

Gregor Hasler

Resilienz: Der Wir-Faktor

Gemeinsam Stress und Ängste überwinden

Mit einem Geleitwort von Katharina Domschke

 **Schattauer**

Inhalt

1	Der Verlust der Bedeutung	1
2	Die Entfremdung der Gemeinschaft	15
3	Der Dauerkampf um sozialen Status	33
4	Die Faszination des Negativen.	61
5	Optimismus als Opium für Nonnen und Soldaten	77
6	Fürchten falsch gelernt.	93
7	Überbeschützte Kindheit, vernachlässigte Jugend	125
8	Wozu Komplexität?	151
9	Geborgen in der Gegenwart	171
10	Der Wir-Faktor	201
	Referenzen	209