

1 Einleitung: Zusammen wachsen – Förderung der positiv-psychologischen Entwicklung von Individuum, Organisation und Gesellschaft

Michaela Brohm-Badry, Corinna Peifer, Julian M. Greve, Benjamin Berend

Zusammen wachsen – Förderung der positiv-psychologischen Entwicklung von Individuum, Organisation und Gesellschaft war das Thema der dritten Konferenz der Deutschen Gesellschaft für Positiv-Psychologische Forschung (DGPPF), die im Mai 2018 an der Ruhr-Universität Bochum stattfand. Das Konferenzthema lässt sich auf verschiedenen Ebenen interpretieren.

- 1) Das soziale, kognitive und emotionale Wachstum ist ein elementarer Bestandteil des Flourishings sowohl für Individuen als auch in Organisationen und Gesellschaften.
- 2) Die DGPPF hat sich von Beginn an nicht ausschließlich als psychologische Vereinigung verstanden, sondern als interdisziplinärer Forschungs- und Lehrverbund, der u. a. den interdisziplinären Austausch fördern möchte (siehe <http://dgppf.de/vereinssatzung/>). Entsprechend themenreich und vielperspektivisch waren die Konferenzbeiträge.
- 3) Zudem wurde die Konferenz sowohl im deutschsprachigen Raum als auch international beworben, wodurch wir über 200 Forscher/innen aus zwölf Ländern auf fünf Kontinenten, u. a. aus Australien, Südafrika und Indonesien, begrüßen durften. Die DGPPF hat neben der Interdisziplinarität darin einen grundlegenden Beitrag zur Internationalität geleistet, weshalb der Band Beiträge in deutscher und in englischer Sprache enthält.

In Anbetracht ihrer grundlegenden Thematik für die Positive Psychologie beginnt der Konferenzband mit den Beiträgen von Margraf sowie Yatsevich, Wuttke, Vetter, Helwig und Schmitz. Im Weiteren gliedert sich der Band in die drei Großkapitel Individuum (Kap. 4-8), Organisation (Kap. 9-11) und Gesellschaft (Kap. 12-14).

Margraf (Kap. 2) führt in seinem Beitrag aus, dass psychische Gesundheit traditionell als Abwesenheit von Psychopathologie definiert wurde. „Inzwischen wird jedoch zunehmend anerkannt, dass diese negative Definition unzureichend ist. Elemente psychischer Gesundheit und Störungen können gleichzeitig vorhanden sein: Sie sind korrelierte, aber zumindest partiell unabhängige Konzepte. Obwohl für ein angemessenes Verständnis

beide Aspekte erfasst werden müssen, konzentriert sich die klinische Forschung jedoch weiterhin auf die negativen Aspekte. Auch soziale Faktoren werden trotz ihres starken Einflusses auf die psychische Gesundheit vernachlässigt. Psychologische Mechanismen können einen großen Teil dieser Wirkung sozialer Faktoren erklären. Besonders bedeutsam ist die positive psychische Gesundheit (PMH). Sie kann mit einer kurzen, unidimensionalen Skala zuverlässig und valide über Gruppen, Kulturen und Zeit hinweg messinvariant erfasst werden. PMH ist relativ unabhängig von psychischen Problemen und relevant für die Ätiologie psychischer Störungen sowie eine gesunde Entwicklung. Sie trägt wesentlich zur Vorhersage von psychischen Gesundheitsproblemen bei und vermittelt u.a. die Wirkung der sozialen Schicht auf Depressionen. Ihre prädiktive Validität geht weit über traditionell untersuchte Faktoren aus Psychopathologie und Soziodemographie hinaus, wie wir mit systematischen Quer- und Längsschnittstudien an repräsentativen, studentischen und klinischen Stichproben aus Deutschland, Russland, China und den USA (N > 40000) zeigen konnten.“ (Margraf, in diesem Band, S. 8-30)

