorische Auslegung von Texten ist sehr aufwändig und könnte natürlich noch weiter ausgedehnt werden. Dies würde den Rahmen dieser Arbeit allerdings sprengen. Die Operationalisierung in daseinsanalytische Kategorien kann aufgrund der strukturierten Textanalyse nur künstlich erfolgen. Diese Kategorisierung in einzelne daseinsanalytische Existenzialien muss somit als „Hilfsfunktion“ für dieses strukturierte Vorgehen verstanden werden. Natürlich bewegt sich deshalb die phänomenologische Sprachauslegung der hier verwendeten Höhlenaufsätze, im wissenschaftlichen Sinne betrachtet, auf einer Gratwanderung zwischen objektiver Kategorisierung und subjektiver Wertung. Dies zeigt sich insbesondere in der persönlichen Auswahl der Existenzialien und der ausgelegten Begriffe und sprachlichen Phänomene. Dennoch ist klar zu sagen, dass die Auslegung einzig und allein die individuellen, geschriebenen sprachlichen Phänomene der arbeitslosen Personen zum Inhalt hat und diese phänomenologisch erhellt.

Die der Untersuchung zugrunde liegende Hypothese kann aufgrund der vorliegenden Ergebnisse im streng wissenschaftlichen Sinne weder vollständig falsifiziert noch verifiziert werden. Der Verlust der Arbeitsstelle kann für erwachsene Menschen ein einschneidendes Ereignis sein, muss es aber nicht. Jeder Mensch verarbeitet kritische Lebensereignisse auf seine ganz individuelle Art. Sprachauslegung ist ein hervorragend geeignetes Diagnostikum als Weg zum Weltbezug eines Menschen. Die Höhlenaufsätze und deren daseinsanalytisch-phänomenologisch und metaphorische Sprachauslegungen haben sich im Rahmen der vorliegenden Arbeit bewährt und zu einer Fülle von Hinweisen bezüglich des Weltbezugs arbeitsloser Menschen geführt. Daraus ergeben sich mögliche Anhaltspunkte, wie es um die psychische Gesundheit der betroffenen Personen steht. Zur Überprüfung dieser Anhaltspunkte bedürfte es jedoch eines persönlichen Gespräches. Das Kohärenzgefühl korreliert positiv mit der daseinsanalytischen Auslegung und eignet sich in diesem Sinne ebenfalls als Diagnoseinstrument, um die innere Haltung, beziehungsweise den Weltbezug eines Menschen zu beschreiben. Die Auslegungen der Aufsätze und die Auswertung des Kohärenzgefühls haben gezeigt, dass alle acht Probandinnen und Probanden unterschiedlich mit der Situation als arbeitslose Personen umgehen. Barwinski Fäh (1990) ist der Meinung, dass Arbeitslosigkeit generell zu einer Beeinträchtigung des physischen und psychischen Wohlbefindens führt. Ob dies wirklich generell gesagt werden kann, konnte aufgrund der vorliegenden Studie jedoch nicht erhärtet werden. Vielmehr hängt dies, wie von Barwinski Fäh ebenfalls erwähnt, von zahlreichen individuellen und sozialen Umständen ab.

Eine daseinsanalytische Betrachtung des Sprachgebrauchs, unter Einbezug des Kohärenzgefühls, ist deshalb ein sinnvolles Diagnoseinstrument, um eine auf die jeweilige Person abgestimmte, individuelle psychologische Beratung anzubieten. In einem persönlichen Gespräch könnten die betroffenen Personen dazu aufgefordert werden, sich ihr Verhalten in der Welt noch einmal intensiv zu vergegenwärtigen. Eine Veränderung des Weltbezuges ist dann möglich, wenn zuerst eine Änderung des Bewusstseins, beziehungsweise der Grundwahrnehmung und der Einschätzung über sich selbst und somit über die eigenen Möglichkeiten stattgefunden hat. Durch die phänomenologische Betrachtung der Sprache wird die Realität erst begreifbar. Möglicherweise könnte dadurch präventiv einer möglichen Anpassungsstörung und/oder Traumatisierung entgegengewirkt werden. Dies müsste jedoch in einer empirischen Längsschnittstudie (therapeutische Intervention und erneute Sprachauslegung zur Erfassung des Weltbezuges) überprüft werden. Dies ist im Rahmen dieser vorliegenden Arbeit nicht möglich.

6.5. Fazit

Diese Arbeit hat aufgezeigt, dass aufgrund der individuellen Sprachanalyse jede Person die Arbeitslosigkeit anders bewertet und handhabt. Die Sprache scheint dabei der Spiegel der Seele, des inneren Erlebens zu sein. Die ausgewählten Instrumente haben sich dabei als sinnvolles Diagnoseinstrument bewährt. Das innere Erleben eines Menschen, sein Weltbezug, ist immer nur indirekt und fast ausschliesslich über sprachliche Äusserungen zugänglich. Sprache wird automatisch und unbewusst verwendet und erlaubt, komplexe Vorgänge der Sinnstiftung, des In-der-Welt-Seins abzubilden. Deshalb sind sowohl die Daseins- und Metaphernanalyse wie auch der Sense of Coherene dafür geeignet, den Weltbezug arbeitsloser Personen zu erhellen und deren In-der-Welt-Sein verstehbar zu machen. Sie liefern dabei mögliche Ansätze für eine auf die Person abgestimmte psychologische Beratung oder therapeutische Intervention. In der Sprache wird zur Sprache gebracht, was einen arbeitslosen Menschen in An-spruch nimmt. Probleme werden sprachlich mitgeteilt, somit sollte es auch möglich sein, dass mögliche (Problem-)Lösungen durch Worte eingeleitet werden können. Der Sense of Coherence ergänzt die daseinsanalytischen und phänomenologischen Auslegungen, kann diese aus meiner Sicht aber nicht ersetzen. Die daseinsanalytische Auslegung ermöglicht einen tieferen Einblick in das psychische Geschehen einer Persona als das Kohärenzgefühl. Ein Fragebogen, wie es der Sense of Coherence-Fragebogen mit 29 Items ist, kann immer auch nach den eigenen Wunschvorstellungen, nach Selbstpräsentationsstrategien ausgefüllt werden und somit auch eine soziale Erwünschtheit und nicht die innere Realität widerspiegeln.

