

# Die Geschichte der Gesundheitspsychologie

## The History of Health Psychology

Rudolf Schoberberger, Petra Zakall & Stefan Höfer

### Themenschwerpunkt Psychologie und Glücklichein ...

#### Zusammenfassung

*Je nach Betrachtungsweise ist die Psychologie eine relativ junge Wissenschaft oder auch ein sehr altes Wissensgut, das die Menschheit schon lange vor Christus beschäftigte. Wenngleich die Psychologie erst durch die Errichtung des ersten psychologischen Labors von Wilhelm Wundt in Leipzig im Jahr 1879 als wissenschaftliches Fach gilt, hat doch schon Platon um 385 v. Chr. das Gehirn als Sitz mentaler Prozesse beschrieben. Auch die Gesundheitspsychologie lässt sich je nach Sichtweise als relativ neue Fachrichtung oder als doch schon lange – wenn auch nicht so lang wie die Psychologie selbst – bestehendes Forschungsgebiet verstehen.*

#### Abstract

*Depending on the point of view, psychology is a relatively young scientific field or also very old knowledge, people were interested in already long before the birth of Christ. Whereas psychology is officially its own field of science since the opening of the first psychological laboratory by Wilhelm Wundt in Leipzig in 1879, Platon has already described the brain as the seat of mental processes around 385 B. C. Health psychology can also be viewed either as relatively new or as long existing field, but not quite as long as psychology itself.*

#### 1. Der Wandel von biomedizinischem zu biopsychosozialen Gedanken

Die moderne Medizin des neunzehnten Jahrhunderts wurde geprägt von Darwins Evolutionstheorie (1856) und es herrschte die Ansicht des biomedizinischen Modells. Dieses Modell sieht den Ursprung von Krankheit in biologischen Ursachen, die nicht vom Individuum selbst kontrollierbar sind. Körper und Seele werden als zwei

voneinander unabhängige Einheiten festgelegt. Dieses Zeitalter sah psychologische Faktoren nur in Folge einer Krankheit, nicht aber als ihren Ursprung oder Beitrag (Odgen, 2000). Beeinflusst durch den damaligen medizinischen Standpunkt, beschränkte sich der Beitrag der Psychologie zur Gesundheit zu dieser Zeit größtenteils auf die mentalen Vorgänge des Menschen.

Eine Wende brachte das zwanzigste Jahrhundert. Die psychosomatische Medizin stellte das biomedizinische Modell erstmals in Frage. Der Gedanke, dass psychische und physische Vorgänge im Menschen miteinander in Beziehung stehen, verdrängte den rein biomedizinischen Ansatz und das biopsychosoziale Modell gewann an Geltung (Odgen, 2000).

Vermehrt widmeten sich Psychologen auch gesundheitlichen Bereichen, deren Hauptaugenmerk nicht nur auf die seelische, sondern auch auf die körperliche Gesundheit gerichtet wurde. Diese Aktivität in der psychologischen Forschung in den 1970er Jahren wurde, laut Schwarzer (2002, S. 190), durch folgende zeitgeistliche Veränderungen bewegt:

- Ein Wandel von den großen Infektionskrankheiten (z.B. Tuberkulose) zu den chronisch-degenerativen Erkrankungen, womit auch das menschliche Verhalten in den Vordergrund rückte.
- Die Erkenntnis, dass es diverse Risikoverhaltensweisen gibt (Rauchen, Bewegungsmangel, Fehlernährung, usw.), deren Änderung ein Präventionsziel darstellt.
- Die Kostenexplosion im Gesundheitswesen, die nach verhaltenswissenschaftlich fundierten Alternativen zur Apparatedizin verlangt.
- Die Verlagerung der Blickrichtung von Lebensdauer zu Lebensqualität.
- Dem Wandel von einem biomedizinischen zu einem biopsychosozialen Paradigma.