

Inhalt

1	Einleitung: Warum Gesundheitspsychologie?	9
2	Die Gesundheitspsychologie als wissenschaftliche Disziplin	20
2.1	Der Gegenstand und die Fragen der Gesundheitspsychologie	20
2.2	Historische Wurzeln und interdisziplinäre Bezüge der Gesundheitspsychologie	23
2.2.1	Gesundheitspsychologie und Psychosomatik ...	23
2.2.2	Die Entwicklung der Gesundheitspsychologie als psychologische Teildisziplin	25
2.2.3	Gesundheitspsychologie im Rahmen der Gesundheitswissenschaften.....	28
2.3	Gesundheit und Krankheit als Grundbegriffe von Gesundheitspsychologie und Gesundheitswissenschaften	30
2.3.1	Der Laienbegriff von Gesundheit und Krankheit.....	30
2.3.2	Der Expertenbegriff von Krankheit	32
2.3.3	Der Expertenbegriff von Gesundheit	33
2.4	Gesundheitspsychologische Forschungsansätze und -methoden	36
	Zusammenfassung	38
	Weiterführende Literatur	39
3	Theoretische Modelle der Gesundheitspsychologie und Gesundheitswissenschaften	41
3.1	Vorstellungen von Gesundheit und Krankheit in der Geschichte	41
3.2	Paradigmen der Gesundheitswissenschaften: Krankheits- und Gesundheitsmodelle	44
3.2.1	Das biomedizinische Krankheitsmodell und seine Kritik.....	45

3.2.2	Das biopsychosoziale Krankheitsmodell	48
3.2.3	Das Paradigma der Salutogenese	49
3.3	Das Risikofaktorenmodell von Krankheit	53
3.4	Das Modell der psychosozialen Krankheitsätiologie	57
3.5	Das theoretische Modell der Salutogenese	63
	Zusammenfassung	70
	Weiterführende Literatur	71
4	Psychosoziale Bedingungen bei der Entstehung von Krankheiten: Risiken und Risikoverhalten	72
4.1	Stressbedingungen und Krankheit	72
4.1.1	Stresskonzepte und Stresstheorien	73
4.1.2	Stressprozess und Stressforschung.....	82
4.1.3	Lebensereignisse und Krankheit	85
4.1.4	Arbeitsbelastungen und Krankheit.....	94
4.1.5	Bewältigungsstile und Bewältigungs- ressourcen.....	99
4.2	Persönlichkeitsmerkmale und Krankheit	107
4.2.1	Psychosomatische Persönlichkeitstheorien	108
4.2.2	Risikante Persönlichkeitsmerkmale	112
4.2.3	Interaktionen von Persönlichkeitsmerkmalen...	118
4.3	Psychophysiologische Zusammenhänge	123
4.3.1	Psychophysiologische Regulationen.....	123
4.3.2	Kardiovaskuläre Reaktionen	126
4.3.3	Immunologische Reaktionen.....	131
4.4	Risikoverhalten und Krankheit	133
4.4.1	Verhalten als Krankheitsrisiko.....	135
4.4.2	Psychosoziale Bedingungen des Risikoverhaltens	139
	Zusammenfassung	144
	Weiterführende Literatur	145
5	Psychosoziale Bedingungen von Gesundheit: Salutogenese, Gesundheitsressourcen und Gesundheitsverhalten	146
5.1	Gesundheitsbegriff und Gesundheitskontinuum	149
5.2	Stressbewältigung und Gesundheit	153
5.3	Gesundheitsressourcen	157

5.4	Das Kohärenzgefühl und die Salutogenese	164
5.4.1	Das Konzept des »Sense of Coherence«	164
5.4.2	Wie wirkt das Kohärenzgefühl in der Salutogenese?	166
5.4.3	Stand der Salutogenese-Forschung.....	169
5.4.4	Grenzen von Antonovskys Theorie der Salutogenese.....	170
5.5	Das Gesundheitsverhalten und seine Bedingungen ...	172
5.5.1	Der Begriff des Gesundheitsverhaltens	172
5.5.2	Modelle des Gesundheitsverhaltens	175
5.5.3	Grenzen psychologischer Modelle des Gesundheitsverhaltens	186
5.6	Gesundheitsvorstellungen, Gesundheitshandeln und das Laiengesundheitssystem	189
5.6.1	Subjektive und soziale Konstruktion von Gesundheit.....	189
5.6.2	Subjektive Konzepte und Theorien von Gesundheit.....	191
5.6.3	Gesundheitshandeln im Alltag und das Laiengesundheitssystem	200
	Zusammenfassung.....	205
	Weiterführende Literatur.....	207
6	Krankheitserleben und der Umgang mit Krankheiten	208
6.1	Psychische und soziale Aspekte von Krankheit	208
6.2	Krankheitserleben und Krankheitsverhalten	215
6.3	Subjektive Krankheitstheorien	226
6.4	Die Bewältigung von krankheitsbezogenen Belastungen	230
6.5	Chronische Krankheit im biographischen und sozialen Kontext	236
	Zusammenfassung.....	240
	Weiterführende Literatur.....	241
7	Gesundheit und Krankheit im Lebenslauf	242
7.1	Gesundheit im Jugendalter	242
7.1.1	Die gesundheitliche Lage von Jugendlichen ...	243
7.1.2	Psychische Belastungen und die Gesundheit von Jugendlichen	247
7.1.3	Das Risikoverhalten von Jugendlichen	255

7.2 Gesundheit im Erwachsenenalter	263
7.2.1 Gesundheit als Thema des Erwachsenenalters..	264
7.2.2. Gesundheitliche Risiken und Ressourcen im Erwachsenenalter	269
7.2.3 Gesundheit von Frauen und Männern	279
Zusammenfassung	290
Weiterführende Literatur	292
8 Prävention und Gesundheitsförderung: Konzepte und Praxisansätze	293
8.1 Prävention und Gesundheitsförderung: Grundlagen und Konzepte	293
8.1.1 Gesellschaftlicher Bedarf	293
8.1.2 Grundbegriffe und Grundlagen	294
8.1.3 Konzepte, Ansätze und Strategien der Gesundheitsförderung	302
8.2 Gesundheitsförderung in Settings	306
8.2.1 Gesundheitsförderung im Betrieb	309
8.2.2 Gesundheitsförderung in der Schule	315
8.2.3 Gesundheitsförderung in der Gemeinde und Kommune.....	323
8.3 Gesundheitsförderung durch Gesundheitsberatung ...	331
8.4 Perspektiven einer psychologischen Gesundheitsförderung	338
Zusammenfassung	340
Weiterführende Literatur	342
Literatur	343
Sachwortregister	359