DIE GESCHICHTE, DIE UNS TRÄGT

DIE NARRATIVE IDENTITÄT ALS RESILIENZFAKTOR

AUTORINNEN: RESCH, ANNA, HANFSTINGL, BARBARA, & JENULL, BRIGITTE

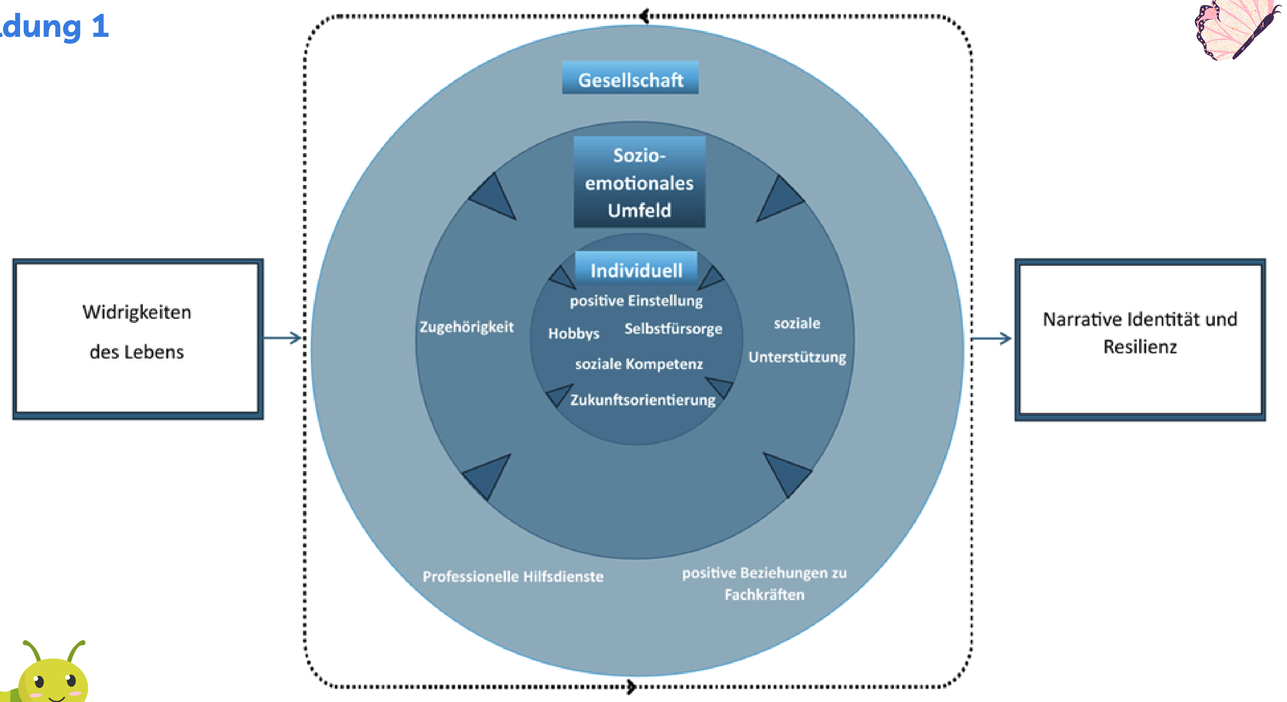
Forschungsfragen

1. Ist die narrative Identität relevant für die Resilienz?
2. Wie lässt sich der Ansatz der narrativen Identität konzeptionell in Risiko-Resilienz-Modelle integrieren?

Methodik

Zur Modellentwicklung wurde das Fallbeispiel Johanna (Jenull & Hanfstingl, 2023) reanalysiert und mit Forschung zu Adaptationsprozessen, narrativer Identität sowie Befunden aus Betreuungskontexten verglichen und ergänzt.

Abbildung 1



Einleitung

Resilienz wird in der modernen Literatur immer häufiger als Prozess verstanden, der den **Umgang mit Stressfaktoren** bzw. traumatischen Erlebnissen, deren **konstruktive Bewältigung sowie Anpassung** an damit verbundene Belastungen umfasst (Windle et al., 2011; 2023). Im Zusammenspiel von Belastungen und Bewältigungsressourcen manifestiert sie sich in **Risiko-Resilienz-Modellen** (z.B. Cousins et al., 2015), wobei die **therapeutische Wirkung des Erzählens** und der **Selbstnarration** zunehmend betont wird (Ahouli, 2025; Ramasubramanian et al., 2022; Schofield et al., 2017; Thomsen et al., 2025).

Dies untermauert die Frage, welche Stellung sie im Kontext von Resilienz besitzt. Unter **narrativer Identität** versteht man die internalisierte und kontinuierliche Gestaltung der eigenen Lebensgeschichte, welche die rekonstruierte Vergangenheit und imaginäre Zukunft miteinander verbindet, um ihr Kohärenz und Sinn zu verleihen (McAdams & McLean, 2013).

Ergebnisse

Resilienz wurde als **Mediator** für den **Zusammenhang zwischen dem Lebensnarrativ und Lebensoutcomes** identifiziert (Ramasubramanian et al., 2022). Die **individuelle Bedeutungsgebung** und **Integration** von Erfahrungen wirkten sich entsprechend auf **Bewältigung, Identitätsbildung** sowie die **Anpassung** an vergangene, gegenwärtige und zukünftige Herausforderungen aus (Mason et al., 2019; Schofield et al., 2017). Kongruent mit bisheriger Evidenz begünstigte auch im Fallbeispiel Johanna die **positive Umdeutung** früherer aversiver und teils traumatischer Erfahrungen (z. B. von Opfer- zu Überlebensidentität) eine **resiliente Anpassung** (z.B. Schofield et al., 2017). Erst der **therapeutische Prozess** ermöglichte die **Transformation** ihrer zuvor verborgenen **stigmatisierten Identität und Trauma-Narration** und führte zu resilienterem Handeln.

Auf dieser Basis wurde in Anlehnung an Windle et al. (2023) ein **erweitertes Risiko-Resilienz-Modell** entwickelt, das narrative Prozesse als Mechanismus individueller Resilienz integriert (s. Abbildung 1).

Diskussion

Das Modell sieht die effektive **narrative Integration belastender Erfahrungen** in eine **positiv geframte Lebensgeschichte** als möglichen **Resilienzmechanismus**. Evidenz aus traumafokussierten Ansätzen wie der Narrativen Expositionstherapie stützt diese Annahme (Lely et al., 2011). Narrative Prozesse könnten demnach einen Ansatz zur Förderung adaptiver Bewältigung darstellen und das abgeleitete Modell sollte in **weiterführender Forschung** empirisch evaluiert werden.

QR-Code zum Literaturverzeichnis

UNIVERSITÄT KLAGENFURT

KONTAKT
Anna.Resch@aau.at