7. Abstract

Diese qualitative Forschungsarbeit untersucht mittels daseinsanalytisch-phänomenologischer Textauslegung, unter Einbezug des Kohärenzgefühls, den Weltbezug arbeitsloser Menschen, deren Umgang mit kritischen Lebensereignissen und deren psychische Gesundheit. Als theoretische Basis dienen das Modell der Salutogenese und das Konzept des Kohärenzgefühls sowie Grundlagen der aktuellen Arbeitslosen- und Metaphernforschung und des daseinsanalytischen Menschenverständnisses. Für den empirischen Teil wurden acht Aufsätze arbeitsloser Menschen hinsichtlich der individuellen Wortwahl und gebrauchten Metaphern analysiert, phänomenologisch-daseinsanalytisch ausgelegt und in Bezug zum Kohärenzgefühl der entsprechenden Person gesetzt. Der Wert des Kohärenzgefühls wurde aufgrund von Antonovskys Fragebogen SOC-29 ermittelt und ausgewertet. Die Ergebnisse zeigen auf, dass die Auslegung von Texten unter Einbezug des Kohärenzgefühls einen umfassenden Zugang zum Erleben, Denken, Fühlen und Handeln, also der inneren Haltung eines Menschen gestattet und sich somit als Diagnoseinstrument für eine auf die jeweilige Person abgestimmte, psychologische Beratung anbietet. Inwiefern damit präventiv einer Anpassungsstörung und/oder Traumatisierung entgegenwirkt werden kann, müsste in einem weiteren Schritt überprüft werden.

8. Literaturverzeichnis

Antonovsky, Aaron. (1997). *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit.* Tübingen: Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie.

Baldauf, Christa. (1997). *Metapher und Kognition: Grundlagen einer neuen Theorie der Alltagsmetapher* (S. 339–357). Frankfurt am Main: Lang (Sprache in der Gesellschaft; Bd. 24).

Barwinski Fäh, Rosmarie. (1990). *Die seelische Verarbeitung der Arbeitslosigkeit. Eine qualitative Längschnittstudie mit älteren Arbeitslosen*. München: Profil.

Barwinski Fäh, Rosmarie. (2005). *Traumabearbeitung in psychoanalytischen Langzeitbehandlungen.* Kröning: Asanger Verlag GmbH.

Boothe, Brigitte; von Wyl, Agnes & Wepfer, Res. (1998). *Psychisches Leben im Spiegel der Erzählung*. Heidelberg: Asanger.

Boothe, Brigitte. (2004). *Der Patient als Erzähler in der Psychotherapie* (Neuauflage der Ausgabe von 1994). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Boss, Medard. (1975). *Grundriss der Medizin und der Psychologie.* Bern: Verlag Hans Huber.

Boss, Medard. (1982). *Von der Spannweite der Seele*. *Ausgewählte Vorträge und Aufsätze aus den Anwendungsbereichen des daseinsanalytischen Menschenverständnisses*. Bern: Benteli Verlag.

Condrau, Gion. (1963). *Daseinsanalytische Psychotherapie.* Bern: Verlag Hans Huber.

Condrau, Gion. (1998). *Daseinsanalyse. Philosophische und Anthropologische Grundlagen. Die Bedeutung der Sprache. Psychotherapieforschung aus daseinsanalytischer Sicht* (2., überarbeitete Auflage). Dettelbach: Verlag J.H. Röll.

Debatin, Bernhard. (1995). *Die Rationalität der Metapher: eine sprachphilosophische und kommunikationstheoretische Untersuchung.* Berlin: de Gruyter.

Deutschmann, André & Kuhnert, Peter. (2005). Kohärenzgefühl – Instrument für Risikogruppen in der Arbeitslosigkeit, Ergebnisse einer Vergleichsstudie. In Kastner, Michael; Hagemann, Tim & Kliesch, Gesa. (Hrsg.). *Arbeitslosigkeit und Gesundheit - Arbeitsmarktintegrative Gesundheitsförderung* (S. 149–168). Lengerich: Pabst.

Dilling, Horst; Mombour, Werner & Schmidt, Martin H. (Hrsg.). (2005). *Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Klinisch-diagnostische Leitlinien* (5., durchgesehene und ergänzte Auflage). Bern: Verlag Hans Huber.

Dudenredaktion. (Hrsg.). (2007). *Deutsches Universalwörterbuch* (6., überarbeitete und erweiterte Auflage). Mannheim: Dudenverlag.

Eidgenössisches Volkswirtschaftsdepartement (EVD); Staatssekretariat für Wirtschaft SECO. (Hrsg.). (2008). *Die Lage auf dem Arbeitsmarkt. Dezember 2007.* Bern: SECO.

