

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	Riskante 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