

# Vernachlässigt und abgehängt?

Die soziale Seite psychischer Störungen



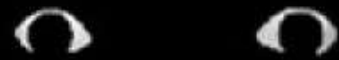
Jürgen Margraf

Forschungs- und Behandlungszentrum für psychische Gesundheit

Ruhr-Universität Bochum







$$\frac{17}{1000}$$





# Wir sind soziale Wesen

Six degrees of separation

“Small World”

Stanley Milgram 1967

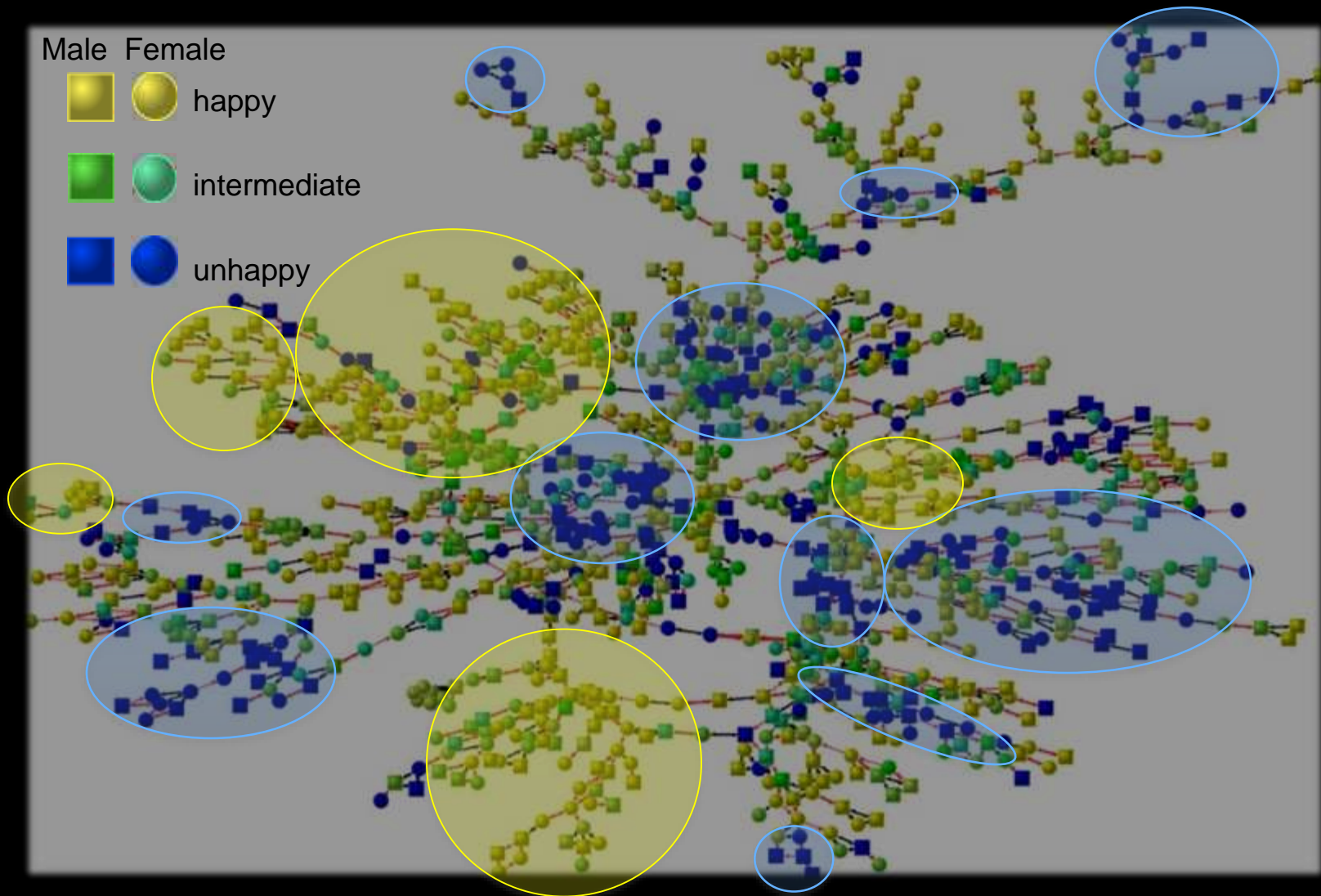
Three degrees of influence

“Connected”

Christakis & Fowler 2009

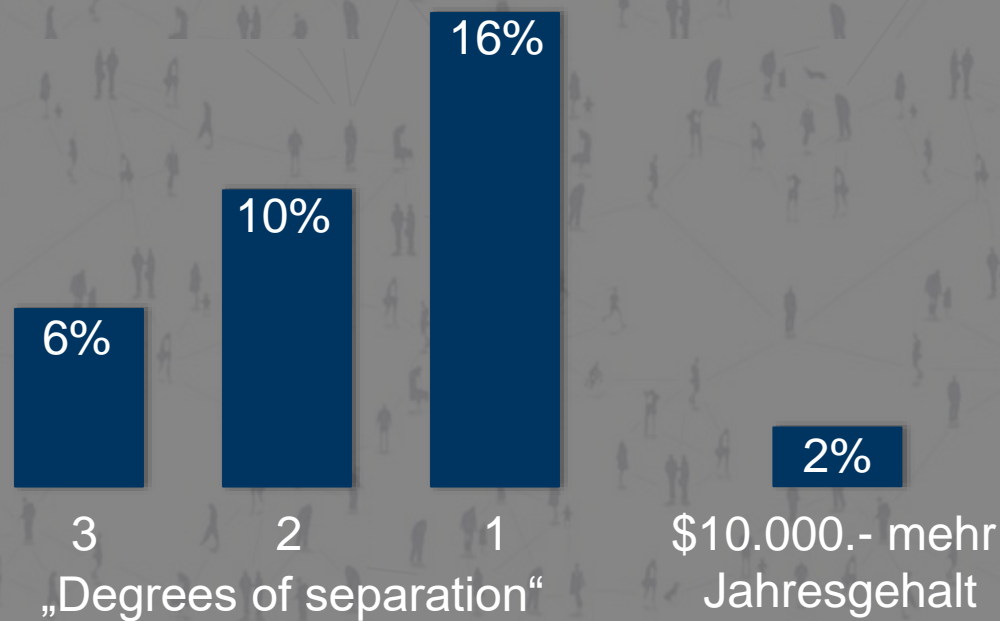


# „Glück“ und „Unglück“ in der Framingham-Studie



# Glück, soziale Distanz und Geld

- Wenn in Ihrem Netzwerk jemand glücklich wird, werden Sie wahrscheinlich auch glücklicher
- Anstieg Ihrer Wahrscheinlichkeit glücklich zu sein in Abhängigkeit von sozialer Distanz :





# Selbst in den einsamsten Momenten: Suizide

- Golden Gate Bridge: „*Number One Suicide Spot in the World*“
- Langzeit-Nachuntersuchung von Überlebenden
- Über 90% sterben an natürlichen Ursachen!



Fast alle springen auf einer Seite –  
welcher?