Endtinger-Stückmann, Silke. (2002). *Von der Metaphern- zur Daseinsanalyse: Sprachauslegung als Weg zum Weltbezug am Beispiel chronischer Schmerzpatienten.* Unveröff. 2. Studienarbeit, Zürich, Hochschule für Angewandte Psychologie HAP.

Endtinger-Stückmann, Silke. (2006). *Traumwelt von Kindern und Jugendlichen. Entwicklung – Verständnis – therapeutischer Umgang mit einem Geleitwort von Hans-Martin Zöllner*. Basel: S. Karger GmbH.

Faltermaier, Toni; Mayring, Philipp; Saup, Winfried & Strehmel, Petra. (2002). *Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters* (2. überarb. u. erw. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer Verlag.

Filipp, Sigrun-Heide. (Hrsg.). (1995). *Kritische Lebensereignisse*. Weinheim: Beltz Verlag.

Gamper, Valeria. (1984A). An ihrer Sprache sollt ihr sie erkennen…. Gedanken zur Sprache in der Daseinsanalyse und in der Therapie. In *Daseinsanalyse 1 / 1984*, S. 50–57.

Gamper, Valeria. (1984B). Entwicklung und Erziehung aus daseinsanalytischer Sicht. In *Daseinsanalyse 1 / 1984*, S. 163–191.

Gamper, Valeria. (1998). Sprache als diagnostisches und therapeutisches Mittel aus der Sicht der Daseinsanalyse. In *Daseinsanalyse 15 / 1998*, S. 210–226.

Gamper, Valeria. (2006). Vorlesungsunterlagen und Notizen Kurs Daseinsanalyse. Zürich: Hochschule für Angewandte Psychologie (HAP).

GFS Bern. (Hrsg.). (2007). *Wirtschaftsoptimismus, Staatsvertrauen und nationale Orientierung gleichzeitig gestärkt. SORGENBAROMETER 2007.* Bern: GFS.

Grob, Judith. (1999). *Die daseinsanalytische Auslegung von Aufsätzen in der Berufs- und Laufbahnberatung.* Unveröff. Diplomarbeit, Zürich, Hochschule für Angewandte Psychologie HAP.

Häcker, Hartmut O. & Stapf, Kurt-H. (Hrsg.). (2004). *Dorsch Psychologisches Wörterbuch* (14., vollst. überarb. u. erw. Auflage). Bern: Verlag Hans Huber.

Heidegger, Martin. (2001 [1927]). *Sein und Zeit* (18. Aufl., unveränd. Nachdruck der 15. Aufl.). Tübingen: Max Niemeyer Verlag.

Helting, Holger. (1999). *Einführung in die philosophischen Dimensionen der psychotherapeutischen Daseinsanalyse*. Aachen: Shaker Verlag.

Jork, Klaus & Peseschkian, Nossrat. (Hrsg.). (2003). *Salutogenese und positive Psychotherapie: Gesund werden – gesund bleiben*. Bern: Verlag Hans Huber.

Jork, Klaus. (2003). Das Modell der Salutogenese von Aaron Antonovsky. In Jork, Klaus & Peseschkian, Nossrat. (Hrsg.). *Salutogenese und positive Psychotherapie: Gesund werden – gesund bleiben*. Bern: Verlag Hans Huber.

Keupp, Heiner. (2002). *Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne* (2. Aufl.). Hamburg: Rowohlt.

Kluge, Friedrich. (2002). *Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache* (24., durchges. und erweiterte Auflage). Berlin: de Gruyter Verlag.

Kuhn, Roland. (2004). *Psychiatrie mit Zukunft. Beiträge zu Geschichte, Gegenwart, Zukunft der wissenschaftlichen und praktischen Seelenheilkunde*. Basel: Schwabe AG.

Lakoff, Georg. (1993). The contemporary theory of metaphor. In Ortony, Andrew. (Ed.). *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 202–251). Cambridge: Cambridge University Press.

Lakoff, Georg & Johnson, Mark. (2004). *Leben in Metaphern. Konstruktion und Gebrauch von Sprachbildern* (4., korrigierte Auflage). Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.

Langenmayr, Arnold. (1997). *Sprachpsychologie: ein Lehrbuch*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Lorenz, Rüdiger. (2004). *Salutogenese. Grundwissen für Psychologen, Mediziner, Gesundheits- und Pflegewissenschaftler.* München: Ernst Reinhardt Verlag.

Mayring, Philipp. (2002). *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (5., überarb. und neu ausgestattete Aufl.). Weinheim: Beltz Verlag.

Mayring, Philipp & Gläser-Zikuda, Michaela. (Hrsg.). (2005). *Die Praxis der Qualitativen Inhaltsanalyse.* Weinheim: Beltz Verlag.

Möller, Hans-Jürgen; Laux, Gerd & Deister, Arno. (2005). *Psychiatrie und Psychotherapie. Mit einem Beitrag zur Kinder- und Jugendpsychiatrie von Hellmuth Braun-Scharm* (3. überarbeitete Auflage mit Video-CD-ROM). Stuttgart: Thieme Verlag.

Moser, Karin S. (2000). *Metaphern des Selbst. Wie Sprache, Umwelt und Selbstkognition zusammenhängen.* Lengerich: Pabst Science Publishers (Psychologia universalis; N. R., Bd. 23).