Das Ziel des Beitrages von Yatsevich, Wuttke, Vetter, Helwig und Schmitz (Kap. 3) ist es, „aufgrund von Kritik an den Methoden der Positiven Psychologie, diese zusammenzufassen und zu kategorisieren, und sie mit den Methoden eines anderen anwendungsorientierten Forschungsfeldes der Psychologie, der Pädagogischen Psychologie, zu vergleichen. Hierfür wurden Artikel aus The Journal of Positive Psychology der Jahre 2015 und 2016 sowie Artikel aus dem Journal of Educational Psychology aus dem Jahre 2016 auf Basis eines Kategoriensystems hinsichtlich der Dimensionen Studiendesign, Eigenschaften der Stichprobe, Datenerhebungsmethoden und Techniken zur Datenanalyse analysiert. Es konnten signifikante Unterschiede festgestellt werden: Die Pädagogische Psychologie verwendete mehr experimentelle Studien sowie Laborstudien als die Positive Psychologie. Die Anteile an Längs- und Querschnittstudien sowie die Rekrutierungswege der Probanden erwiesen sich als vergleichbar. Mehr als 90 % der Studien der Positiven Psychologie lagen Selbsteinschätzungsmaße zugrunde. Außerdem zeigte sich, dass beide Gebiete der Psychologie überwiegend einfache Inferenzstatistik zur Datenauswertung nutzten. Basierend auf den Ergebnissen wird für zukünftige Forschung der Positiven Psychologie empfohlen, mehr Experimente und Längsschnittstudien durchzuführen, repräsentativere Stichproben als studentische Stichproben zu untersuchen, andere Datenerhebungsmethoden als die Selbsteinschätzung zu verwenden und komplexere Techniken zur Datenanalyse heranzuziehen. Insgesamt kann die Qualität der Forschungsmethoden bereits als recht gut angesehen werden, obgleich einige Unterschiede zwischen den beiden Forschungsgebieten festgestellt wurden.“ (Yatsevich et al., in diesem Band, S. 31-38)

The contribution by Schuster, Zink and Peifer (Ch. 4) deals with psychiatric stress caused by chronic diseases and the use of positive psychological concepts. „Patients with chronic diseases suffer under both physical and mental consequences of their diseases. Apart from worrying about their health, stigmatization can be an additional factor which negatively affects the patient’s mental health. In order to measure the psychological burden of chronic diseases, medical research often relies on assessing mental comorbidities such as depression and stress. While efforts to explore health in a more holistic way led

to the propagation of the concept of Quality of Life in medical research, factors measuring subjective well-being and positive affect have been mostly neglected so far.

In this study we measured and compared the subjective well-being of 192 patients with chronic skin diseases, chronic inflammatory bowel diseases and HIV in a holistic way. Subjective well-being was operationalized as positive and negative affect (SPANE) and satisfaction with life (SWLS). Our results show that the examined diseases varied in the way they affected the different components of subjective well-being. Differentiating these patterns between diseases and between individual patients might open new pathways to improve both the therapy and the subjective well-being of patients with chronic diseases." (Schuster et al., in diesem Band, S. 39-57)

Die psychische Gesundheit von Facebook-Nutzern wird im Beitrag von Brailovskaia (Kap. 5) betrachtet. „Die Nutzung der Online-Welt und insbesondere die der sozialen Plattform Facebook spielen eine wichtige Rolle im Leben vieler Menschen weltweit. Viele Facebook-Nutzer verbringen täglich mehrere Stunden auf der sozialen Netzwerkseite, präsentieren dort ihre eigene Person und tauschen sich mit anderen Mitgliedern aus. Zugleich gibt es aber auch Menschen, die sich bewusst gegen die Nutzung von Facebook entscheiden. Um zu klären, inwiefern sich beide Menschengruppen voneinander unterscheiden, verglichen Brailovskaia und Margraf (2016) 790 Facebook-Nutzer (Alter: $M = 23.42$, $SD = 5.02$) mit 155 Facebook-Nichtnutzern (Alter: $M = 25.28$, $SD = 6.35$) hinsichtlich der Ausprägung von bestimmten Persönlichkeitsmerkmalen (Narzissmus, „Big Five“, Selbstwertgefühl) und Variablen der positiven (subjektives Glücksempfinden, Lebenszufriedenheit, wahrgenommene soziale Unterstützung) und negativen (Depressions-, Angst- und Stresssymptome) psychischen Gesundheit. Ihre Ergebnisse sprechen für das Vorliegen signifikanter Gruppenunterschiede: Facebook-Nutzer hatten signifikant höhere Werte des Narzissmus, der Extraversion, des Selbstwertgefühls, des Glücksempfindens, der Lebenszufriedenheit und der sozialen Unterstützung als Nichtnutzer. Diese wiesen dagegen tendenziell höhere Werte der Depressionssymptomatik auf. Somit lässt sich vermuten, dass die Facebook-Aktivität förderlich für die positive psychische Gesundheit der Nutzer sein könnte, vor allem wenn sie eine hohe Ausprägung bestimmter Persönlichkeitsmerkmale aufweisen. Die Kausalität dieser Annahme bedarf weiterer längsschnittlicher Untersuchungen." (Brailovskaia, in diesem Band, S. 58-71)