# Überblick

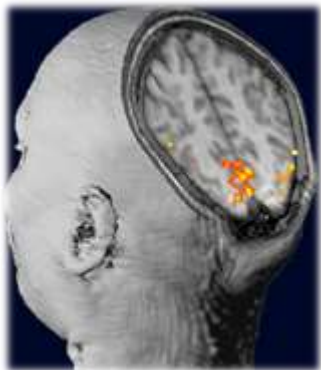
---

1. Moden und mehr
2. Unterschiede zwischen Ländern/Kulturen?
3. Unterschiede innerhalb Ländern/Kulturen?
4. Mechanismen?
5. Schlussfolgerungen

# 1. Moden und mehr

# Das Pendel schwingt aus: Moden in Wissenschaft und Heilkunde

---



Individuelle  
(biologische)  
Faktoren

Soziale  
Faktoren



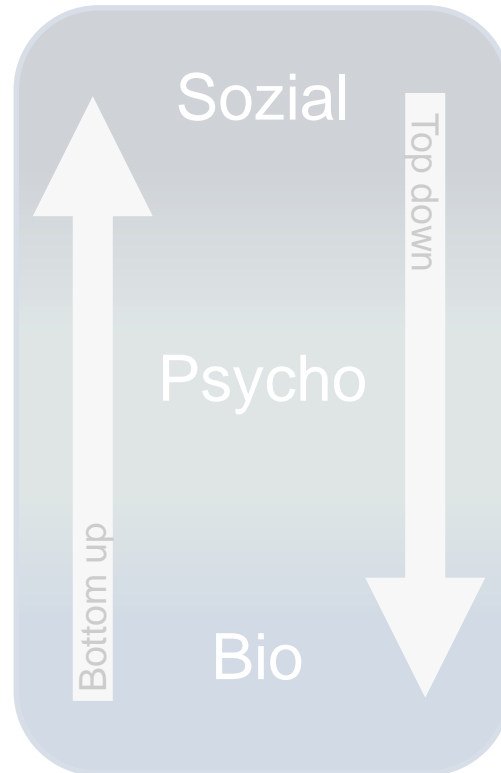
# Das biopsychosoziale Modell: Ursprung und Abwandlung

---

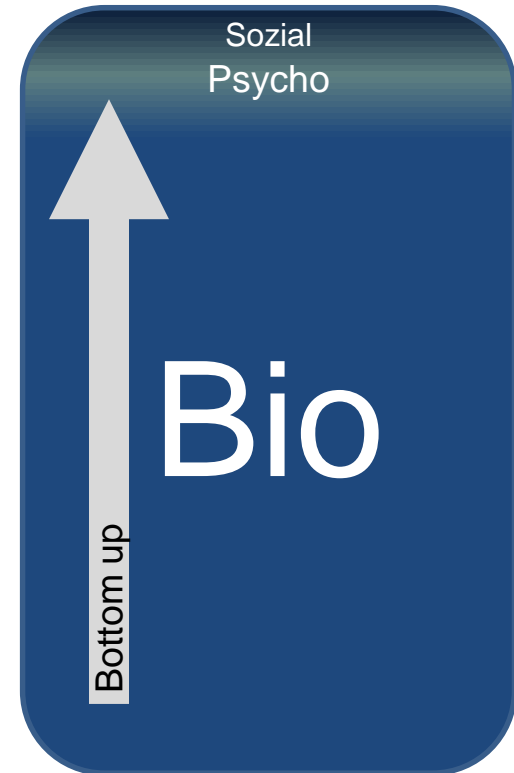


George Engel  
1977

Original-  
Modell



Aktuelle psychiatrische  
Ideologie und Therapie



# Bedeutung psychischer Gesundheit

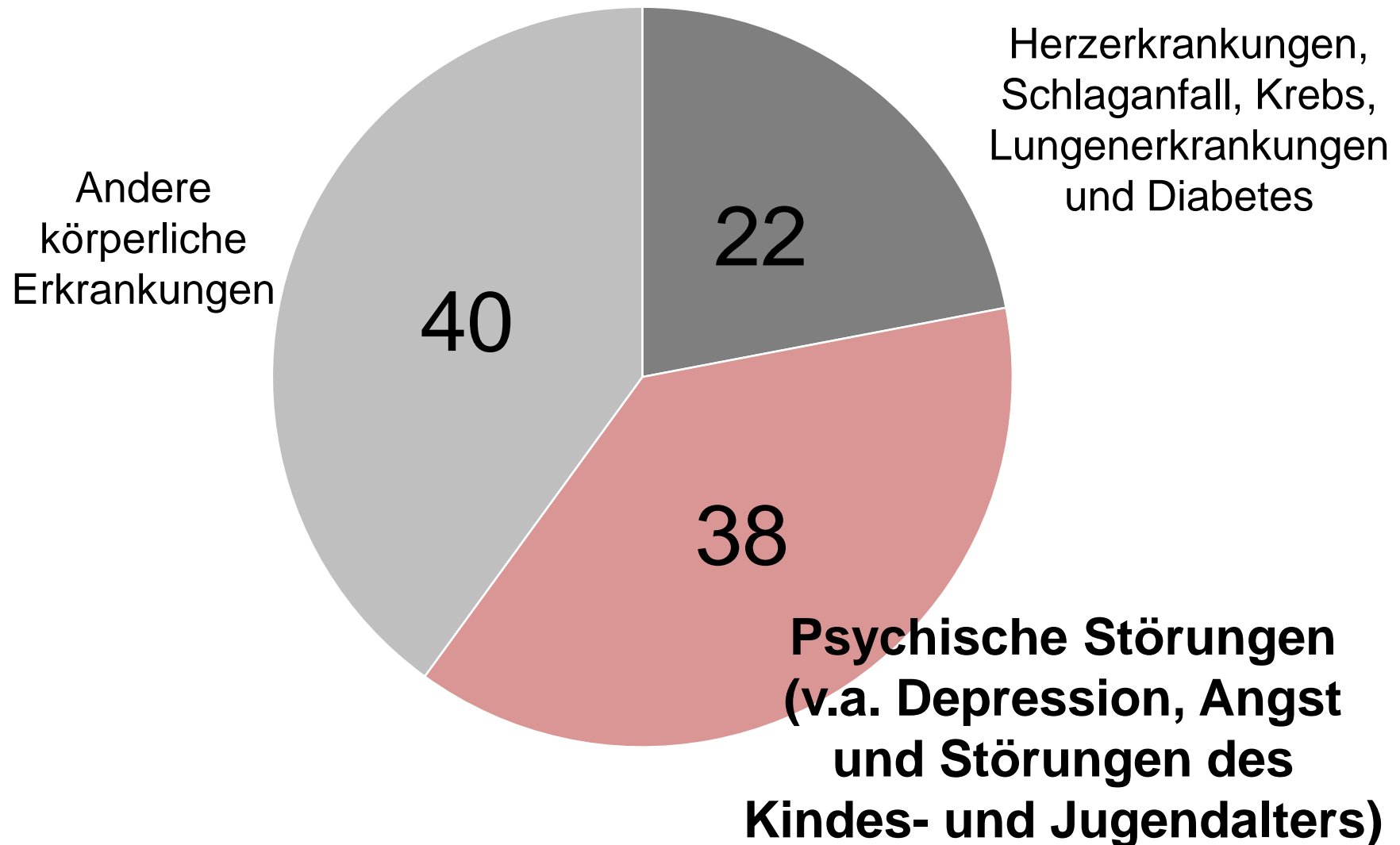
---

- Dringender Handlungsbedarf unbestritten:
  - Prävalenzen pro Jahr bei Kindern und Jugendlichen 22%
  - bei Erwachsenen 28%
  - EU-27: größter Anteil aller Krankheitsbelastungen (DALYs\*)
- Drastisch steigende Raten von Arbeitsunfähigkeit und Frühberentung mit immensen Kosten in Form von Leiden und volkswirtschaftlichem Schaden!
- Prävention rudimentär, vorhandene Behandlungen verbesserbar, wirksame Behandlungen oft nicht eingesetzt
- Ungleiche Zugangschancen mit massiv negativen Auswirkungen

\*Disability Adjusted Life Years (DALY): Anzahl "verlorener" Lebensjahre durch vorzeitige Mortalität oder Leben mit starker Beeinträchtigung