Moser, Karin S. (2002). Metaphern des Selbst. Wie Sprache, Umwelt und Selbstkognition zusammenhängen. *Neue Zürcher Zeitung, 8.6.2002, S. 89.*

Oerter, Rolf; Montada, Leo. (2002). *Entwicklungspsychologie* (5., vollständig überarbeitete Auflage). Weinheim: Beltz Verlag.

Quitmann, Helmut. (1996). *Humanistische Psychologie. Psychologie, Philosophie, Organisationsentwicklung* (3., überarb. und erw. Auflage). Göttingen: Hogrefe Verlag.

Sack, Martin & Lamprecht, Friedhelm. (1998). Forschungsaspekte zum „Sense of Coherence“. In Schüffel, Wolfram; Brucks, Ursula; Johnen, Rolf; Köllner, Volker; Lamprecht, Friedhelm & Schnyder, Ulrich. (Hrsg.). (1998). *Handbuch der Salutogenese. Konzept und Praxis* (S. 325–336). Wiesbaden: Ullstein Medical Verlagsgesellschaft.

Schüffel, Wolfram; Brucks, Ursula; Johnen, Rolf; Köllner, Volker; Lamprecht, Friedhelm & Schnyder, Ulrich. (Hrsg.). (1998). *Handbuch der Salutogenese. Konzept und Praxis.* Wiesbaden: Ullstein Medical Verlagsgesellschaft.

Schumacher, Jörg; Gunzelmann, Thomas & Brähler, Elmar. (2000). Deutsche Normierung der Sense of Coherence Scale von Antonovsky. In *Diagnostica 46 / 2000*, S. 208–213.

Singer, Susanne & Brähler, Elmar. (2007). *Die Sense of Coherence Scale: Testhandbuch zur deutschen Version. Unter Mitarbeit von Jörg Schumacher und Gabriele Schmutzer.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Steinmetz, Bernd. (1997). *Über den Wandel der Arbeit und das Problem der Arbeitslosigkeit*. Münster: LIT Verlag.

9. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Das Salutogenese Modell 9

10. Anhang

10.1. F43.1 Posttraumatische Belastungsstörung PTBS

Verzögerte oder protrahierte Reaktion auf eine extreme Bedrohung. Wichtigste Symptome sind die wiederholte unausweichliche Erinnerung an das belastende Erlebnis, emotionaler oder sozialer Rückzug sowie ein Zustand vegetativer Übererregtheit. (Möller, Laux & Deister, 2005, S. 229)

Symptomatik der posttraumatischen Belastungsstörung nach ICD-10 und DSM-IV

ICD-10	DSM-IV
Typisches Merkmal ist das wiederholte Erleben des Traumas in sich aufdrängenden Erinnerungen, Träumen oder Albträumen.	Das traumatische Ereignis wird beharrlich auf mindestens eine der folgenden Weisen wieder erlebt: wiederkehrende oder eindringliche belastende Erinnerungen an das Ereignis, die Bilder, Gedanken oder Wahrnehmungen umfassen können wiederkehrende, belastende Träume von dem Ereignis Handeln oder Fühlen, als ob das traumatische Ereignis wiederkehrt intensive psychische Belastungen bei der Konfrontation mit internalen oder externalen Hinweisreizen körperliche Reaktionen bei der Konfrontation mit internalen oder externalen Hinweisreizen
Im Hintergrund bestehen: andauerndes Gefühl von Betäubtsein und emotionaler Stumpfheit Gleichgültigkeit gegenüber anderen Menschen Teilnahmslosigkeit der Umgebung gegenüber Anhedonie Vermeidung von Situationen, die Erinnerung an das Trauma wachrufen könnten.	Vermeidung von Reizen, die mit dem Trauma verbunden sind, oder eine Abflachung der allgemeinen Reagibilität. Mindestens drei der folgenden Symptome liegen vor: bewusstes Vermeiden von Gedanken, Gefühlen oder Gesprächen, die mit dem Trauma in Verbindung stehen bewusstes Vermeiden von Aktivitäten, Orten oder Menschen, die Erinnerungen an das Trauma wachrufen Unfähigkeit, einen wichtigen Aspekt des Traumas zu erinnern deutlich vermindertes Interesse oder verminderte Teilnahme an wichtigen Aktivitäten Gefühl der Losgelöstheit oder Entfremdung von anderen eingeschränkte Bandbreit des Affekts Gefühl einer eingeschränkten Zukunft
Gewöhnlich tritt ein Zustand vegetativer Übererregtheit auf mit: Vigilanzsteigerung übermässiger Schreckhaftigkeit Schlaflosigkeit	Anhaltende Symptome erhöhten Arousals: Schwierigkeiten ein- oder durchzuschlafen Reizbarkeit oder Wutausbrüche Konzentrationsschwierigkeiten übermässige Wachsamkeit übertriebene Schreckreaktionen
Angst und Depressionen sind häufig assoziiert, Suizidgedanken sind nicht selten.	Das Störungsbild verursacht in klinisch bedeutsamer Weise Leiden oder Beeinträchtigungen in sozialen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen.
Die Störung folgt dem Trauma mit einer Latenz, die Wochen bis Monate dauern kann.	Das Störungsbild dauert länger als einen Monat.