Bierhoff und Rohmann (Kap. 6) konzentrieren sich in ihrem „Beitrag auf den Zusammenhang zwischen Eigenverantwortung (EV) und Selbstverwirklichung, die Optimismus, soziale Verantwortung, Zufriedenheit, Selbstwirksamkeit, prosoziales Verhalten und Lernerfolg umfasst. Zur Messung der EV steht der Fragebogen EV-18 (Bierhoff, Wegge, Bipp, Kleinbeck, Attig-Grabosch & Schulz, 2005) zur Verfügung. In diesem Beitrag werden Resultate aus mehreren empirischen Untersuchungen gebündelt, die sich auf unterschiedliche antezedente Bedingungen und Folgen der EV beziehen. Im Einzelnen wird gezeigt, dass kulturübergreifend ein stabiler Zusammenhang zwischen EV und Optimismus auftritt. Die soziale Dimension der EV wird durch ihren positiven Zusammenhang mit sozialer Verantwortung verdeutlicht. Die Bedeutung für den Arbeitskontext wurde durch eine positive Korrelation zwischen EV und Arbeitszufriedenheit belegt.

Außerdem ergab sich, dass EV positiv mit dem freiwilligen Arbeitsengagement am Arbeitsplatz zusammenhing. Dieser Zusammenhang wurde durch die Selbstwirksamkeitserwartung vermittelt, die positiv mit der EV verbunden war. Weiterhin wurde analysiert, welche Zusammenhänge zwischen der EV und dem Lernerfolg im Psychologiestudium im ersten Studiensemester bestehen. Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass der Begriff der EV in das Bezugssystem der Positiven Psychologie eingebunden ist.“ (Bierhoff & Rohmann, in diesem Band, S. 72-81)

Mit dem Thema Liebe und Lebensglück beschäftigen sich Rohmann und Bierhoff (Kap. 7). „Liebe ist eine Erfahrung, die am Beginn einer Partnerschaft intensiv erlebt wird, aber auch in einer fortlaufenden Beziehung intensiv erfahrbar ist. Basierend auf der Theorie der Liebesstile wurde festgestellt, dass romantische Liebe positiv mit Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit zusammenhängt, während sich die Zusammenhänge mit spielerischer Liebe negativ gestalten. Außerdem wurde wiederholt festgestellt, dass Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit positiv zusammenhängen. Eine weiterführende Frage bezieht sich darauf, wie die Zusammenhänge zwischen Liebesstilen und Beziehungszufriedenheit bzw. Lebenszufriedenheit vermittelt werden. Diese Frage wurde im Hinblick auf romantische Liebe genauer untersucht. In diesem Zusammenhang ist die Bedeutung von emotionaler Nähe einerseits und Partnerakzeptanz andererseits hervorzuheben. Wir stellten fest, dass emotionale Nähe und Partnerakzeptanz die Zusammenhänge zwischen romantischer Liebe, Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit vermitteln. Im Einzelnen konnten wir eine serielle Vermittlung über die Sequenz romantische Liebe, emotionale Nähe (bzw. Partnerakzeptanz), Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit nachweisen. Aus diesen Resultaten lassen sich Hinweise für die Gestaltung einer glücklichen Partnerschaft und die Herstellung von Lebenszufriedenheit ableiten. Dafür ist die Ermutigung von romantischer Liebe, emotionaler Nähe und Partnerakzeptanz empfehlenswert.“ (Rohmann & Bierhoff, in diesem Band, S. 82-92)