# Psychische Störungen = 38% aller Krankheitsbelastungen

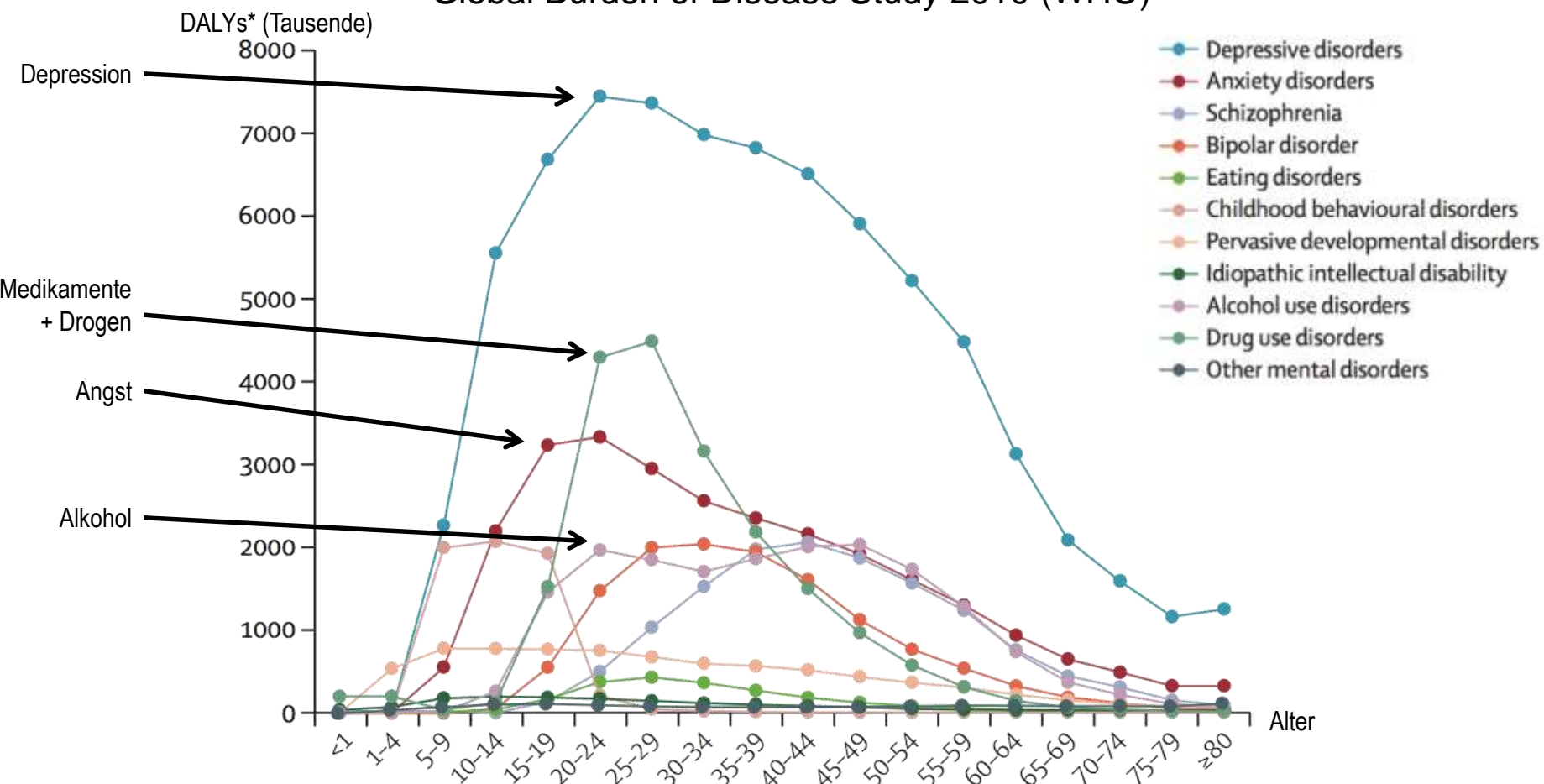
---





# DALYs\* durch psychische Störungen über die Lebensspanne

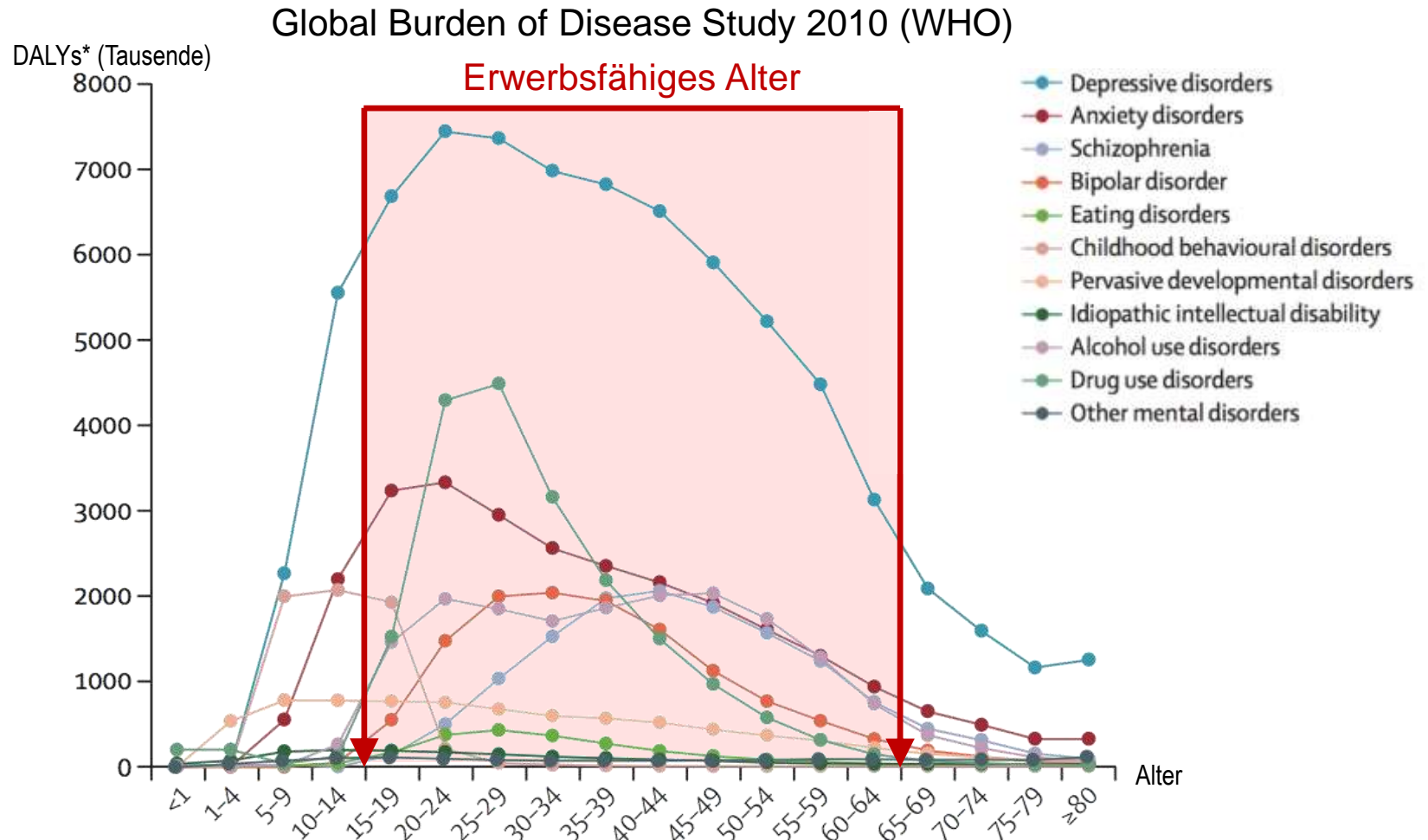
Global Burden of Disease Study 2010 (WHO)



\*Disability Adjusted Life Years (DALY):

Anzahl "verlorener" Lebensjahre durch vorzeitige Mortalität oder Leben mit starker Beeinträchtigung

