

Indikatoren für Zustände der Gesundheit bzw. Krankheit

Indikatorenbereiche	Krankheitszeichen		Gesundheitszeichen	
	körperliche Krankheit	seelische Krankheit	körperliche Gesundheit	seelische Gesundheit
Negative vs. positive emotionale Befindlichkeit	"körperlicher" Schmerz, körperliches Unwohlsein	negative Gefühlszustände (Angst, Depressivität, Gereiztheit, Schuldgefühle, etc.)	"körperliches" Wohlbefinden	"psychisches Wohlbefinden, Häufigkeit positiver Gefühle; Seltenheit negativer Gefühle
	<i>Klagen über aktuellen Zustand</i>		<i>Zufriedenheit mit aktuellem Zustand</i>	
Energiemangel und Antriebsschwäche vs. hohes Energieniveau und Interesse	Energieverlust, Müdigkeit, Schwäche	Antriebsschwäche bzw. Antriebsstörung	Energiefülle, Vitalität, physische Kraft	Aktivität, Interesse, Unternehmungsfreude
	<i>verringerte Ausdauer</i>		<i>Ausdauer</i>	
Defensivität vs. Expansivität	Schonhaltung; kompensatorische und restitutive Prozesse	pathologische bzw. extreme Abwehrmechanismen; Vermeidungstendenzen	körperliches Sich-Verausgaben	Selbstbehauptung, Expressivität, Spontaneität, Selbstverwirklichung
Funktions- und Leistungsstörungen vs. optimale Leistungsfähigkeit und Produktivität	Störungen bestimmter Organsysteme bzw. körperlicher Funktionen	Störungen psychischer Funktionen (Wahrnehmung, Denken, Gedächtnis, Fühlen,...)	"optimale" physische Funktionen, hohe psychische Leistungsfähigkeit	"optimale" psychische Funktionen, u.a.: kompetentes Verhalten, Kontakt mit Realität, Willensstärke, Selbstkontrolle, Kreativität
	<i>beeinträchtigte Fähigkeit zum Erfüllen von Rollen und Aufgaben; beeinträchtigte Arbeitsfähigkeit</i>		<i>intakte Fähigkeit zum Erfüllen von Rollen und Aufgaben; erhöhte Produktivität</i>	
Selbstzentrierung vs. Selbsttranszendenz	verstärkte Aufmerksamkeit auf eigenen Körper (erkrankte Organe,...)	verstärkte Aufmerksamkeit auf eigene Person (Verhalten, Erleben, Werte, Sinnfragen, etc.)	geringe Aufmerksamkeit auf eigenen Körper (Organfunktionen, etc.)	geringe Aufmerksamkeit auf eigene Person (Verhalten, Werte, Sinnfragen, etc.)
	<i>reduziertes Interesse an Umwelt; reduzierte Liebesfähigkeit</i>		<i>verstärktes Interesse an Umwelt; Engagement in Projekte; Liebesfähigkeit, Generalität</i>	
Hilfesuchen, Abhängigkeit vs. Autonomie	Eindruck der Abhängigkeit von und Suchen nach ärztlicher Hilfe	Eindruck der Abhängigkeit von und Suchen nach psychologischer Hilfe	kein Bedürfnis nach ärztlicher Hilfe	kein Bedürfnis nach psychologischer Hilfe
	<i>verringertes Kontrollerleben; Hilflosigkeit</i>		<i>internale Kontrollüberzeugung; Autonomie</i>	
geringes vs. hohes Selbstwertgefühl	Eindruck der "Organminderwertigkeit", Ablehnung des eigenen Körpers	Eindruck der "psychischen Minderwertigkeit", Ablehnung der eigenen Person	Bejahung des eigenen Körpers, Stolz auf "körperliche" Verfassung	Bejahung der eigenen Person (Charakter, etc.)
	<i>verringerte Selbstachtung; erhöhte Selbstkritik; Selbstunsicherheit</i>		<i>erhöhte Selbstachtung; Selbstsicherheit</i>	