Lang, Helwig, Akbas und Schmitz (Kap. 8) stellen einen Fragebogen zur Lebenskunst vor. „Das Konstrukt der Lebenskunst kann als eine bestimmte Art der Lebensführung, die reflektiert ist und eine aktive, gekonnte und gezielte Gestaltung des eigenen Lebens beinhaltet, definiert werden (Schmitz, Lang & Linten, 2017). Ziel des vorliegenden Kapitels ist es, wesentliche Aspekte des Konstrukts sowie einen Fragebogen zur Messung überblicksartig darzustellen. Da die zentrale Bedeutung der Lebenskunst durch ihre Stellung als Prädiktor für Wohlbefinden untermauert wird, stellte die Entwicklung eines Fragebogens zur Messung ein wesentliches Ziel der Forschung dar. So wurde basierend auf dem philosophischen Ansatz von Wilhelm Schmid (1998) ein Lebenskunst-Fragebogen entwickelt, der in seiner überarbeiteten Version das Konstrukt der Lebenskunst mit 17 Komponenten bzw. 131 Items erfasst. Vielfältige Validierungsstudien zeigten zufriedenstellende Ergebnisse. Es gelang daher, den multidimensionalen, holistischen Ansatz der Lebenskunst messbar zu machen. Weitere Forschung zum Zusammenhang von Lebenskunst mit Wohlbefinden sowie zu kulturellen Unterschieden in der Lebenskunst steht noch aus. Zusätzlich bleibt die Möglichkeit der Identifizierung weiterer Komponenten offen.“ (Lang et al., in diesem Band, S. 93-99)

Berend & Brohm Badry (Kap. 9) schlagen eine Neudefinition des Begriffs New Work im positiv-psychologischen Verständnis vor. „*New Work* bezeichnet ursprünglich eine Arbeitskultur, die auf die Stärkung von Individuen abzielt. Der Sozialphilosoph Frithjof Bergmann prägte den Begriff in den 1980er Jahren und erprobte in kooperativen Pilotprojekten die Etablierung einer solchen Arbeitskultur. Da Selbstverwirklichung und Wohlbefinden den Kern der Idee bilden, erweist sie sich in hohem Maße als anschlussfähig an die Positive Psychologie. Die im Artikel thematisierten Entwicklungen der Arbeitswelt bedingen, dass *New Work* gegenwärtig verstärkt thematisiert wird, wobei jedoch aufgrund vielfältiger Verwendung des Begriffs eine semantische Unschärfe zu beobachten ist. Wir schlagen daher im Folgenden eine Neudefinition vor, die mit der Absicht verbunden ist, *New Work* für die interdisziplinäre Forschung zu öffnen.

Aus der gleichen Intention heraus skizzieren wir mit der *Kultur der Selbstsorge*, dem *Job-Crafting* und der zeitpolitischen Idee *atmender Lebensläufe* exemplarische Modelle zur Gestaltung von New Work auf *individueller*, *organisationaler* und *gesellschaftlicher* Ebene. Der Beitrag schließt mit einer knappen Vorstellung von Reallaboren als *Methode* einer interdisziplinären und gesellschaftsnahen Erforschung von New Work.“ (Berend & Brohm-Badry, in diesem Band, S. 100-110)

Harzer and Bezuglova (Ch. 10) examine the issue, whether character strength can be used as a predictor of work performance. „Among the core goals of personnel selection is to hire those individuals among applicants who will perform well in the future. Over the last 30 years, researchers investigated various potential predictors of job performance like personality traits and cognitive abilities. Perspectives and constructs, which were neglected in psychological research for a long time, more and more take center stage in psychological research due to the positive psychology movement. Among those constructs there can be found the concept of “character strengths”, which are positive personality traits that contribute to a fulfilled life. Several studies highlight the role of character strengths in the working context. Selected results are described in more detail in the chapter at hand in order to provide a better insight into the nature of the relations between character strengths and job performance. Summarized research showed that individuals with higher scores in specific character strengths receive higher performance ratings by their supervisors. Therefore, it seems very meaningful to consider character strengths in personnel selection. Nevertheless, there are open questions that need to be addressed prior utilizing character strengths (and related assessment measures) as predictors of future job performance of potential job candidates.“ (Harzer & Bezuglova, in diesem Band, S. 111-122)