Möller et al., 2005, S. 229; Dilling, Mombour & Schmidt, 2005, S. 169/170

10.2. F43.2 Anpassungsstörung

Gestörter Anpassungsprozess nach einer einschneidenden Lebensveränderung oder nach belastenden Lebensereignissen. Es kommt zu unterschiedlichen affektiven Symptomen sowie sozialer Beeinträchtigung. Die Störung dauert meist nicht länger als sechs Monate. (Möller et al., 2005, S. 234)

Symptomatik der Anpassungsstörung nach ICD-10 und DSM-IV

ICD-10	DSM-IV
Die Anzeichen sind unterschiedlich und umfassen: depressive Stimmung Angst Besorgnis ein Gefühl, unmöglich zurechtzukommen, vorauszuplanen oder in der gegenwärtigen Situation fortzufahren eine gewisse Einschränkung bei der Bewältigung der täglichen Routine.	Die Entwicklung von emotionalen oder verhaltensmässigen Symptomen als Reaktion auf einen identifizierbaren Belastungsfaktor. Diese Symptome oder Verhaltensweisen sind insofern klinisch bedeutsam, als sie zu deutlichem Leiden führen, welches über das hinausgeht, was man bei Konfrontation mit dem Belastungsfaktor erwarten würde zu bedeutsamen Beeinträchtigungen in sozialen oder beruflichen (schulischen) Funktionsbereichen führen. Die Symptome sind nicht Ausdruck einer einfachen Trauer.
Beginn innerhalb eines Monats nach dem belastenden Ereignis oder der Lebensveränderung. Dauer der Symptome meist nicht länger als sechs Monate. Bei der depressiven Reaktion (F43.21) können die Symptome länger als 6 Monate andauern.	Beginn innerhalb von drei Monaten nach der Belastung. Nach Beendigung der Belastung oder deren Folgen dauern die Symptome nicht länger als weitere sechs Monate an.

Möller et al., 2005, S. 236; Dilling, Mombour & Schmidt, 2005, S. 171/172

10.3. Fragebogen SOC-29

(autorisierte Übersetzung von Abel, Kohlmann & Noack in Signer & Brähler, 2007, S. 51-54)

Hier ist eine Reihe von Fragen, welche sich auf verschiedene Aspekte unseres Lebens beziehen. Bitte kreuzen Sie die Zahl an, welche Ihrer Antwort entspricht, wobei die Zahlen 1 und 7 Extremantworten darstellen. Wenn die Antwort unterhalb 1 für Sie zutrifft, dann kreuzen Sie die 1 an; wenn die Antwort über der Zahl 7 für Sie zutrifft, dann kreuzen Sie die 7 an. Wenn Sie Ihre Antwort irgendwo zwischen 1 und 7 sehen, kreuzen Sie die Zahl an, die Ihrer Beurteilung am besten entspricht. Bitte geben Sie immer nur eine Antwort pro Frage und beantworten Sie alle Fragen.

1.	**Wenn Sie mit anderen Leuten reden, haben sie das Gefühl, dass Sie nicht verstanden werden?**								
	habe nie dieses Gefühl	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	habe immer dieses Gefühl

2.	**Wenn Sie in der Vergangenheit etwas tun mussten, das von der Zusammenarbeit mit anderen Menschen abhängig war, hatten Sie dann das Gefühl, es würde…**								
	sicher nicht erledigt werden	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sicher erledigt werden

3.	**Einmal abgesehen von den Menschen, die Ihnen am nächsten stehen: Wie gut kennen Sie die meisten Menschen, mit denen Sie täglich zu tun haben?**								
	sie sind Ihnen völlig fremd	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	Sie kennen sie sehr gut

4.	**Haben sie das Gefühl, dass es Ihnen ziemlich gleichgültig ist, was um Sie herum passiert?**								
	sehr selten oder nie	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr oft

5.	**Ist es in der Vergangenheit vorgekommen, dass Sie vom Verhalten von Menschen überrascht waren, die sie gut zu kennen glaubten?**								
	das ist nie passiert	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	das ist immer wieder passiert

6.	**Ist es vorgekommen, dass Sie von Menschen enttäuscht wurden, auf die Sie gezählt hatten?**								
	das ist nie passiert	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	das ist immer wieder passiert

7.	**Das Leben ist…**								
	ausgesprochen interessant	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	reine Routine
8.	**Bis jetzt hatte Ihr Leben…**								
	überhaupt keine klaren Ziele	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr klare Ziele
9.	**Haben sie das Gefühl, dass Sie ungerecht behandelt werden?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie
10.	**War Ihr Leben in den letzten zehn Jahren…**								
	voller Veränderungen, ohne dass Sie wussten, was als nächstes passiert	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	ganz beständig und klar
11.	**Das meiste, was Sie in Zukunft tun werden, wird wahrscheinlich…**								
	völlig faszinierend sein	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	todlangweilig sein
12.	**Haben Sie das Gefühl, dass Sie in einer ungewohnten Situation sind und nicht wissen, was Sie tun sollen?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie
13.	**Was beschreibt am besten, wie Sie das Leben sehen?**								
	Man kann für die schmerzvollen Dinge im Leben immer eine Lösung finden.	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	Es gibt für die schmerzvollen Dinge im Leben keine Lösung.
14.	**Wenn Sie über Ihr Leben nachdenken, ist es dann sehr oft so, dass…**								
	Sie spüren, wie schön es ist zu leben	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	Sie sich fragen, wieso Sie überhaupt leben
15.	**Wenn sie vor einem schwierigen Problem stehen, ist die Wahl einer Lösung…**								
	immer unsicher und schwer zu treffen	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	immer völlig klar

16.	**Die Dinge, die Sie täglich tun, sind für Sie…**								
	eine Quelle tiefer Freude und Zufriedenheit	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	eine Quelle von Schmerz und Langeweile

