

Reihe „Blickpunkt Gesundheit“ · 5

Herbert Feser

Der menschliche Lebenszyklus

*Entwicklung des Selbstkonzeptes und
des Sozialverhaltens über elf Lebensabschnitte*

Mit Fotografien von Ulrike Feser und Wolfgang Stahr



Fachverlag Peter Sabo - Schwabenheim a. d. Selz



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1 Embryo, Fetus und Geburt	13
1.1 Neues menschliches Leben	14
1.1.1 Entwicklung	14
1.1.2 Embryo	19
1.1.3 Fetus	19
1.1.4 Vorgeburtliches Selbst und Soziabilität	20
1.1.5 Geburt	20
1.2 Gesundheitliche Aufklärung für werdende Eltern	21
1.2.1 Empfehlungen zur Betreuung	21
1.2.2 Gesundheit der Schwangeren	23
1.2.3 Elterliche Lebensweise	23
1.2.4 Innere Einstellung zum Kind	27
2 Säugling und Kleinstkind	31
2.1 Frühkindliche Entwicklung	31
2.1.1 Seelische Primärausstattung	31
2.1.2 Gefühlsentwicklung	32
2.1.3 Urvertrauen und dyadische Beziehung	34
2.2 Primärprävention, Zielgruppe Eltern und Säuglinge	40
2.2.1 Das Prager Eltern-Kind-Programm	41
2.2.2 Umsetzungsbeispiel	41
3 Kleinkind	45
3.1 Vom dritten bis zum sechsten Lebensjahr	45
3.1.1 Eintritt in den Kindergarten	45
3.1.2 Spiel als Daseinsform des Kleinkindes	47
3.1.3 Initiative in Elternhaus und Kindergarten	48
3.2 Förderung kleinkindlicher Sozialkontakte	50
3.2.1 Fallbeschreibung: Sascha P., 3;4 Jahre	50
3.2.2 Zusammenarbeit von Kindergarten und Elternhaus	50
3.2.3 Sozialpädagogische Arbeit mit Kindern	52
4 Großkind	57
4.1 Die Grundschulzeit	57
4.1.1 Schulfähigkeit	57
4.1.2 Entwicklungsaufgaben und kritische Lebensereignisse	59
4.1.3 Kognitive Entwicklung	61
4.1.4 Selbst- und Sozialentwicklung	65
4.2 Krisenprävention und Psychologische Erste Hilfe	67
4.2.1 Fallbeschreibung: Albert L., 9 Jahre	68
4.2.2 Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie	69

5	Frühes Jugendalter	73
5.1	Vom elften bis zum vierzehnten Lebensjahr	73
5.1.1	Neues Körper-Selbst	73
5.1.2	Selbst-Umwelt-Bezug	74
5.1.3	Identitätssuche	76
5.2	Gesundheitliche Prävention für „Klassenfamilien“	79
5.2.1	Sozialkontakte und Außenseitertum in der Sekundarstufe I	79
5.2.2	Schüler, Lehrer, Eltern als Partner	80
5.2.3	Pädagogisch-psychologische Seminare für Schüler, Lehrer und Eltern	82
5.2.4	Leitplan zum Familienseminar „Schulangst“	83
6	Mittleres Jugendalter	89
6.1	Vom vierzehnten bis zum siebzehnten Lebensjahr	89
6.1.1	Entwicklungsaufgaben im mittleren Jugendalter	89
6.1.2	Wer bin ich?	94
6.1.3	Werthaltungen und moralisches Handeln	96
6.2	Prävention gegen abweichendes Verhalten	100
6.2.1	Hilfe bei der Findung von Beruf bzw. Beschäftigung	100
6.2.2	Verhütung von Frühkriminalität	103
7	Spätes Jugendalter	107
7.1	Psychosoziales Moratorium	107
7.1.1	Personales Selbstkonzept	107
7.1.2	Sozialverhalten	109
7.2	Psychosoziale Gesundheitsförderung	111
7.2.1	Identitätskonflikte im jugendlichen Umfeld	111
7.2.2	Wege der Konfliktlösung	114
7.2.3	Soziale und seelische Gesundheit	116
8	Frühes Erwachsenenalter	121
8.1	Entwicklungsaufgaben im dritten Lebensjahrzehnt	121
8.1.1	Intimität gegen Isolierung	123
8.1.2	Gestaltung sozialer Aufgaben	124
8.2	Scheitern und Gelingen von Partnerschaft	127
8.2.1	Modellfall eheliche Partnerbeziehung	127
8.2.2	Förderung des Gelingens von Partnerschaft	131
8.2.3	Früherkennung und Beratung	132
8.2.4	Schadensminimierung	133
9	Mittleres Erwachsenenalter	137
9.1	Teilabschnitte und Daseinsthemen	137
9.1.1	Selbstkonzept-Krise und Selbstverwirklichung	138
9.1.2	Soziale Aufgaben	143
9.2	Praktische Psychohygiene und Soziohygiene	150
9.2.1	Fallbeschreibung: Otto W., 51 Jahre	150

9.2.2	Erlebnispsychologische Analyse	151
9.2.3	Arbeits- und betriebspsychologischer Kommentar	153
9.2.4	Wege aus der beruflichen Krise	155
10	Höheres Erwachsenenalter	161
10.1	Die Jahre ab 61	161
10.1.1	Tat oder Rat im Alter?	161
10.1.2	Integrität und Weisheit	164
10.1.3	Sozialverhalten	167
10.2	Jahre voll Leben	168
10.2.1	Übergang und Neubeginn	168
10.2.2	Psychosoziales Wohlbefinden	171
10.2.3	Besondere Lebensumstände	177
11	Sterben und Tod	183
11.1	Psychologische Befunde zum letzten Lebensabschnitt	183
11.1.1	Auseinandersetzung mit dem Lebensende	183
11.1.2	Ängste und ihre Bewältigung	185
11.1.3	Todkranke Patienten	188
11.1.4	Todestrieb, Selbsttötung	191
11.1.5	Todesnähe	193
11.2	Rat und Hilfe	194
11.2.1	Sterbebegleitung	194
11.2.2	Sterbehilfe	198
11.2.3	Trauerarbeit	199
Anhang		
	Literaturverzeichnis	203
	Einzelverzeichnisse	211
	Abbildungen	211
	Fallbeispiele	211
	Fotografien	212
	Praxisbeispiele	212
	Tabellen	213
	Textbeispiele	213
	Übersichten	213