In der DGPPF wurde im Jahre 2017 die Fachgruppe Positive Psychologie und Technologie gegründet, deren Forschungsinteressen basierend auf einem Workshop während der DGPPF-Tagung 2018 von Burmester, Zeiner und Stein (Kap. 11) zusammengetragen werden. „Ein wichtiges Ziel dieses Workshops war es, sich über Forschungsinteressen auszutauschen und gemeinsame Aktivitäten zu identifizieren. Aus der Workshoparbeit ließen sich insgesamt neun Themengruppen identifizieren. Acht davon umfassen Forschungsinteressen: (1) Technik und Positive Psychologie, (2) Positives Leben durch

und mit Technologie, (3) Zielgruppen und Kontexte, (4) technische Möglichkeiten als Grundlage für positive Erlebnisse, (5) Negatives verhindern, (6) Transformation, (7) Gestaltungshaltung – Mindset und (8) Methoden. Schließlich wurden (9) Möglichkeiten für gemeinsame Aktivitäten der Fachgruppe gesammelt. Die gesammelten Themengruppen werden dargestellt und soweit den Autoren möglich in den Stand der Forschung eingeordnet.“ (Burmester et al., in diesem Band, S. 123-141)

Ruch and Stahlmann (Ch. 12) analyse and discuss the last 15 years of character strengths research. „Due to Allport’s (1927) claim that character is merely personality evaluated (and personality is character devalued) and personality alone will do, “character” had largely been neglected when exploring individual differences. This however changed with the emergence of positive psychology, which brought a renaissance of the concept of character on personality psychology. Early in the search for the roots of a good life, character was rediscovered as key to investigating and fostering subjective, objective and societal fulfillment. In 2004, these considerations were recognized in the VIA classification, which introduced 24 character strengths and six virtues. The fundament of the classification are criteria that define character strengths by means of decisive and verifiable benchmarks. In this narrative review, we delineate the progression of the list of criteria for character strengths (from seven to 12). Furthermore, we discuss the extent to which the literature shows that the 24 strengths indeed satisfy these criteria. It is evident that many studies were published, for example, to demonstrate that character strengths predict various indicators of well-being. However, there is surprisingly little research into this very foundation of the classification, for example, whether all character strengths are inherently morally valued and whether character strengths could be selectively missing in a person altogether. We argue that more research should be directed at the study of these criteria as they form the backbone of what character strengths are and may be considered the nucleus of an emerging theory of character.“ (Ruch & Stahlmann, in diesem Band, S. 142-172)

Baudson highlights the role and responsibility of Positive Psychology in Society. „Democracy depends on free science: first, because science represents the strongest foundation for political decisions; second, because thorough scientific thinkers are critical thinkers who are less likely to be fooled by propaganda. Academic freedom is a prerequisite for trustworthy findings. However, it is threatened not only from the outside by totalitarian governments but also from the inside by reward structures not necessarily compatible with the aim of striving for truth. I will frame my argument along the lines of the Agency/Communion framework, which describes the two seemingly incompatible human tendencies to get ahead on one’s own vs. getting along with others, showing that there are tendencies in academia today of pursuing either one too single-mindedly—with potentially fatal consequences not only for science, but also for democracy.