17.	**Ihr Leben wird in Zukunft wahrscheinlich…**								
	voller Veränderungen sein, ohne dass Sie wissen, was als nächstes passiert	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	ganz beständig und klar sein

18.	**Wenn in der Vergangenheit etwas Unangenehmes geschah, neigten Sie dazu…**								
	sich deswegen aufzureiben oder innerlich „aufzuzehren“	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	zu sagen: „Nun gut, so ist es eben. Damit muss ich leben“ und weiterzumachen

19.	**Wie oft sind Ihre Gefühle und Gedanken ganz durcheinander?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie

20.	**Wenn Sie etwas tun, das Ihnen ein gutes Gefühl gibt…**								
	dann ist es bestimmt so, dass Sie sich auch weiterhin gut fühlen werden	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	dann wird bestimmt etwas passieren, das dieses Gefühl wieder verdirbt

21.	**Kommt es vor, dass Sie Gefühle in sich haben, die Sie lieber nicht spüren würden?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie

22.	**Sie erwarten für die Zukunft, dass Ihr eigenes Leben…**								
	ohne jeden Sinn und Zweck sein wird	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	voller Sinn und Zweck sein wird

23.	**Denken Sie, dass es immer Menschen geben wird, auf die Sie in der Zukunft zählen können?**								
	Sie sind sicher, dass es die geben wird	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	Sie bezweifeln, dass es die geben wird

24.	**Kommt es vor, dass Sie das Gefühl haben, nicht genau zu wissen, was demnächst geschehen wird?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie

25.	**Viele Menschen – auch solche mit einem starken Charakter – fühlen sich in bestimmten Situationen als traurige Verlierer. Wie oft haben Sie sich in der Vergangenheit so gefühlt?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie

26.	**Wenn etwas passierte, hatten Sie dann im Allgemeinen den Eindruck, dass Sie dessen Bedeutung…**								
	über- oder unterschätzten	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	richtig einschätzten

27.	**Wenn Sie an Schwierigkeiten denken, mit denen Sie in wichtigen Lebensbereichen wahrscheinlich konfrontiert werden, haben Sie das Gefühl, dass…**								
	es Ihnen immer gelingen wird, die Schwierigkeiten zu überwinden	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	Sie es nicht schaffen werden, die Schwierigkeiten zu überwinden

28.	**Wie oft haben sie das Gefühl, dass die Dinge, die Sie im täglichen Leben tun, wenig Sinn haben?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie

29.	**Wie oft haben Sie Gefühle, bei denen Sie sich nicht sicher sind, ob Sie diese unter Kontrolle halten können?**								
	sehr oft	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐	sehr selten oder nie

10.4. Prozentrang-Normen und T-Werte für die SOC-Skala mit 29 Items

(Signer & Brähler, 2007, S. 63; Schumacher et al., 2000, S. 212)

		Männer (N = 855)			**Frauen (N = 1.089)**		
PR	**T**	18-40	41-60	61-90	18-40	41-60	61-92
		(N = 275)	(N = 316)	(N = 264)	(N = 384)	(N = 360)	(N = 345)
5	34	112	110	103	106	107	99
10	37	118	115	111	114	112	108
15	40	123	122	115	118	116	112
20	42	129	127	119	123	122	117
25	43	135	132	124	128	127	119
30	45	139	135	130	133	130	125
35	46	142	139	133	135	134	130
40	47	145	144	136	139	137	133
45	49	149	146	141	142	139	136
50	50	151	149	144	145	143	140
55	51	154	152	147	148	145	143
60	53	159	156	151	151	149	146
65	54	162	158	153	154	151	151
70	55	165	162	155	157	155	156
75	57	169	167	159	162	159	160
80	58	173	171	163	167	164	164
85	60	176	174	169	172	168	170
90	63	180	178	176	178	174	174
95	67	186	185	182	184	183	181
100	89	203	203	203	203	203	203
M		151.31	149.34	143.56	154.82	144.03	140.93
SD		24.35	23.38	24.43	23.96	23.01	25.61

Erläuterungen:
PR = Prozentrang
T = T-Wert
M = Skalenmittelwert
SD = Standardabweichung

10.5. Itemkennwerte für die SOC-Skala mit 29 Items

(Signer & Brähler, 2007, S. 60–62)

	Item	M	SD
	Verstehbarkeit		
1	Wenn Sie mit anderen Leuten reden, haben sie das Gefühl, dass Sie nicht verstanden werden?	5.45	1.55
3	Einmal abgesehen von den Menschen, die Ihnen am nächsten stehen: Wie gut kennen Sie die meisten Menschen, mit denen Sie täglich zu tun haben?	5.41	1.33
5	Ist es in der Vergangenheit vorgekommen, dass Sie vom Verhalten von Menschen überrascht waren, die sie gut zu kennen glaubten?	3.95	1.54
10	War Ihr Leben in den letzten zehn Jahren…	4.00	1.89
12	Haben Sie das Gefühl, dass Sie in einer ungewohnten Situation sind und nicht wissen, was Sie tun sollen?	5.26	1.52
15	Wenn sie vor einem schwierigen Problem stehen, ist die Wahl einer Lösung…	4.56	1.45
17	Ihr Leben wird in Zukunft wahrscheinlich…	4.38	1.66
19	Wie oft sind Ihre Gefühle und Gedanken ganz durcheinander?	5.32	1.47
21	Kommt es vor, dass Sie Gefühle in sich haben, die Sie lieber nicht spüren würden?	5.00	1.64
24	Kommt es vor, dass Sie das Gefühl haben, nicht genau zu wissen, was demnächst geschehen wird?	4.52	1.64
26	Wenn etwas passierte, hatten Sie dann im Allgemeinen den Eindruck, dass Sie dessen Bedeutung…	4.92	1.38
	Item	**M**	**SD**
	Handhabbarkeit		
2	Wenn Sie in der Vergangenheit etwas tun mussten, das von der Zusammenarbeit mit anderen Menschen abhängig war, hatten Sie dann das Gefühl, es würde…	5.16	1.49
6	Ist es vorgekommen, dass Sie von Menschen enttäuscht wurden, auf die Sie gezählt hatten?	3.96	1.61
9	Haben sie das Gefühl, dass Sie ungerecht behandelt werden?	5.06	1.59
13	Was beschreibt am besten, wie Sie das Leben sehen?	5.16	1.51
18	Wenn in der Vergangenheit etwas Unangenehmes geschah, neigten Sie dazu…	4.89	1.58
20	Wenn Sie etwas tun, das Ihnen ein gutes Gefühl gibt…	5.43	1.32
23	Denken Sie, dass es immer Menschen geben wird, auf die Sie in der Zukunft zählen können?	5.63	1.52

