
| | |
|--|-----|
| Vorwort | 9 |
| Summary | 11 |
| I Einführung: Genuss als Forschungsdefizit | 28 |
| II Genussfähigkeit und Gesundheit: Eine Analyse der wissenschaftlichen Literatur | 32 |
| 1 Genuss: Definitionen und Bedeutungen | 32 |
| 2 Theoretische Ansätze zu Genuss | 41 |
| 2.1 Genuss in der Freud'schen Psychoanalyse | 42 |
| 2.2 Genuss in der Adler'schen Individualpsychologie | 44 |
| 2.3 Helmut Schulze: Genuss aus Neurose-psychologischer Sicht | 45 |
| 2.4 Rohrer: Genussströbe | 46 |
| 2.5 Lersch: Genussstreben | 47 |
| 2.6 Gerhard Schulze: Genuss in der Erlebnisgesellschaft | 49 |
| 2.7 Lutz: Genuss als euthymes Verhalten und Erleben | 50 |
| 2.8 Abschließendes Resümee | 55 |
| 3 Genuss als Wertorientierung und Lebensstil | 56 |
| 4 Genussfelder | 70 |
| 4.1 Genuss und Essen | 71 |
| 4.2 Genuss und Musik | 87 |
| 4.3 Genuss und materieller Konsum | 95 |
| 4.4 Genuss und soziale Kontakte | 99 |
| 5 Entwicklungspsychologische Aspekte von Genuss | 104 |
| 6 Genuss und Krankheit | 117 |
| 7 Genussstrainings | 129 |
| 8 Resümee: Schlussfolgerungen für die weitere Forschung | 141 |
| III Psychologie der Genussfähigkeit und des Genießens: Eine empirische Untersuchung | 144 |
| 1 Aufgabenstellung | 144 |
| 2 Die Entwicklung des theoretischen Modells | 145 |
| 2.1 Das heuristische Modell | 145 |
| 2.2 Das theoretische Modell | 149 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| IV | Untersuchungsaufbau, Stichprobe und Methode | 153 |
| 1 | Untersuchungsphasen und Stichproben | 153 |
| 1.1 | Psychologische Pilotstudie | 153 |
| 1.2 | Standardisierte Modellstudie | 154 |
| 1.3 | Standardisierte Repräsentativstudie | 156 |
| 2 | Auswertungsmethoden | 158 |
| V | Untersuchungsergebnisse | 160 |
| 1 | Definition und Bedeutung von Genuss | 160 |
| 1.1 | Genusssensoren und Genussdefinition | 160 |
| 1.2 | Die persönliche Bedeutung von Genuss | 162 |
| 1.3 | Die Rolle und Bewertung des Genießens im persönlichen Leben: Das Ausmaß der Genusszentralität | 167 |
| 1.4 | Resümee | 172 |
| 2 | Länder, Kulturen und Genuss | 173 |
| 2.1 | Die Landkarten des Genießens | 173 |
| 2.2 | Genusswahrnehmung und Kultur: Türkische Migranten in Deutschland | 177 |
| 2.3 | Genuss und politische Freiheit | 193 |
| 2.4 | Resümee | 195 |
| 3 | Genussfelder und Genusstypen | 197 |
| 3.1 | Die Alltagsfreuden: Spontane Genüsse | 197 |
| 3.2 | Die Genussfelder | 202 |
| 3.3 | Arbeit und Beruf als Genussfeld | 205 |
| 3.4 | Die Genussfelder von Frauen und Männern | 206 |
| 3.5 | Die Typologie der Genussfelder | 207 |
| 3.6 | Resümee | 217 |
| 4 | Die Psychologie der Genussfähigkeit: Selbstwahrnehmung des Genießens | 218 |
| 4.1 | Soziale Orientierungsmuster: Der typische „Genießer“ und „Nichtgenießer“ – Leitbild und Feindbild | 218 |
| 4.1.1 | Das Psychogramm des typischen Genießers | 219 |
| 4.1.2 | Das Psychogramm des typischen Nichtgenießers | 222 |
| 4.1.3 | Das Image des Genießers/Nichtgenießers und die Selbsteinschätzung als Genießer | 228 |
