

# „Gesundheitspsychologische Grundlagen“

## Fragen zur Anerkennung des Selbststudiums im Modul A1

anhand der Literatur von

Knoll, Nina u.a. (2011) „Einführung in die Gesundheitspsychologie“, Stuttgart UTB

Von den 20 genannten sind jeweils **10 Fragen** zu beantworten.

1. Definieren Sie Selbstwirksamkeitserwartung und Handlungsergebniserwartung und geben Sie je ein Beispiel!
2. Was ist die Intentions-Verhaltens-Lücke?
3. Definieren Sie die Stadien des Transtheoretischen Modells und des Prozessmodells Präventiven Handelns; gehen Sie auf die Gemeinsamkeiten und Unterschiede ein!
4. Was beschreibt das General Adaptation Syndrome nach Selye? Beschreiben Sie die drei Phasen der Stressreaktion!
5. Welche Bewertungsprozesse unterscheidet Lazarus in seiner kognitiv-transaktionalen Stresstheorie und wie ist ihr Zusammenspiel zu verstehen?
6. Beschreiben Sie die Komponenten des Typ-A-Verhaltensmusters!
7. Welche sind die beiden wichtigsten Operationalisierungen des Typ-A-Verhaltens?
8. Worin liegen einige methodische Probleme der Typ-C-Forschung?
9. Was sind die Hauptmerkmale von Hardiness und Kohärenzsinn?
10. Wie unterscheidet sich die Konzeption von Resilienz als Personeneigenschaft von der Konzeption von Resilienz als Person-Umwelt-Interaktion?
11. Was ist der Unterschied zwischen sozialer Integration / sozialem Netzwerk und sozialer Unterstützung? Erläutern Sie beide Konzepte!
12. Welche Hauptpfade zwischen sozialer Unterstützung und Gesundheit werden bislang diskutiert?
13. Welche neuroendokrinen Vermittlerstoffe haben mit sozialem Verhalten zu tun?
14. Welche körperlichen Veränderungen hängen mit der Aktivierung der Hypothalamus-Nebennierenmark-Achse zusammen?
15. Welche Rolle spielt das Kortisol bei verschiedenen Autoimmunerkrankungen?
16. Welche Rolle spielt Depressivität bei der koronaren Herzkrankheit?
17. Welchen Einfluss haben Bewältigungsstile auf die Anpassung an akute Koronarerignisse?
18. Charakterisieren Sie die Befundlage zu psychosozialen Prädiktoren bei der Entstehung von Krebserkrankungen!
19. Was versteht man unter primärer, sekundärer und tertiärer Prävention?
20. Verschiedene Verhaltensveränderungsmodelle nehmen Phasen der Änderung von gesundheitsrelevantem Verhalten an. Was bedeutet das für die Entwicklung und Implementierung von Interventionsprogrammen?

17. 4. 2013, Dipl.-Psych. Julia Scharnhorst, MPH