# DALYs\* durch psychische Störungen über die Lebensspanne

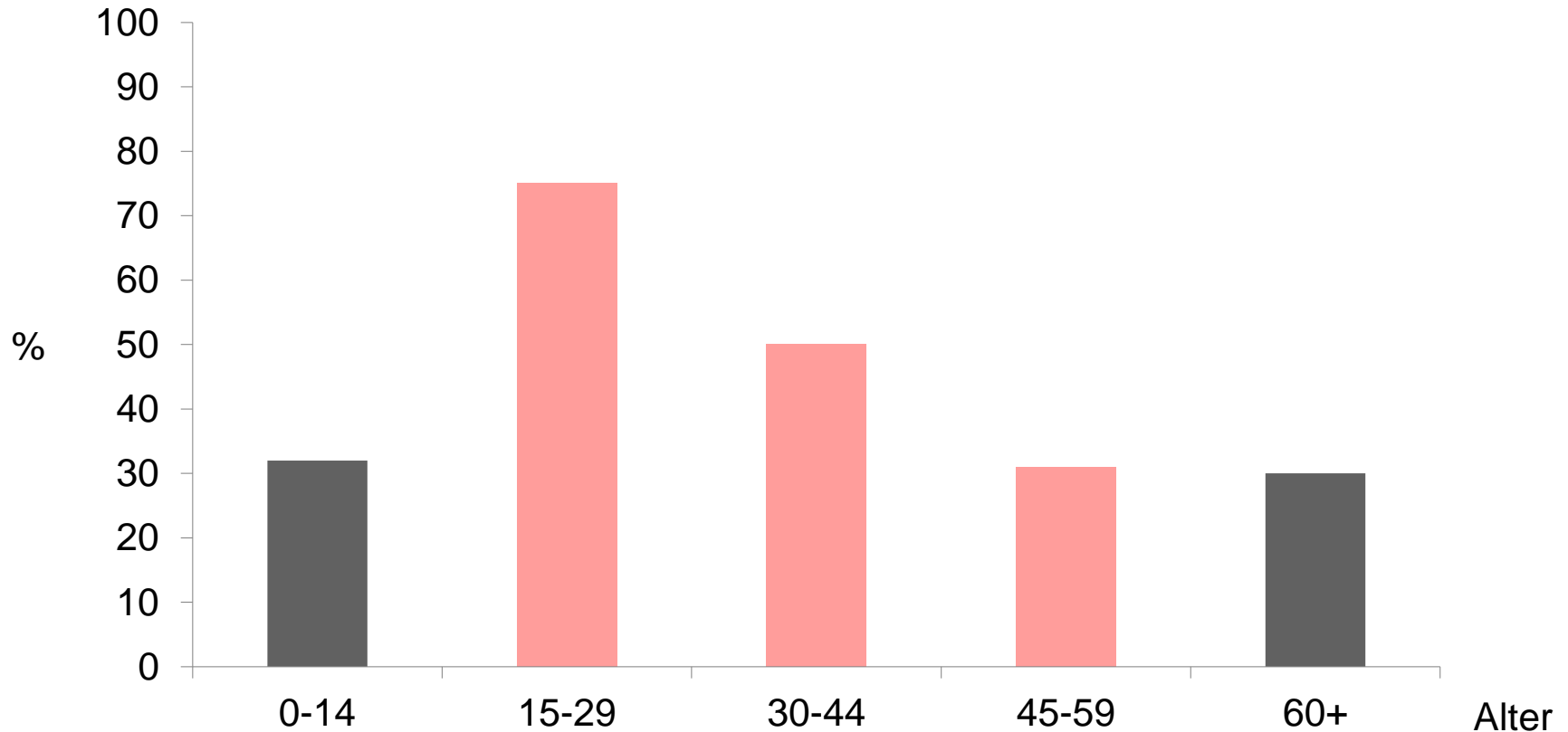


\*Disability Adjusted Life Years (DALY):

Anzahl "verlorener" Lebensjahre durch vorzeitige Mortalität oder Leben mit starker Beeinträchtigung

# Psychische Störungen: größtes Gesundheitsproblem des Erwerbsalters (in reichen Ländern)

%-Anteil psychischer Störungen an der Gesamtmorbidität



**Unbehandelte Depressionen und Ängste senken das BIP um 4%**  
(2% "Präsenzeismus", 2% "Absenteismus", ca. 132 Milliarden Euro jährlich)

# Deutschland

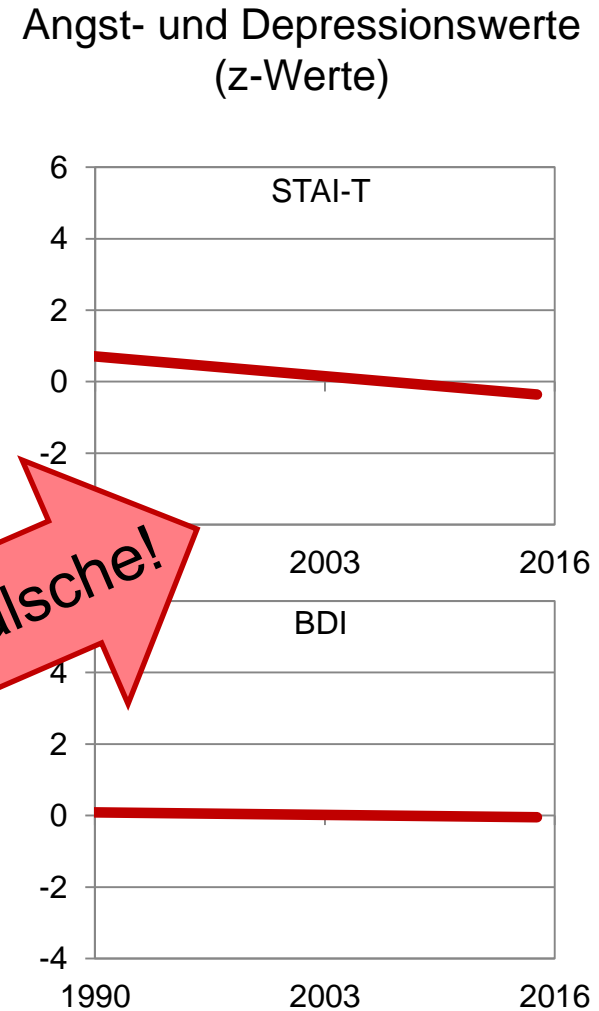
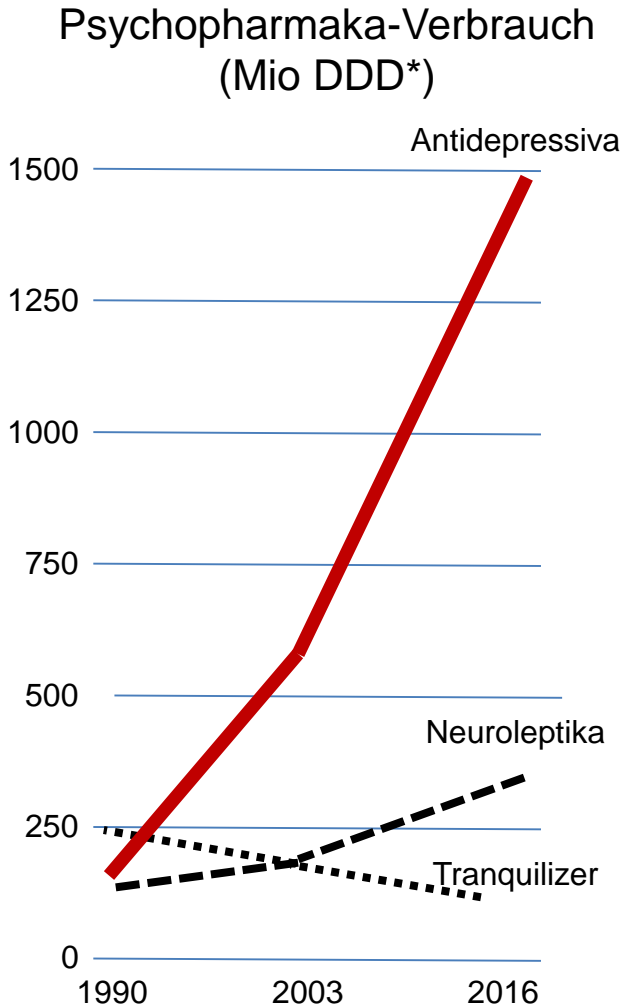
---



