

Der vorliegende Band versammelt Beiträge von ForscherInnen, die sich vom *mainstream* der Stressforschung abheben und die Stress- und Copingforschung auf der Grundlage der Theorie der Ressourcenerhaltung und dem assoziierten multiaxialen Copingmodell weiterentwickeln.

Diese neue Stress- und Copingtheorie stammt von Stevan E. Hobfoll und erklärt, wie Stress entsteht und warum Menschen danach streben, solche Ressourcen zu erhalten und zu schützen, die sie wertschätzen. Das Copingmodell zeichnet sich dadurch aus, dass es die Schwächen der bisher vorliegenden Stressbewältigungskonzepte aufdeckt und *individuelle* sowie *gemeinsame, soziale* Copinganstrengungen integriert. Insgesamt wird eine Rekonzeptualisierung des Stresskonstruktes vorgenommen und die Basisannahmen homeostatischer und transaktionaler Stresstheorien in Frage gestellt, Stress und Coping seien vornehmlich individuelle Prozesse, die vor allem auf kognitiven Einschätzungen des Individuums beruhen. Laut Hobfoll ist Stress vielmehr ein Resultat des *wirklichen* Lebens, also der objektiven Umstände und nicht nur ein Ergebnis subjektiver Wahrnehmung. Stress entsteht aus dem sozialen Kontext und ist stark an die spezifischen Bindungen von Menschen an ihre Kultur, ihr Volk, ihre Familie gekoppelt. Mit dieser Ansicht ist Hobfoll maßgeblicher Mitverursacher eines Paradigmenwechsels in der Stresstheorie.

Sein Stressmodell ist auf alle Populationen und alle Lebensphasen anwendbar und gibt grundlegende Hinweise darauf, wie soziale Interaktionsmuster erklärt werden können. Das Buch kann daher sowohl von professionellen PädagogInnen, PsychologInnen, BeraterInnen, aber auch von dem interessierten Laien mit Gewinn gelesen werden, denn es gibt interessante Anregungen für ein gewinnbringendes Ressourcenmanagement und vielfältige Stressbewältigungsstrategien.

Die hier zusammengetragenen anwendungsbezogenen Beiträge fußen alle auf der Theorie der Ressourcenerhaltung und beschäftigen sich mit zentralen Fragen der Lebensbewältigung bei Krankheit (Krebs, Diabetes, Herzkrankheit, AIDS), bei traumatischen Ereignissen (Flutkatastrophen, Orkane), aber auch bei weniger dramatischen Krisen wie dem Übergang in den Ruhestand oder dem Absolvieren von mündlichen Prüfungen.

Für die Diagnose von Ressourcen und multiaxialem Coping liegen nunmehr Adaptationen der amerikanischen Ursprungsversion in deutscher Sprache vor, die hier vorgestellt werden. Außerdem geben namhafte ForscherInnen wie Guy Bodenmann (Schweiz) und Renee Lyons (Kanada), die ebenfalls Pionierarbeit auf dem Gebiet der gemeinsamen Stressbewältigung geleistet haben, wertvolle Anregungen für zukünftige Aufgaben der Stress- und Copingforschung in Theorie und Praxis.

# Inhaltsverzeichnis

## **Theoretische Grundlegung**

- 1) Die Theorie der Ressourcenerhaltung und das multiaxiale Copingmodell – eine innovative Stresstheorie (S.E. Hobfoll & P. Buchwald)
- 2) Verschiedene theoretische Modelle gemeinsamer Stressbewältigung (P. Buchwald)

## **Die Diagnose von Ressourcen und multiaxialer Stressbewältigung**

- 3) Der Fragebogen GCOR-E-R - Zur Entwicklung eines diagnostischen Instrumentes auf der Basis der Theorie der Ressourcenerhaltung (O. Stoll)
- 4) Die Diagnose multiaxialer Stressbewältigung mit der *German Strategic Approach to Coping Scale* (C. Schwarzer, D. Starke & P. Buchwald)
- 5) Ein Messinstrument zur multiaxialen Prüfungsstressbewältigung: Die *German Strategic Approach to Coping Scale-Exam* (P. Buchwald & C. Schwarzer)

## **Befunde aus verschiedenen Praxisfeldern**

- 6) Die Theorie der Ressourcenerhaltung: Anwendung auf die öffentliche Gesundheitsförderung (S.E. Hobfoll & J.A. Schumm)
- 7) Partnerschaftliche Bewältigung einer Krebserkrankung (U. Schulz & R. Schwarzer)
- 8) Ressourcenmanagement-Intervention für PatientInnen in der Sporttherapie (O. Stoll, Schega, L. & D. Alfermann)
- 9) Gemeinsame Stressbewältigung von Ehepaaren auf dem Weg zum Ruhestand (C. Schwarzer & B. Busch)
- 10) Multiaxiales Coping und Leistung – Die Evaluation von Stressbewältigung in hierarchischen Prüfer-Prüfling-Dyaden (P. Buchwald)

## **Zukünftige Aufgaben für Theorie und Praxis der gemeinsamen Stressbewältigung**

- 11) Neuere Entwicklungen und die Zukunft des dyadischen Copings in Theorie und Praxis (G. Bodenmann)
- 12) Zukünftige Herausforderungen für Theorie und Praxis der gemeinsamen Stressbewältigung (R. Lyons)