

Inhalt

Geleitwort	11
1 Einleitung: Warum Gesundheitspsychologie? ..	13
2 Die Gesundheitspsychologie als wissenschaftliche Disziplin	26
2.1 Der Gegenstand und die Fragen der Gesundheitspsychologie	26
2.2 Historische Wurzeln und interdisziplinäre Bezüge der Gesundheitspsychologie	29
2.2.1 Gesundheitspsychologie und Psychosomatik	29
2.2.2 Die Entwicklung der Gesundheitspsychologie als psychologische Teildisziplin	32
2.2.3 Gesundheitspsychologie im Rahmen der Gesundheitswissenschaften	35
2.3 Gesundheit und Krankheit als Grundbegriffe von Gesundheitspsychologie und Gesundheitswissenschaften	36
2.3.1 Der Laienbegriff von Gesundheit und Krankheit	37
2.3.2 Der Expertenbegriff von Krankheit	39
2.3.3 Der Expertenbegriff von Gesundheit	41
2.4 Gesundheitspsychologische Forschungsansätze und -methoden	44
Zusammenfassung	46
Literaturempfehlungen	48

3	Theoretische Modelle der Gesundheitspsychologie und Gesundheitswissenschaften	49
3.1	Vorstellungen von Gesundheit und Krankheit in der Geschichte.....	49
3.2	Paradigmen der Gesundheitswissenschaften: Krankheits- und Gesundheitsmodelle	52
3.2.1	Das biomedizinische Krankheitsmodell und seine Kritik	53
3.2.2	Das biopsychosoziale Krankheitsmodell	56
3.2.3	Das Paradigma der Salutogenese ..	58
3.3	Das Risikofaktorenmodell von Krankheit	62
3.4	Das Modell der psychosozialen Krankheitsätiologie	67
3.5	Das theoretische Modell der Salutogenese (und der Resilienz)	73
	Zusammenfassung	82
	Literaturempfehlungen	84
4	Psychosoziale Bedingungen bei der Entstehung von Krankheiten: Risiken und Risikoverhalten	86
4.1	Stressbedingungen und Krankheit	86
4.1.1	Stresskonzepte und Stresstheorien	87
4.1.2	Stressprozess und Stressforschung	103
4.1.3	Lebensereignisse und Krankheit ..	107
4.1.4	Arbeitsbelastungen und Krankheit	117
4.2	Persönlichkeitsmerkmale und Krankheit ..	126
4.2.1	Psychosomatische Persönlichkeitstheorien	127
4.2.2	Risikante Persönlichkeitsmerkmale	132
4.2.3	Interaktionen von Persönlichkeitsmerkmalen	139
4.3	Psychophysiologische Zusammenhänge ..	144
4.3.1	Psychophysiologische Regulationen	145
4.3.2	Kardiovaskuläre Reaktionen	147
4.3.3	Immunologische Reaktionen	153

4.4	Risikoverhalten und Krankheit	156
4.4.1	Verhalten als Krankheitsrisiko	158
4.4.2	Psychosoziale Bedingungen des Risikoverhaltens	162
	Zusammenfassung.....	168
	Literaturempfehlungen	169
5	Psychosoziale Bedingungen von Gesundheit: Salutogenese, Resilienz, Gesundheitsressourcen und Gesundheitsverhalten	172
5.1	Gesundheitsbegriff und Gesundheitskontinuum	174
5.2	Stressbewältigung und Gesundheit	180
5.3	Gesundheitsressourcen	184
5.4	Das Kohärenzgefühl und die Salutogenese	193
5.4.1	Das Konzept des »Sense of Coherence«	193
5.4.2	Wie wirkt das Kohärenzgefühl in der Salutogenese?	196
5.5	Die Forschung zur Salutogenese: Entwicklungen und Stand	199
5.6	Grenzen von Antonovskys Theorie der Salutogenese und das Konzept der Resilienz	201
5.7	Das Gesundheitsverhalten und seine Bedingungen	204
5.7.1	Der Begriff des Gesundheitsverhaltens	204
5.7.2	Modelle des Gesundheitsverhaltens	207
5.7.3	Grenzen psychologischer Modelle des Gesundheitsverhaltens	218
5.8	Gesundheitsvorstellungen, Gesundheitshandeln und das Laiengesundheitssystem	220
5.8.1	Subjektive und soziale Konstruktion von Gesundheit	220
5.8.2	Subjektive Konzepte und Theorien von Gesundheit	223

	5.8.3	Gesundheitshandeln im Alltag und das Laiengesundheitsystem	231
		Zusammenfassung	237
		Literaturempfehlungen	239
6		Krankheitserleben und der Umgang mit Krankheiten	241
	6.1	Psychische und soziale Aspekte von Krankheit: Ein Überblick	241
	6.2	Krankheitserleben und Krankheitsverhalten	249
	6.3	Subjektive Krankheitstheorien	261
	6.4	Die Bewältigung von krankheitsbezogenen Belastungen	266
	6.5	Chronische Krankheit im biographischen und sozialen Kontext	272
		Zusammenfassung	276
		Literaturempfehlungen	278
7		Gesundheit und Krankheit im Lebenslauf: Jugend, Erwachsenenalter, Geschlecht	280
	7.1	Gesundheit im Jugendalter	281
	7.1.1	Die gesundheitliche Lage von Jugendlichen	282
	7.1.2	Psychische Belastungen und Gesundheit von Jugendlichen	287
	7.1.3	Das Risikoverhalten von Jugendlichen	295
	7.2	Gesundheit im Erwachsenenalter	304
	7.2.1	Gesundheit als Thema des Erwachsenenalters	305
	7.2.2	Gesundheitliche Risiken und Ressourcen im Erwachsenenalter ..	311
	7.3	Gesundheit von Frauen und Männern...	322
	7.3.1	Die gesundheitliche Situation von Frauen und Männern	323
	7.3.2	Risiken und Ressourcen in der Lebenssituation und Lebensweise von Frauen	326

7.3.3	Risiken und Ressourcen in der Lebenssituation und Lebensweise von Männern	331
	Zusammenfassung	336
	Literaturempfehlungen	337
8	Prävention und Gesundheitsförderung: Konzepte und Praxisansätze	340
8.1	Grundlagen und Konzepte der Prävention und Gesundheitsförderung	340
8.1.1	Gesellschaftlicher Bedarf	340
8.1.2	Grundbegriffe und Grundlagen ...	342
8.1.3	Konzepte, Ansätze und Strategien der Gesundheitsförderung	351
8.2	Gesundheitsförderung in Settings	360
8.2.1	Gesundheitsförderung im Betrieb	361
8.2.2	Gesundheitsförderung in der Schule	368
8.2.3	Gesundheitsförderung in der Gemeinde und Kommune	377
8.3	Gesundheitsförderung durch Gesundheitsberatung	385
8.4	Perspektiven einer psychologischen Gesundheitsförderung	393
	Zusammenfassung	395
	Literaturempfehlungen	397
	Literatur	399
	Stichwortverzeichnis	419