Positive psychology, with its specific disciplinary history, values, and challenges, has the potential to contribute to greater balance and hope: first, because of its optimistic view on humanity; second, because of its explicit goal to produce good (i.e., trustworthy) science. However, positive psychologists must also be wary of the dangers inherent in the very values of their discipline.“ (Baudson, in diesem Band, S. 173-186)

Niemeyer, Bohn, Margraf and Knaevelsrud (Ch. 14) examine the influence of education on mental health, well-being and perceived control. „Low socioeconomic status (SES) has been demonstrated to be associated with higher prevalence rates for mental disorders, but the underlying mechanisms are hardly known. Sense of control and impulse control might also differ according to education. A good sense of control and impulse control might be protective factors for mental health and wellbeing. Moreover, sense of control and impulse control might predict the relationships between mental health, well-being and education. The present study aimed to investigate mental health, affective wellbeing, sense of control and impulse control longitudinally in relation to education in a representative sample for the German adult population ($N = 20073$). Longitudinal data from the German Socioeconomic Panel (SOEP) from 2010 until 2014 was used. First, we investigated whether all variables differed according to the educational level. Second, we analyzed whether the relationships between mental health, affective wellbeing, sense of control, and impulse control differed according to the educational level. We used multi-group path models to compare the relationships in the educational groups. Results showed that according to our hypotheses significant differences in mental health, affective wellbeing, sense of control and impulse control and their relationships were present according to the educational level. However, the differences were very small, the only meaningful difference was that a lower educational level was associated with a more external locus of control. Overall, the findings imply that the influence of the educational level on affective well-being and positive mental health is limited.” (Baudson, in diesem Band, S. 187-201)

Wie an der Vielfalt der Themen und Disziplinen zu sehen ist, hatten wir eine abwechslungsreiche und anregende Konferenz, was sich auch auf diesen Band übertragen hat. Wir möchten allen danken, die zur Konferenz, wie auch zum Gelingen dieses Konferenzbandes beigetragen haben. Dieser Band soll weitere Positiv-Psychologische Forschung anregen und hoffentlich dazu beitragen, dass wir - getreu dem Motto der Konferenz - weiter „Zusammen wachsen“ - hin zu einer fortschreitenden Etablierung der positiv-psychologischen Forschung im deutschsprachigen Raum und einer interdisziplinären Positiven Psychologie. Denn wir sind davon überzeugt, dass eine nachhaltige positive Entwicklung von Individuen, Organisationen und Gesellschaft von der Zusammenarbeit verschiedener Disziplinen – wie der Psychologie, Pädagogik, Politikwissenschaften, Philosophie, Architektur, Wirtschaftswissenschaften, Medizin, Kunst u. a. profitiert. Wir freuen uns, dass diese Entwicklung mit der nächsten Tagung im April 2020 in Wien fortschreitet.

Bochum und Trier im Juli 2019

Michaela Brohm-Badry, Corinna Peifer, Julian M. Greve und Benjamin Berend

2 Mehr als nur zwei Seiten einer Medaille: Positive psychische Gesundheit und psychische Beschwerden in verschiedenen Kulturen

Jürgen Margraf

Zusammenfassung

Psychische Gesundheit wurde traditionell als Abwesenheit von Psychopathologie definiert. Inzwischen wird jedoch zunehmend anerkannt, dass diese negative Definition unzureichend ist. Elemente psychischer Gesundheit und Störungen können gleichzeitig vorhanden sein: Sie sind korrelierte, aber zumindest partiell unabhängige Konzepte. Obwohl für ein angemessenes Verständnis beide Aspekte erfasst werden müssen, konzentriert sich die klinische Forschung jedoch weiterhin auf die negativen Aspekte. Auch soziale Faktoren werden trotz ihres starken Einflusses auf die psychische Gesundheit vernachlässigt. Psychologische Mechanismen können einen großen Teil dieser Wirkung sozialer Faktoren erklären. Besonders bedeutsam ist die positive psychische Gesundheit (PMH). Sie kann mit einer kurzen, unidimensionalen Skala zuverlässig und valide über Gruppen, Kulturen und Zeit hinweg messinvariant erfasst werden. PMH ist relativ unabhängig von psychischen Problemen und relevant für die Ätiologie psychischer Störungen sowie eine gesunde Entwicklung. Sie trägt wesentlich zur Vorhersage von psychischen Gesundheitsproblemen bei und vermittelt u.a. die Wirkung der sozialen Schicht auf Depressionen. Ihre prädiktive Validität geht weit über traditionell untersuchte Faktoren aus Psychopathologie und Soziodemographie hinaus, wie wir mit systematischen Quer- und Längsschnittstudien an repräsentativen, studentischen und klinischen Stichproben aus Deutschland, Russland, China und den USA ($N > 40000$) zeigen konnten.