| 4.1.4 | Die Personifizierung prominenter Genießer und Nichtgenießer | 232 |
| 4.1.5 | Resümee | 235 |

| | | |
|-------|--|-----|
| 4.2 | Die subjektive Wahrnehmung der Vor- und Nachteile von Genuss | 235 |
| 4.3 | Die Diagnose der Genussfähigkeit: Methodik der Bilanzierung | 241 |
| 4.4 | Genussfähigkeit und individuelles Genusserleben: Typologie der Genussfähigkeit | 243 |
| 4.5 | Resümee | 251 |
| 5 | Genussbiographie | 253 |
| 5.1 | Genussverhalten und Genusserziehung der Eltern | 254 |
| 5.2 | Genussverbote und Genusssanktionen | 257 |
| 5.3 | Resümee | 260 |
| 6 | Genuss und Lebensalter | 261 |
| 6.1 | Selbstwahrnehmung der Veränderungen des Genusserlebens im persönlichen Lebensverlauf | 261 |
| 6.2 | Allgemeine Bewertung des Genießens in Abhängigkeit vom Lebensalter | 263 |
| 6.3 | Spezielle Wahrnehmung der Genussqualität in verschiedenen Lebensaltern | 264 |
| 6.3.1 | Die Qualität des Genießens bei Kindern | 264 |
| 6.3.2 | Die Qualität des Genießens bei Jugendlichen | 266 |
| 6.3.3 | Die Qualität des Genießens bei Erwachsenen | 268 |
| 6.3.4 | Die Qualität des Genießens bei älteren Menschen | 269 |
| 6.4 | Resümee | 272 |
| 7 | Genuss, Gesundheit und Genussentzug | 273 |
| 7.1 | Genuss und körperliches Ausdrucksverhalten | 274 |
| 7.2 | Der subjektive Zusammenhang zwischen Genuss und Gesundheit | 275 |
| 7.3 | Die kleinen Sünden des Genießens | 281 |
| 7.4 | Genussentzug als Alltagsstressor | 282 |
| 7.5 | Genussbarrieren und Genussverzicht | 284 |
| 7.6 | Genuss und Gesetz | 287 |
| 7.7 | Resümee | 290 |
| 8 | Prävention und Genuss | 291 |
| 8.1 | Die persönlich wahrgenommenen Gesundheitsrisiken | 292 |
| 8.2 | Die persönlich wahrgenommenen Krankheitsursachen | 294 |
| 8.3 | Das persönliche Gesundheitsverhalten | 296 |
| 8.4 | Das Gesundheitsverhalten der Eltern | 301 |
| 8.5 | Ernährungsverhalten | 304 |
| 8.6 | Resümee | 308 |
| 9 | Genussfähigkeit und Genussmittel | 310 |

| | | |
|---|---|------------|
| 9.1 | Tabak- und Alkoholkonsum | 311 |
| 9.2 | Kaffee- und Teekonsum | 314 |
| 9.3 | Verwendung und Konsum von Kräutern und Gewürzen | 315 |
| 9.4 | Resümee | 317 |
| 10 | Genussfähigkeit, Persönlichkeit und Lebensqualität | 318 |
| 10.1 | Genussfelder, Genusstypen und Wohlbefinden | 318 |
| Exkurs 1: Das Genussfeld Körperpflege, Ästhetik, materieller Konsum und die Psychologie des Wohlbefindens bei Frauen | | 318 |
| Exkurs 2: Heimtiere, Wohlbefinden und Genuss | | 322 |
| 10.2 | Genuss und Lebenszufriedenheitswerte | 323 |
| 10.3 | Genussfähigkeit und Persönlichkeit | 325 |
| 10.4 | Resümee | 329 |
| 11 | Kausale Bedingungen und Auswirkungen von Genussfähigkeit und -unfähigkeit: Überprüfung des theoretischen Modells mit LISREL | 329 |
| 11.1 | Kurze Darstellung der LISREL-Methode | 330 |
| 11.2 | Das Messmodell | 332 |
| 11.3 | Ergebnisse des LISREL-Modells | 336 |
| 11.4 | Zusammenfassende Interpretation der kausalanalytischen Ergebnisse | 341 |
| VI | Ausblick: Forschungsnotwendigkeiten | 349 |
| Literatur | | 352 |
| Anhang | | 367 |
| Die Autoren | | 400 |