

Andreas M. Krafft
Andreas M. Walker

Positive Psychologie der Hoffnung

Grundlagen aus Psychologie, Philosophie, Theologie
und Ergebnisse aktueller Forschung

Mit 36 Abbildungen

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1
	<i>Andreas M. Krafft</i>	
1.1	Ausgangslage	2
1.2	Zielsetzung	4
1.3	Aufbau des Buches	5
2	Die Positive Psychologie	9
	<i>Andreas M. Krafft</i>	
2.1	Das Negative und das Positive	10
2.1.1	Der negative „Bias“	10
2.1.2	Die positive Wende	13
2.2	Das gute Leben: Hedonisches und eudaimonisches Wohlbefinden	16
2.2.1	Die Frage nach dem guten Leben	16
2.2.2	Die beiden Formen der <i>eudaimonia</i> nach Aristoteles	17
2.2.3	Die zwei Arten von Lust	19
2.2.4	Arten und Erreichbarkeit von Zielen	20
2.2.5	Hedonismus und <i>eudaimonia</i> in der Positiven Psychologie	22
2.2.6	Die Theorie der Selbstbestimmung	24
2.2.7	Flourishing und Flow	26
2.2.8	Schlussfolgerungen: Hedonische und eudaimonische Hoffnung	27
2.3	Positive Eigenschaften und Erfahrungen	29
2.3.1	Tugenden und Charakterstärken	29
2.3.2	Positive Emotionen	31
2.3.3	Resilienz und posttraumatisches Wachstum	33
3	Philosophie und Theologie der Hoffnung	39
	<i>Andreas M. Krafft</i>	
3.1	Hoffnung in der griechischen Antike	41
3.1.1	Vorsokratisches Hoffnungsverständnis	41
3.1.2	Postsokratisches Hoffnungsverständnis	43
3.2	Christliche Hoffnung	45
3.2.1	Altes und Neues Testament	46
3.2.2	Hoffnung in den Moralthologien	48
3.2.3	Theologie der Hoffnung	52
3.2.4	Die Enzyklika Spe Salvi	53
3.3	Philosophie der Vernunft Hoffnung	55
3.3.1	Erkenntnistheoretische Grundlagen	55
3.3.2	Hoffnung auf das höchste Gut	59
3.3.3	Hoffnung auf ein ethisches Gemeinwesen und auf ewigen Frieden	62
3.4	Philosophien des Pessimismus und der Hoffnungslosigkeit	65
3.4.1	Philosophie des Pessimismus	65
3.4.2	Von der Hoffnungslosigkeit zur verzweifelten Hoffnung	71
3.5	Philosophie von Angst und Sorge	79

3.5.1	Das <i>Dasein</i> als ein praktisches <i>In-der-Welt-sein</i>	80
3.5.2	<i>Angst</i> und <i>Sorge</i> als Grundphänomene des <i>Daseins</i>	82
3.5.3	<i>Verfallen-sein</i> in die Durchschnittlichkeit des <i>Mans</i>	84
3.5.4	Der <i>Ruf</i> des <i>Gewissens</i> zur Freiheit des <i>Selbst-sein-Könnens</i>	86
3.5.5	Hoffnung im <i>Lichte</i> unserer gemeinsamen <i>Existenz</i>	88
3.6	Das Prinzip Hoffnung als realistische Utopie	89
3.6.1	Menschliches Streben und Hoffen	90
3.6.2	Die Ontologie der Hoffnung	91
3.6.3	Der subjektive Charakter der Hoffnung als realistische Utopie	93
3.7	Philosophie der intersubjektiven und absoluten Hoffnung	96
3.7.1	<i>Haben</i> und <i>Sein</i> – <i>Problem</i> und <i>Mysterium</i>	96
3.7.2	Das <i>Mysterium</i> der Hoffnung	101
4	Die Psychologie der Hoffnung	109
	<i>Andreas M. Krafft</i>	
4.1	Hoffnung in der Entwicklungspsychologie Eriksons	111
4.1.1	Grundlagen der Entwicklungspsychologie Eriksons	112
4.1.2	Hoffnung in den einzelnen Entwicklungsphasen	112
4.2	Kognitive Hoffnungstheorien	118
4.2.1	Zukunftsgerichtetes Denken	118
4.2.2	Hoffnung als positives kognitives Schema	119
4.2.3	Hoffnung als zielorientierte Willenskraft und Wegstärke	122
4.3	Alternative Konzeptualisierungen von Hoffnung	125
4.3.1	Kritik an der kognitiv-individualistischen Hoffnungstheorie.....	125
4.3.2	Alternative Hoffnungskonzepte	126
4.3.3	Multidimensionale Hoffnungskonzepte.....	133
4.4	Die Messung von Hoffnung	138
4.4.1	Skala zur narrativen Inhaltsanalyse.....	138
4.4.2	Skalen zur Messung kognitiver Hoffnung	139
4.4.3	Skalen zur Bewertung von persönlichen und globalen Zielen.....	140
4.4.4	Multidimensionale Hoffnungsskalen.....	141
4.4.5	Skala zur Messung der wahrgenommenen Hoffnung.....	144
4.4.6	Messung von Hoffnungslosigkeit	144
4.5	Diskursive und kulturelle Hoffnungstheorien	145
4.5.1	Metaphern von Hoffnung	146
4.5.2	Die verschiedenen Hoffnungsbegriffe	147
4.5.3	Unterschiedliche Hoffnungsobjekte und Aktionen.....	150
4.6	Hoffnung, Optimismus, Wünsche und Erwartungen	153
4.6.1	Hoffnung und Optimismus	153
4.6.2	Hoffnung und Erwartungen	157
4.7	Hoffnungslosigkeit und Enttäuschung	160
4.7.1	Die Dialektik von Hoffnung und Hoffnungslosigkeit sowie von Erwartung und Enttäuschung.....	160
4.7.2	Situative Hoffnungslosigkeit und erlernte Hilflosigkeit.....	161
4.7.3	Facetten von Hoffnungslosigkeit	162
4.8	Hoffnung in Medizin und Pflege	163
4.8.1	Charakter und Bedeutung von Hoffnung in Medizin und Pflege	163