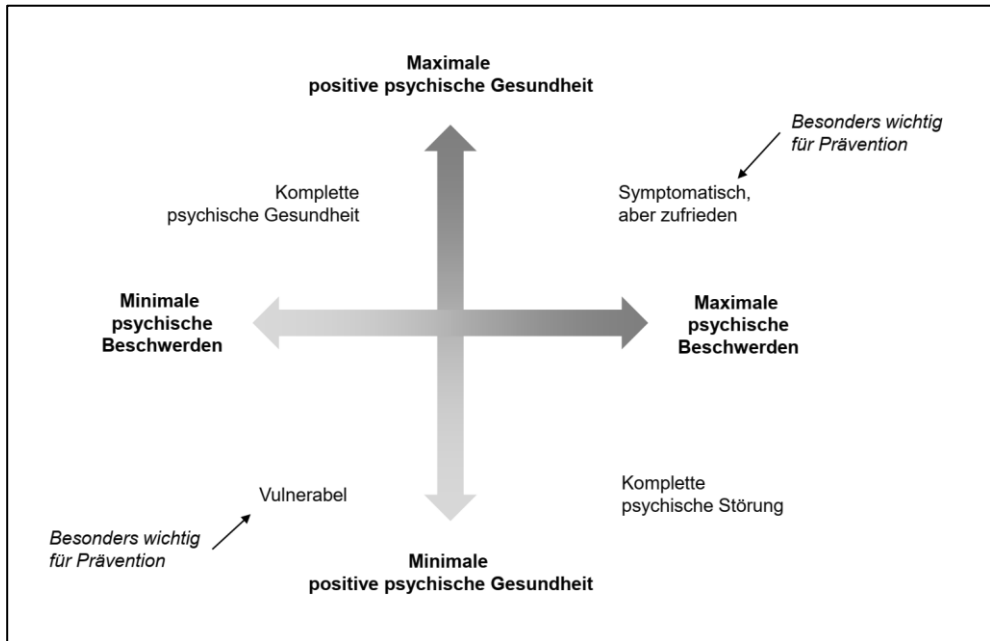
1 Hintergrund

Menschen betrachten die körperliche Gesundheit oft als ihr wertvollstes Gut. Dabei stand lange Zeit die körperliche Gesundheit im Vordergrund von Forschung und Versorgung. In den letzten Jahrzehnten ist jedoch die psychische Gesundheit stärker in das Zentrum

der Aufmerksamkeit gerückt. Zu dieser Entwicklung haben eine dramatische Zunahme der Arbeitsunfähigkeit aufgrund psychischer Probleme sowie extreme Behandlungskosten beigetragen (Murray et al. 2012, Bundespsychotherapeutenkammer 2013). In den Industrieländern sind inzwischen sieben von zehn führenden Ursachen für Behinderung und vorzeitige Sterblichkeit bei 15- bis 44-Jährigen psychische Störungen, und in Europa sind Krankheitslasten aufgrund psychischer Störungen fast so hoch wie die in Folge somatischer Krankheiten (gemessen an „Disability Adjusted Life Years“, DALYs, vgl. Whitford et al. 2010, Wittchen et al. 2011, Murray et al. 2012). Die enormen Kosten, häufige Folgeprobleme sowie das massive Leiden der Betroffenen und ihrer Angehörigen machen ein umfassendes Verständnis der Entwicklungspfade zu psychischen Störungen dringend erforderlich, um bessere Behandlungs- und Präventionsstrategien entwickeln zu können.