# Steigender Antidepressiva-Verbrauch

## Steigende Frühverrentungen

### Keine Prävalenz-Steigerung bei Angst und Depression



**Wir tun das Falsche!**

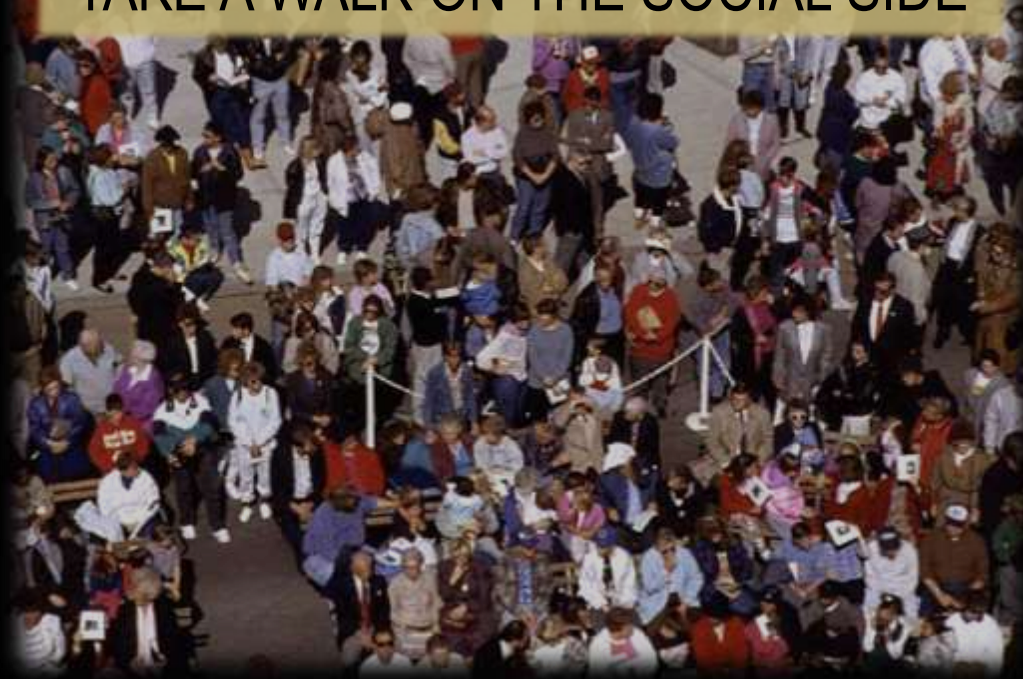
\*DDD: defined daily dose, definierte Tagesdosen