25	Viele Menschen – auch solche mit einem starken Charakter – fühlen sich in bestimmten Situationen als traurige Verlierer. Wie oft haben Sie sich in der Vergangenheit so gefühlt?	4.92	1.53
27	Wenn Sie an Schwierigkeiten denken, mit denen Sie in wichtigen Lebensbereichen wahrscheinlich konfrontiert werden, haben Sie das Gefühl, dass…	5.12	1.33
29	Wie oft haben Sie Gefühle, bei denen Sie sich nicht sicher sind, ob Sie diese unter Kontrolle halten können?	5.38	1.47
	Item	**M**	**SD**
	Sinnhaftigkeit		
4	Haben sie das Gefühl, dass es Ihnen ziemlich gleichgültig ist, was um Sie herum passiert?	5.55	1.48
7	Das Leben ist…	5.10	1.61
8	Bis jetzt hatte Ihr Leben…	5.53	1.31
11	Das meiste, was Sie in Zukunft tun werden, wird wahrscheinlich…	4.52	1.41
14	Wenn Sie über Ihr Leben nachdenken, ist es dann sehr oft so, dass…	5.49	1.39
16	Die Dinge, die Sie täglich tun, sind für Sie…	5.14	1.23
22	Sie erwarten für die Zukunft, dass Ihr eigenes Leben…	5.65	1.37
28	Wie oft haben sie das Gefühl, dass die Dinge, die Sie im täglichen Leben tun, wenig Sinn haben?	5.17	1.51

Erläuterungen: Die Items sind entsprechend ihrer apriori-Zuordnung zu den drei Subskalen des SOC-29 aufgelistet.

M = Mittelwert (Range: 1–7)

SD = Standardabweichung

10.6. Kategoriensystem der Metaphernspendebereiche

Erfahrungsbereiche als Metaphernspendebereiche (Moser, 2000, S. 75–76)

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele
bildende Kunst	Alle metaphorischen Aussagen zur visuellen/bildnerischen Gestaltung und die dazugehörigen Tätigkeiten, Prozesse und Aspekte.	Vorbilder haben der Lebensentwurf gezeichnet sein von etwas
Kampf	Alle metaphorischen Aussagen, die aus den Bereichen Kampf, Krieg oder Militär stammen und die dazugehörigen Tätigkeiten und Eigenschaften wie siegen, verlieren, taktieren usw.	sich einer Sache stellen sich (nicht) aufgeben eine Niederlage einstecken
Körper	Alle metaphorischen Aussagen, die sich auf den menschlichen Körper und seine Eigenschaften wie einzelne Körperteile, Körperhaltung, Verletzbarkeit usw., beziehen oder seine Funktionen wie Nahrungsaufnahme, Verdauung, Sexualität, usw. betreffen.	sich durch etwas durchbeissen etwas liegt einem auf dem Magen etwas geht in die Hose
Krankheit	Alle metaphorischen Aussagen, die aus den Bereichen Krankheit und Pflege stammen und die damit verbundenen Tätigkeiten und Eigenschaften, wie z.B. Hilfeleistungen, Unterstützung, usw.	wie gelähmt sein vor Freude verrückt vor Liebe fieberhaft arbeiten
Natur	Alle metaphorischen Aussagen, die sich auf die Tier- und Pflanzenwelt oder natürliche Prozesse und Eigenschaften der unbelebten Umwelt beziehen, wie Klima, Wind, Wasser, usw.	in der Familie verwurzelt sein eine gewachsene Überzeugung ein frischer Wind
Recht	Alle metaphorischen Aussagen aus dem Bereich der Gesetzgebung und Rechtssprechung und dazugehörige Tätigkeiten und Eigenschaften. Eingeschlossen sind auch die Bereiche von Normen, Konventionen, Vorschriften und Regelungen.	etwas zensurieren diszipliniert arbeiten aus Prinzip etwas tun
Spiel / Sport	Alle metaphorischen Aussagen, bei denen das Modell des Spiels oder von sportlichen Tätigkeiten benutzt wird und alle dazugehörigen Tätigkeiten und Eigenschaften. Eingeschlossen sind auch Rollenspiele und Theaterspiele.	die Spielregeln in der Beziehung eine grossen Auftritt haben eine Szene machen
Wirtschaft	Alle metaphorischen Ausdrücke, die aus dem Beriech des Handels, der Geldwirtschaft, Buchhaltung, usw. stammen sowie alle dazugehörigen Eigenschaften und Tätigkeiten.	viel in die Beziehung investieren über Gründe spekulieren Kompromisse aushandeln
Wissenschaft / Technik	Alle metaphorischen Ausdrücke aus den Bereichen Technik und Wissenschaft und damit verbundene Tätigkeiten und Eigenschaften. Eingeschlossen sind auch alle handwerklichen Tätigkeiten.	eine unbekannte Grösse eine Konstante in meinem Leben eine gute Atmosphäre