Grundsätzlich lassen sich verschiedene Auffassungen von Gesundheit und Krankheit unterscheiden. Die kategoriale Auffassung von gesund und krank als zweier voneinander qualitativ unterschiedlicher Kategorien entspricht dem traditionellen medizinischen Modell. In der Psychologie sind hingegen dimensionale Ansätze schon lange breiter akzeptiert. Hier können wir eindimensionale und mehrdimensionale Ansätze unterscheiden. Bei einem eindimensionalen Ansatz wird davon ausgegangen, dass Gesundheit und Krankheit unterschiedliche Ausprägungen auf einer einheitlichen Dimension darstellen. Ein aktuelles Beispiel dafür bietet der p-Faktor von Caspi & Moffitt (2018). Mehrdimensionale Modelle gehen im einfachsten Fall davon aus, dass Gesundheit und Krankheit zwei verschiedene Dimensionen sind (vgl. Abb. 1). Unter der Bezeichnung „Dual Factor Model“ haben derartige zweidimensionale Modelle in letzter Zeit einen Aufschwung genommen (Ryff 1989, Keyes 2005, Keyes 2007, Suldo & Schaffer 2008, Ryff 2014). Sie postulieren neben einem Beschwerdefaktor, der von minimalen bis maximalen Beschwerden bzw. Symptomen reicht, einen zweiten Faktor, der positive psychische Gesundheit bzw. minimales/maximales Wohlbefinden beinhaltet. Während es in der Vergangenheit der Psychologie vor allem darum ging, Krankheiten zu beseitigen oder zu reduzieren richtet sich der Fokus mit dem Aufstieg der Positiven Psychologie zunehmend auf die positiven Dimensionen der Gesundheit (Keyes 2007, Wood & Tarrier 2010, Lukat et al. 2016). Neben negativen Variablen wie Symptomen und Risikofaktoren werden in jüngster Zeit vermehrt positive Faktoren wie Optimismus, Lebenszufriedenheit, Resilienz und Glück berücksichtigt, da sie möglicherweise einen bedeutsamen und unabhängigen Einfluss auf die Entwicklung und den Verlauf psychischer Störungen haben können (Bieda et al. 2017, Lukat et al. 2017, Bieda et al. 2019).

Abbildung 1: „Dual Factor Model“ von psychischer Gesundheit und psychischen Beschwerden - theoretisch postuliert (Keyes & Lopez 2002).



Zudem erfordert ein vertieftes Verständnis der komplexen Ursachen und Zusammenhänge von psychischer Gesundheit und Krankheit nicht nur die Untersuchung psychologischer, sondern auch biologischer und sozialer Determinanten. Leider sind echte interdisziplinäre Ansätze jedoch bis heute seltene Ausnahmen. Insbesondere biologische Faktoren sind in den letzten zwei Jahrzehnten intensiv beforscht worden, ohne dass daraus nennenswerter Nutzen für die Diagnostik und Therapie psychischer Störungen gezogen werden konnte (Margraf & Schneider 2016, Margraf im Druck). Dagegen weisen soziale Faktoren sowohl auf individueller Ebene (z. B. sozioökonomischer Status, soziale Mobilität, persönliche Bindungen) als auch auf aggregierter Ebene (z. B. Gemeindegesundheit, Benachteiligung in der Nachbarschaft, Urbanizität, Ungleichheit) enge Verbindungen zur körperlichen und psychischen Gesundheit auf (Pickett et al. 2006, Scholten et al., 2017a, 2018, Niemeyer et al. 2019, Margraf im Druck). Dabei übersteigt das relative Risiko einzelner Umweltstressoren bei exponierten Individuen die Auswirkungen häufiger genetischer Varianten bei weitem: Tost & Meyer-Lindenberg (2012) weisen darauf hin, dass für einige soziale Faktoren Risikosteigerungen von etwa 250 % beobachtet wurden, für gängige Psychose-Risikovarianten aus genomweiten Analysen dagegen höchstens 35 %. Einige wichtige Bevölkerungsparameter haben sich im Laufe des letzten Jahrhunderts deutlich geändert, wodurch sich auch viele proximale Entwicklungseinstellungen innerhalb weniger Jahrzehnte dramatisch verändert haben. Insbesondere Änderungen in Familienbeziehungen, sozialer Verbundenheit, Alleinerziehung als Armutsrisiko, soziale Benachteiligung sowie die Exposition an Massenmedien werden mit Verschlechterungen der psychischen Gesundheit in Verbindung gebracht (Twenge et al.