Quellen: Arzneimittelreport, BPtK, Schürmann & Margraf 2018, Margraf im Druck

LOU REED - WALK ON THE WILD SIDE

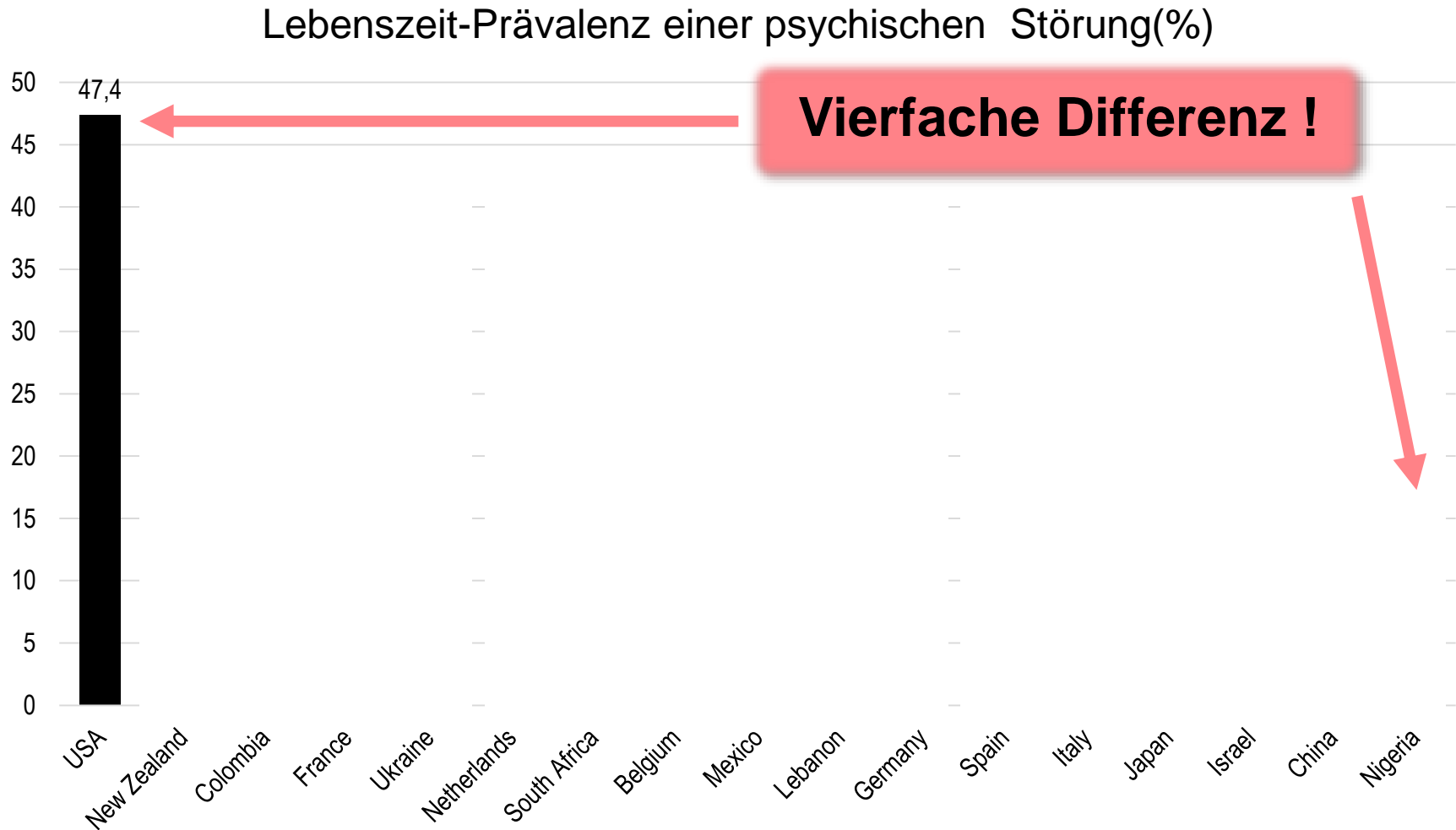


TAKE A WALK ON THE SOCIAL SIDE



## 2. Unterschiede zwischen Ländern/Kulturen?

# Lebenszeit-Prävalenz psychischer Störungen: Länder unterscheiden sich deutlich (WHO)



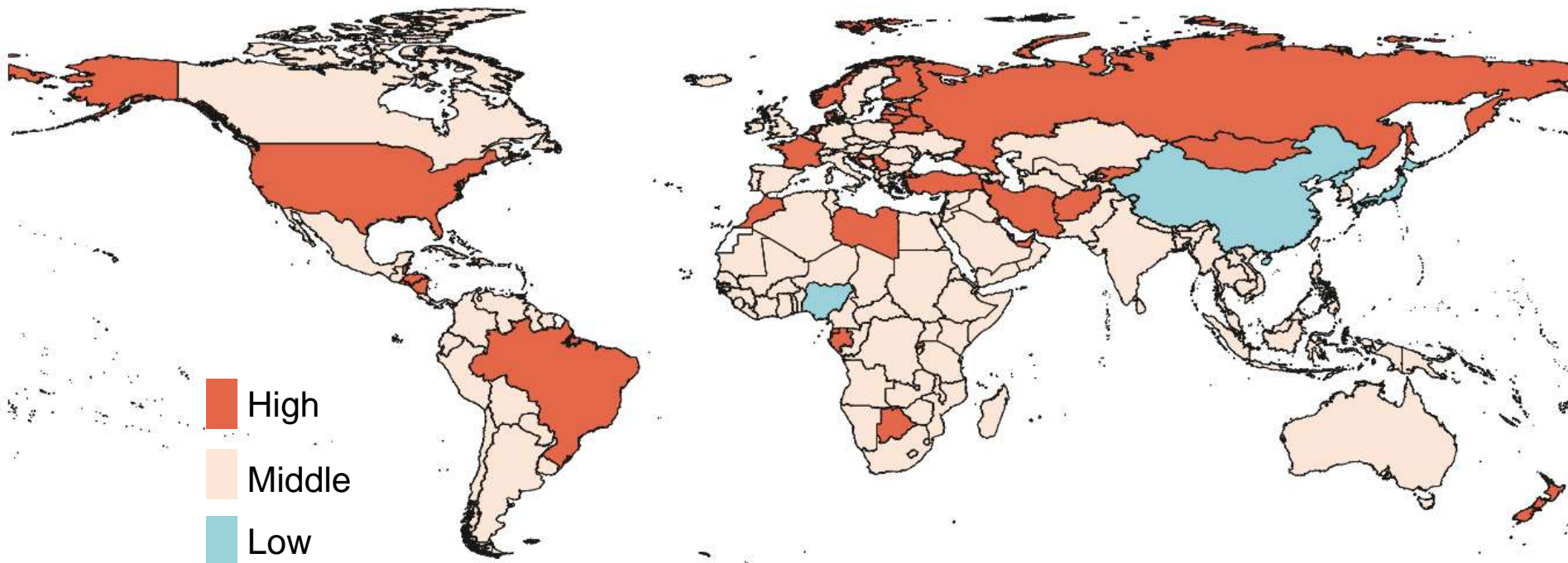
Kessler, R.C. et.al (2007). Lifetime Prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry*, 6, 168-176.



# “Burden of Disease”: Länder unterscheiden sich deutlich

---

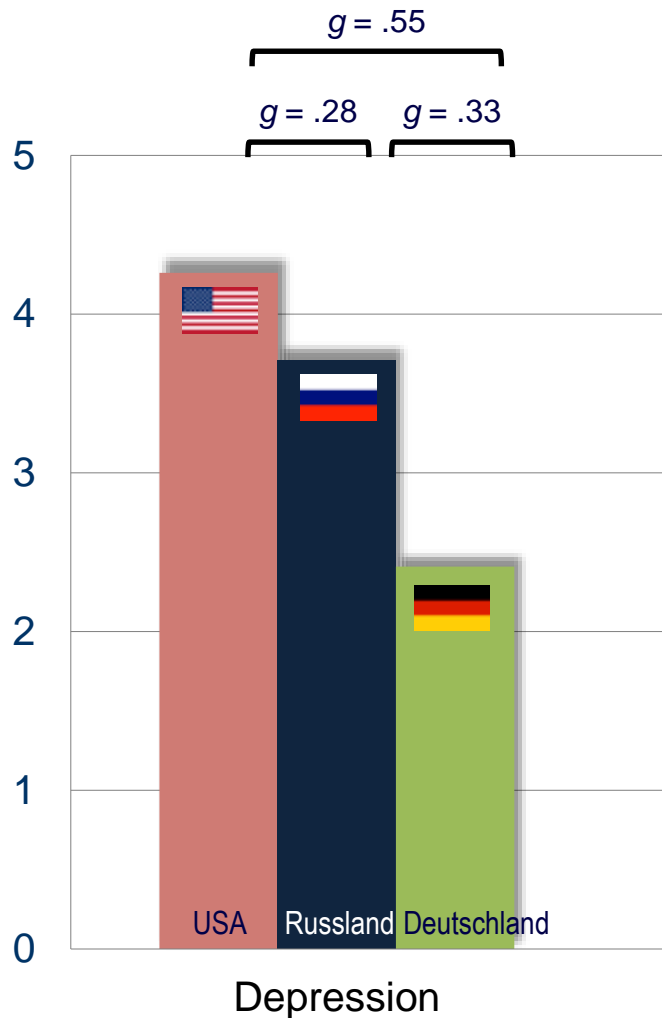
Psychische Störungen:  
DALYs\* verglichen mit globalem Durchschnitt



\*DALYs: Disability adjusted life years = verlorene Lebensjahre aufgrund vorzeitiger Sterblichkeit oder Leben mit schwerer Beeinträchtigung

# Depression, Angst und Stress:

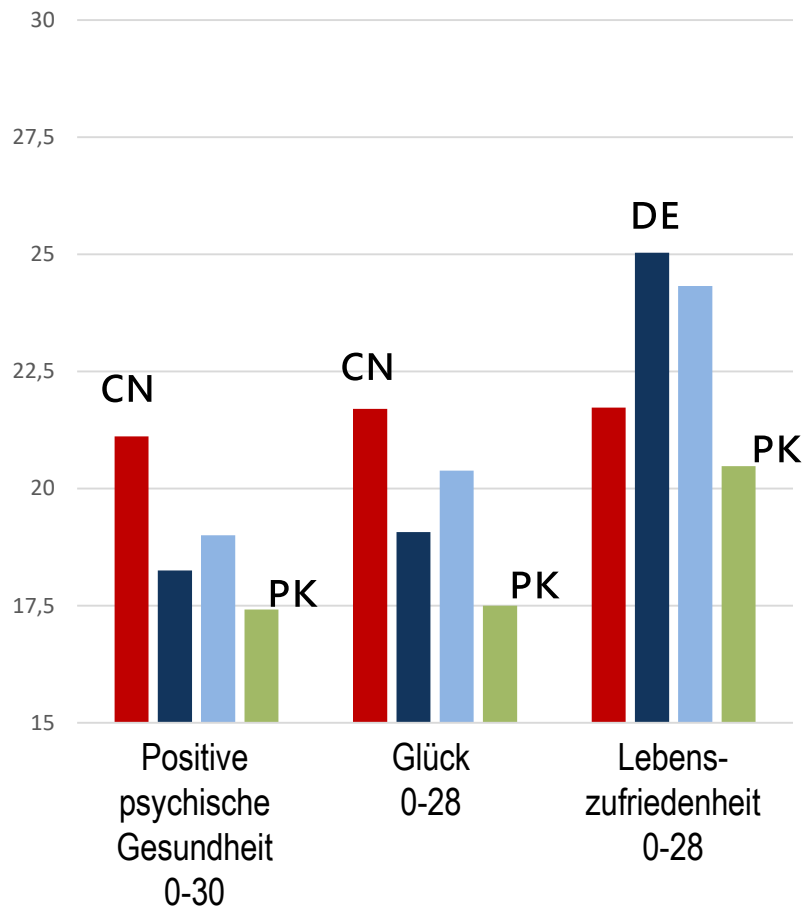
Deutschland, USA und Russland: Repräsentative Stichproben (BOOM\*)



$g = .xx$  Effektstärken: Hedge's  $g$

# Studenten in vier Ländern: Positive Variablen

CN DE RU PK  
(China - Deutschland - Russland - Pakistan)