Sinneserfahrungen als Metaphernspendebereiche (Moser, 2000, S. 77)

Kategorie	Definition	Ankerbeispiele
akustisch	Alle metaphorischen Aussagen, die die akustische Wahrnehmung betreffen.	verstimmt sein eine harmonische Beziehung etwas klingt an
taktil	Alle metaphorischen Aussagen aus dem Bereich der taktilen Sinneswahrnehmung und dazugehörige Tätigkeiten und Eigenschaften.	sich langsam vortasten etwas berührt einen mit Gespür arbeiten
visuell	alle metaphorischen Aussagen, die aus dem Bereich der visuellen Sinneswahrnehmung stammen mit allen dazugehörigen Tätigkeiten und Eigenschaften.	auf lange Sicht im Rückblick Klarheit schaffen

Vorstellungsschemata als Metaphernspendebereiche (Moser, 2000, S. 78–79)

Bindung	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell physischer Verbundenheit zugrunde liegt.	sich jemandem. verbunden fühlen eingebunden in etwas
Gefäss	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell eines Gefässes zugrunde liegt. Zentrale Eigenschaften sind die Unterteilung in Aussen- und Innenräume, Wände/Abgrenzungen, der Boden, möglicherweise einen Deckel/ein Dach und Öffnungen (Ein- und Ausgänge, Fenster, Türen, usw.). Die zugehörigen Prozesse sind öffnen/schliessen, aufbauen, abbauen, etwas hineintun/herausholen, usw. Ein wichtiger Spezialfall des Gefässes ist das Haus. Menschen werden metaphorisch oft als Häuser konzipiert, mit einem Innenleben, das sie verschliessen oder zeigen können.	eine offene/verschlossene Person eine Beziehung aufbauen aus sich herausgehen
Gewicht / Balance	Alle metaphorischen Aussagen, denen die Erfahrung von Schwerkraft, Gleichgewicht oder des Lastentragens zugrunde liegt und die dazugehörigen Tätigkeiten des Auf/Abladens, Balancierens, Tragens, usw.	sich schwer tun mit etwas auf die leichte Schuler nehmen aus dem Gleichgewicht sein
Kreis / Zyklus	alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell zyklischer Abläufe zugrunde liegt, seien diese natürlich (Jahreszeiten, Schlaf-/Wachrhythmus, Lebensalter) oder künstliche (Wochentage, Monate, Schuljahre).	Gefühlsschwankungen haben in bestimmten Kreisen der Kreis schliesst sich

Nähe-Distanz	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell des eigenen Körpers als Zentrum jeglicher Wahrnehmung zugrunde liegt und alle daraus folgenden Eigenschaften und Prozesse. Die gesamte Umwelt wird als folge davon in räumlichen Relationen zu diesem Körper in einem Raster von Zentrum und Peripherie wahrgenommen.	distanziert sein sich jemandem nahe fühle sich einer Sache annähern
oben-unten	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell der Vertikalität zugrunde liegt. Die Strukturfolie der Vertikalität wird benutzt, um Skalen jeglicher Art zu erstellen, z.B. eine Rangordnung von Prioritäten. In der Regel wird in unserm Kulturraum oben mit besser gleichgesetzt. Prototyp der Vertikalität ist der aufrechte Gang.	Aufstiegschancen haben ganz unten beginnen hoch hinaus wollen
Teil-Ganzes	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Strukturmodell von Ganzheiten und ihren Teilen zugrunde liegt sowie die dazugehörigen Relationen zwischen Teilen und Ganzem. Prototyp ist der menschliche Körper, der sowohl aus Teilen bestehend als auch als Ganzes wahrgenommen wird, je nach Aufmerksamkeitsfokus. Beziehungen und Organisationen werden in der Regel in der Teil-Ganzes Metaphorik strukturiert.	ein Teil von mir alle unter einen Hut bringen sich gegenseitig ergänzen
vorne-hinten	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell einer Vor- und Rückseite sowie der Fortbewegung zugrunde liegt. Grundlage ist der menschliche Körper, der nur vorne Augen hat und eine Unterscheidung zwischen vorne und hinten erzwingt. Jede Fortbewegung bedingt, dass man etwas hinter sich lässt und den Blick nach vorne richten muss.	etwas hinter sich lassen etwas hinterfragen vordergründig
Weg	Alle metaphorischen Aussagen, denen das Modell des Weges zugrunde liegt mit den Strukturelementen Anfang, Weg, Ziel und Richtung und alle dazugehörigen Eigenschaften und Tätigkeiten. Das Weg-Modell leitet sich aus der Erfahrung der Fortbewegung ab, die immer Ausgang- und Zielpunkt und eine Richtung aufweist.	ein Ziel erreichen über Kritik hinweggehen den eigenen Weg finden

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und ohne Benützung anderer als der angegebenen Hilfsmittel verfasst habe.

Unterschrift: