



V E R E I N  
Friedstraße 23, A-1210 Wien  
Tel.: +43/1/263 23 12-0 Fax: -20  
office@bildungsmanagement.at  
http://www.bildungsmanagement.at



## Masterlehrgang „PSYCHOSOZIALE BERATUNG / LEBENS- UND SOZIALBERATUNG“

Abschluss im Mai 2008

### Subjektive Genesetheorien bei Depression

Elisabeth Kutmon

e.kutmon@kraftfuerleben.org

#### Zusammenfassung:

- Ich erlebe in meiner Arbeit als Lebensberaterin im Verein Kraft für Leben häufig, wie schwer es für depressive Menschen ist, wieder in eine stabile gute Lebensqualität zu finden. Daher bin ich an neuen Informationen rund um das Thema Genesung von Depression sehr interessiert.
- Ziel dieser Untersuchung war es, neue Impulse für den Weg aus der schweren Beeinträchtigung der Lebensqualität bei Depression zu finden.
- Es wurden narrativ-fokussierte Interviews (Aufzeichnungen auf Tonband) durchgeführt.
- Auf Grund der Ergebnisse der qualitativen Inhaltsanalyse fanden sich folgende neun Kategorien von subjektiven Genesefaktoren: Persönliche Stärken, Professionelle Hilfe, Materielle Sicherheit, Körperbewusstsein, Glaube und Spiritualität, Natur, Soziales Netz, Glück und „Wunder“ und Veränderungen.

#### Abstract:

- In my profession as a counsellor for „Kraft für Leben“ (Power for Life, registered association), I have often experienced how hard it is for depressive people to regain a good, stable quality of life. I am therefore very interested in new information on the topic of recovery from depression.
- The focus of this study lay on the discovery of new impulses that may help people overcome the severe impairments in their quality of life caused by the depression.
- With this purpose, narrative-focussed interviews were conducted (tape-recordings).
- As a result of the qualitative content analysis, nine categories of subjective recovery factors were found: Personal strengths, professional help, financial security, body awareness, faith and spirituality, nature, social network, luck and "wonder", changes.