Höhere Werte = gesünder

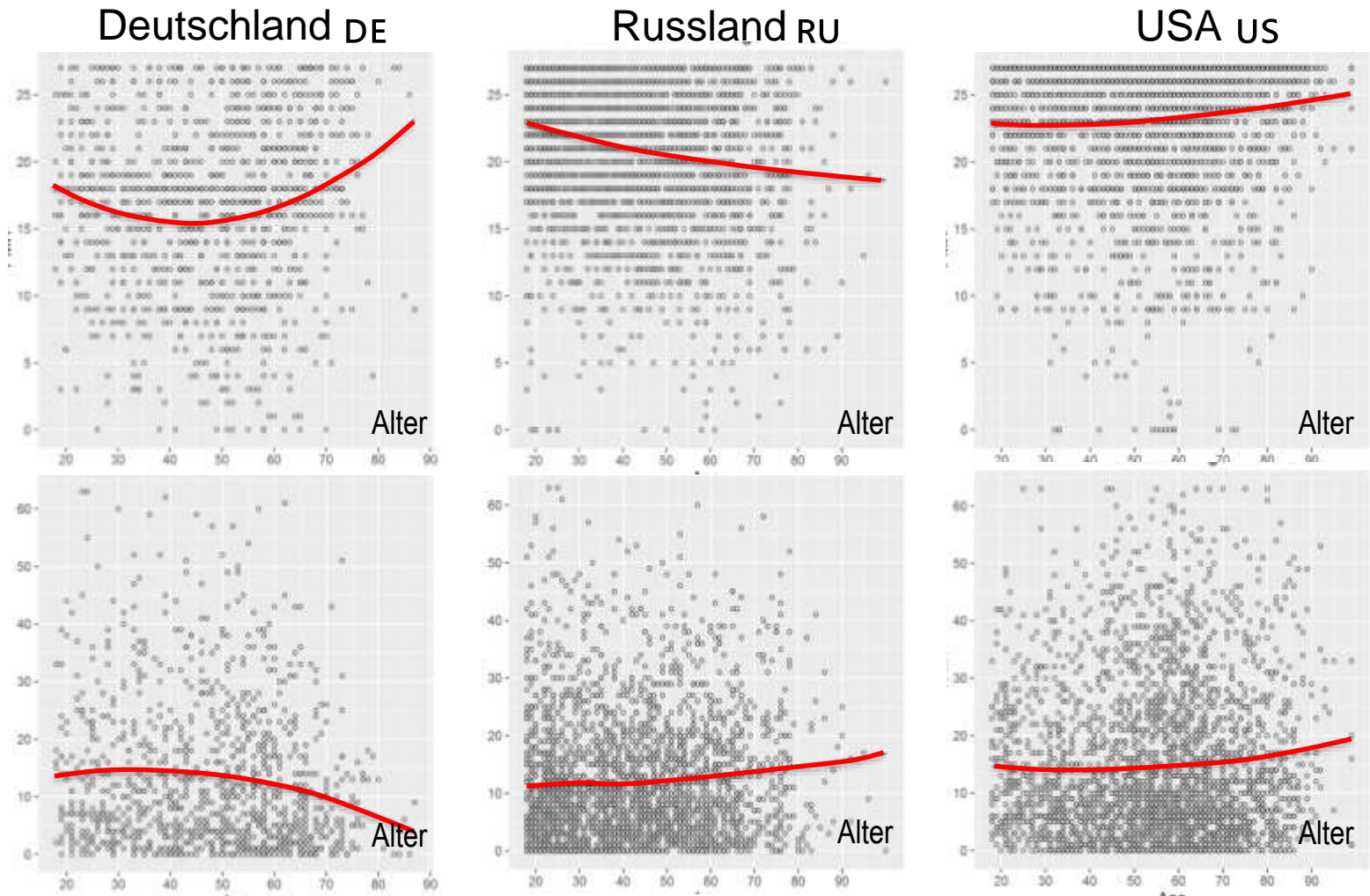
# Unterschiedliche Zusammenhänge mit Lebensphase (Alter): Gesundheit (PMH) vs. Beschwerden (DASS)



PMH



DASS  
Gesamt-  
wert

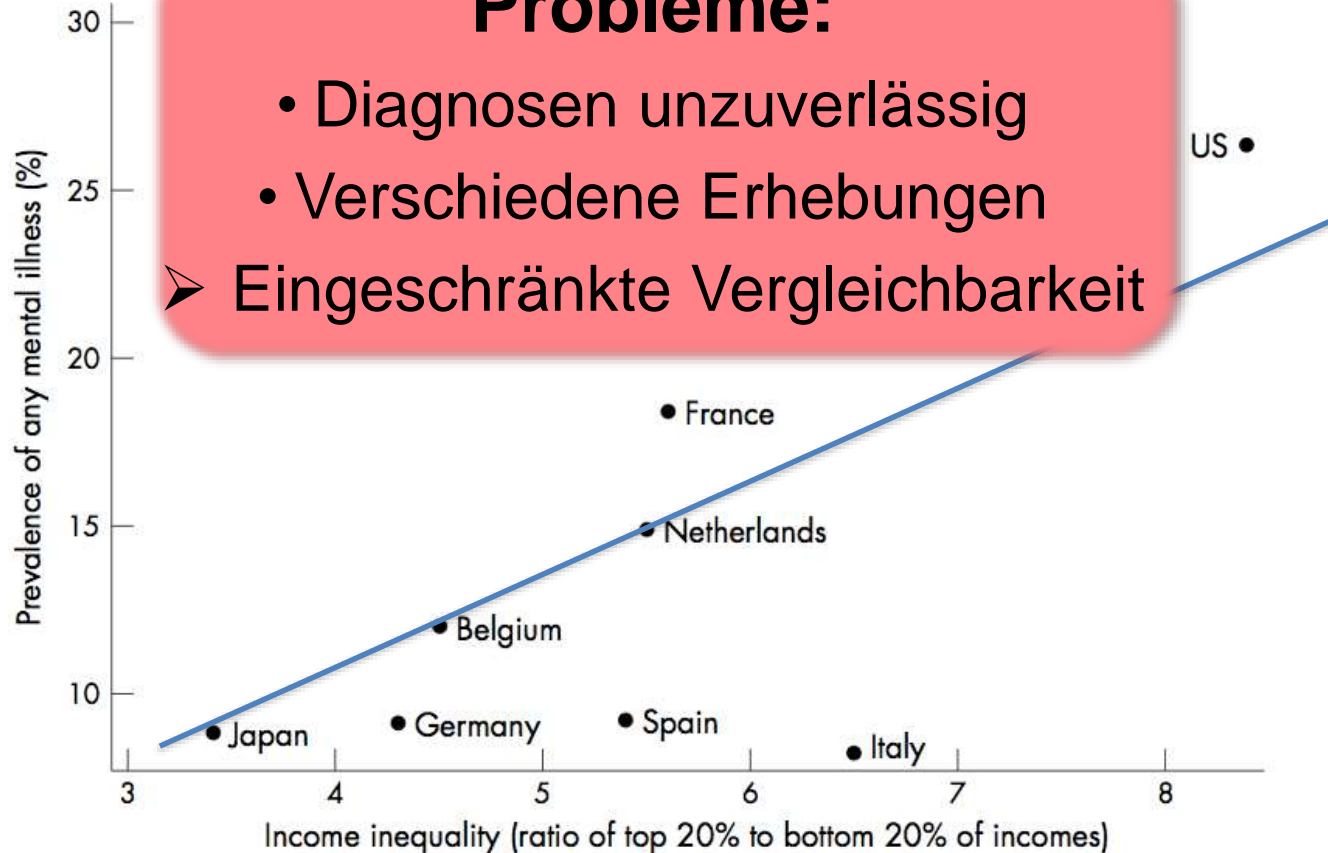


Quadratische Funktionen bzgl. Alter. Repräsentative Stichproben (je N >3000). PMH = Positive mental health scale, DASS = Depression, Anxiety, Stress Scales.

# Gleichheit und psychische Gesundheit hängen zusammen

## Probleme:




- Diagnosen unzuverlässig
- Verschiedene Erhebungen
- Eingeschränkte Vergleichbarkeit



# Verschiedene Gesellschaftsmodelle: Die Acht-Staaten-Studie

---



Hängen Wohlstand  , Gerechtigkeit  und Freiheit   
mit Depression, Angst und Stress zusammen?