4.8.2	Die vielfältigen Hoffnungen von Patienten und ihren Angehörigen	165
4.8.3	Die Quellen von Hoffnung.	171
5	Empirische Ergebnisse des Hoffnungsbarometers	175
	<i>Andreas M. Krafft und Andreas M. Walker</i>	
5.1	Methodischer Teil	176
5.1.1	Ausgangslage, Ziele und Vorgehen	176
5.1.2	Teilnehmende und Methoden	179
5.2	Bedeutung und Verständnis von Hoffnung	187
5.2.1	Metaphern von Hoffnung	187
5.2.2	Bedeutung von Hoffnung	188
5.2.3	Demografische Zusammenhänge mit Hoffnung	190
5.2.4	Verhältnis von Hoffnung zu anderen Variablen	193
5.3	Zufriedenheit, Zukunftserwartungen und generelle Hoffnung	196
5.3.1	Die Zufriedenheit im Leben und in einzelnen Bereichen	197
5.3.2	Optimistische und pessimistische Zukunftserwartungen	201
5.4	Persönliche und gesellschaftliche Hoffnungen	204
5.4.1	Persönliche Hoffnungen.	204
5.4.2	Gesellschaftliche Hoffnungen	209
5.5	Quellen von Hoffnung.	213
5.5.1	Erfahrungen, die unsere Hoffnung stärken	213
5.5.2	Orte der Hoffnung	214
5.5.3	Menschen, die Hoffnung vermitteln	217
5.5.4	Aktivitäten zur Erfüllung und Stärkung von Hoffnung	221
5.6	Hoffnung und ihre Beziehung zu einem guten Leben.	230
5.6.1	Hoffnungslosigkeit und posttraumatisches Wachstum	231
5.6.2	Hoffnung, Resilienz und Gesundheit	233
5.6.3	Hoffnung, Lebenssinn und Glück	237
6	Zusammenfassung, Integration und Fazit	241
	<i>Andreas M. Krafft</i>	
6.1	Bedeutung und Arten von Hoffnung	242
6.1.1	Die Bedeutung und Wichtigkeit von Hoffnung	242
6.1.2	Persönliche und gesellschaftliche Hoffnungen	243
6.1.3	Kognitive, dispositionale Hoffnung	245
6.1.4	Wahrgenommene Hoffnung	247
6.2	Dimensionen von Hoffnung	250
6.2.1	Soziale Beziehungen und Hoffnung	250
6.2.2	Positive Emotionen und Hoffnung	251
6.2.3	Religiosität, Spiritualität und Hoffnung	252
6.2.4	Sinn und Hoffnung	254
6.2.5	Hoffnung als Tugend	256
6.3	Hoffnung auf ein gutes Leben	258
6.3.1	Philosophische, theologische und psychologische Bezüge	258
6.3.2	Empirische Erkenntnisse aus dem Hoffnungsbarometer	261
6.4	Fazit – Der Tugendkreis der Hoffnung	263

Serviceteil	267
Literaturverzeichnis	268
Stichwortverzeichnis	279