

Andreas Leitenbacher

Die positiven Auswirkungen von Sport auf die psychische Gesundheit des Menschen und deren wirtschaftliche Bedeutung

Masterarbeit

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Copyright © 2014 Diplom.de
ISBN: 9783961162390

Andreas Leitenbacher

Die positiven Auswirkungen von Sport auf die psychische Gesundheit des Menschen und deren wirtschaftliche Bedeutung

Inhaltsverzeichnis

Abkürzungsverzeichnis.....	4
Abbildungsverzeichnis.....	5
Einleitung.....	6
1. Die positiven Auswirkungen von Sport auf die psychische Gesundheit.....	7
1.1 Begriffsklärung.....	7
1.2 Sport in der Glücksforschung.....	13
1.3 Sport und kognitive Leistungsfähigkeit.....	21
1.4 Sport und psychische Erkrankungen.....	25
1.5 Sportbezogene Therapieformen.....	37
2. Exkurs - Negative Auswirkungen von Sport auf die psychische Gesundheit.....	43
2.1 Psychische Erkrankungen im Leistungssport.....	45
2.2 Sport im Zusammenhang mit Doping und Drogen.....	47
3. Die wirtschaftliche Bedeutung der psychischen Gesundheit – Kosten aufgrund von psychischen Erkrankungen.....	49
4. Diskussion und Fazit.....	56
Literaturverzeichnis.....	58
Bildnachweis.....	64

Abkürzungsverzeichnis

AU:	Arbeitsunfähigkeit
BDNF:	Brain-derived neurotrophic factor - Neurotropher Wachstumsfaktor
BMI:	Body-Mass-Index - Körpermasseindex
BzgA:	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)
DIMDI:	Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information
DLZ:	Deutsches Lauftherapiezentrum
ICD:	International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems - Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme
MRT :	Magnetresonanztomographie
SMA:	Supplementär-motorisches Areal
TT:	Tanztherapie
WHO:	World Health Organisation - Weltgesundheitsorganisation

Abbildungsverzeichnis

- Abb. 1:** Diese Sportarten treiben die Deutschen am häufigsten
- Abb. 2:** Die Bedürfnispyramide nach Maslow
- Abb. 3:** Flow - Im Einklang von Herausforderungen und Fähigkeiten
- Abb. 4:** Vergleich von Schadwirkung und Abhängigkeitspotential verschiedener psychoaktiver Substanzen
- Abb. 5:** Standard-Laufprogramm nach dem Paderborner Modell für Lauf-Anfänger
- Abb. 6:** Heilpädagogisches Voltigieren
- Abb. 7:** Anteile der zehn wichtigsten Krankheitsarten an den AU-Tagen
- Abb. 8:** Entwicklung der Fehlzeiten aufgrund von psychischen Erkrankungen seit 1997
- Abb. 9:** AU-Tage (pro 100 Versichertenjahre) und Anteil der AU-Tage an allen AU-Tagen aufgrund psychischer Erkrankungen 2012
- Abb. 10:** Prozentuale Entwicklung des Fehltagenvolumens aufgrund psychischer Erkrankungen im Vergleich mit dem AU-Gesamtvolumen