# Verschieden Gesellschaftsmodelle: Die Acht-Staaten-Studie

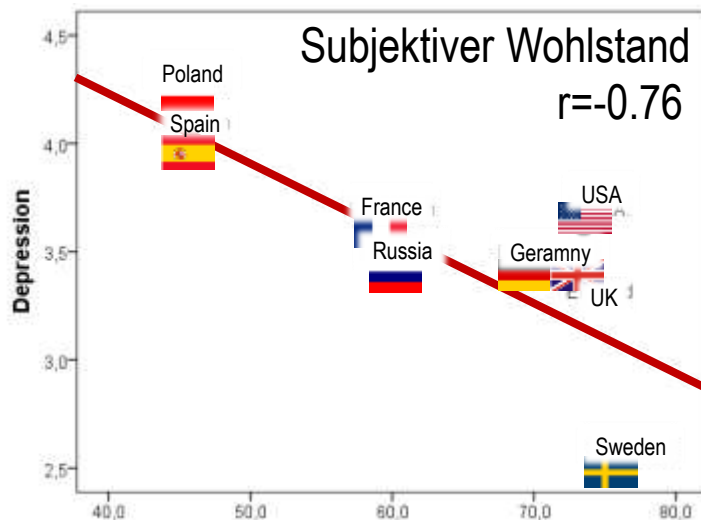
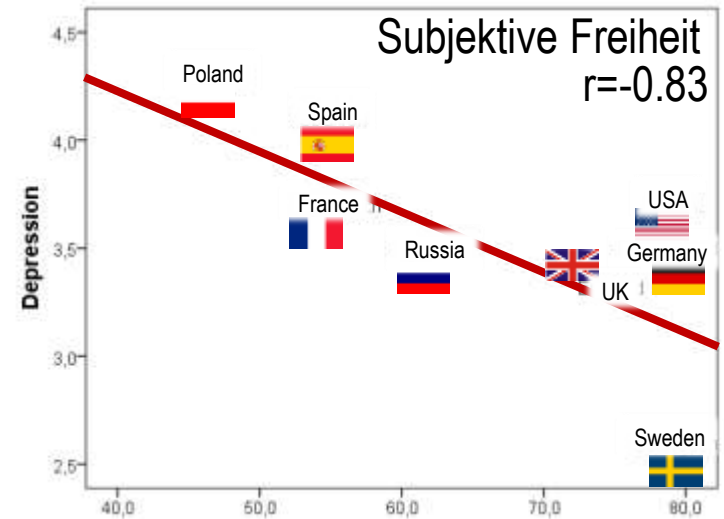
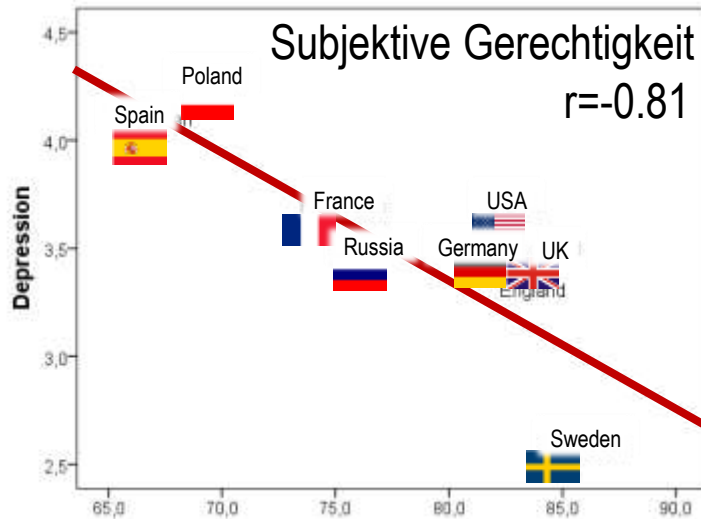
Repräsentative Bevölkerungserhebungen in Spanien, Frankreich, Deutschland, Polen, Russland, Schweden, UK und USA.  
N=8050 (1000 pro Land); Skalen zeigten gute interne Konsistenz und kulturübergreifende Messinvarianz.

## Wohlfahrtsstaat



- Objektive Indikatoren: GINI-Koeffizient, Gerechtigkeitsindex, Freedom Index, BSP pro Kopf
- Subjektive Indikatoren : „Mein Land“ (*Wenn Sie Deutschland mit anderen Ländern vergleichen, wie wohlhabend finden Sie Deutschland?*) und „Ich selbst“ (*Wenn Sie sich selbst mit anderen Menschen in Deutschland vergleichen, wie wohlhabend fühlen Sie sich?*)

# Depression korreliert hoch mit Gerechtigkeit, Freiheit und Wohlstand (subjektiv + objektiv)

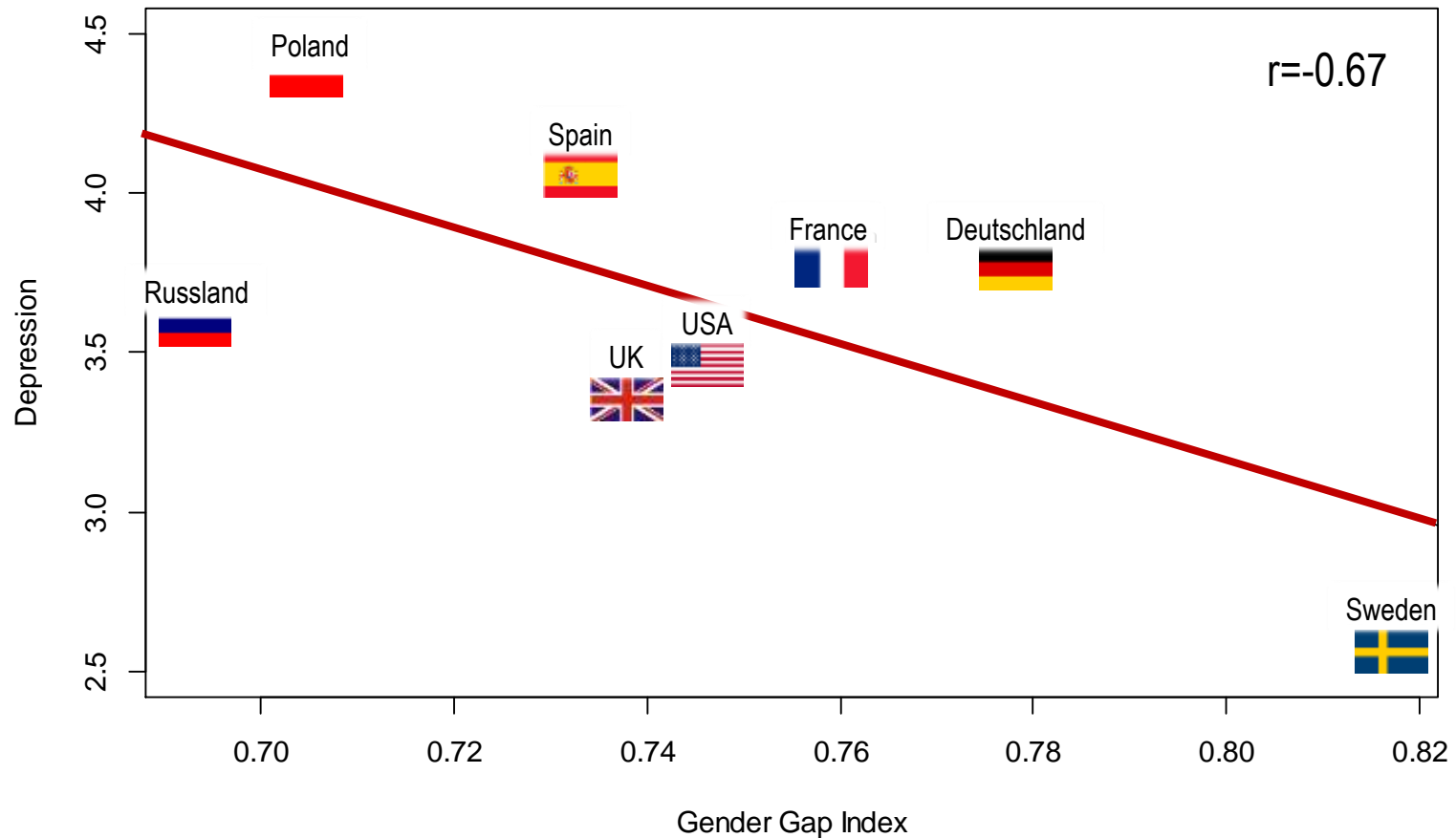


**Ähnliche Ergebnisse für**

- Angst und Stress
- objektive Indikatoren!



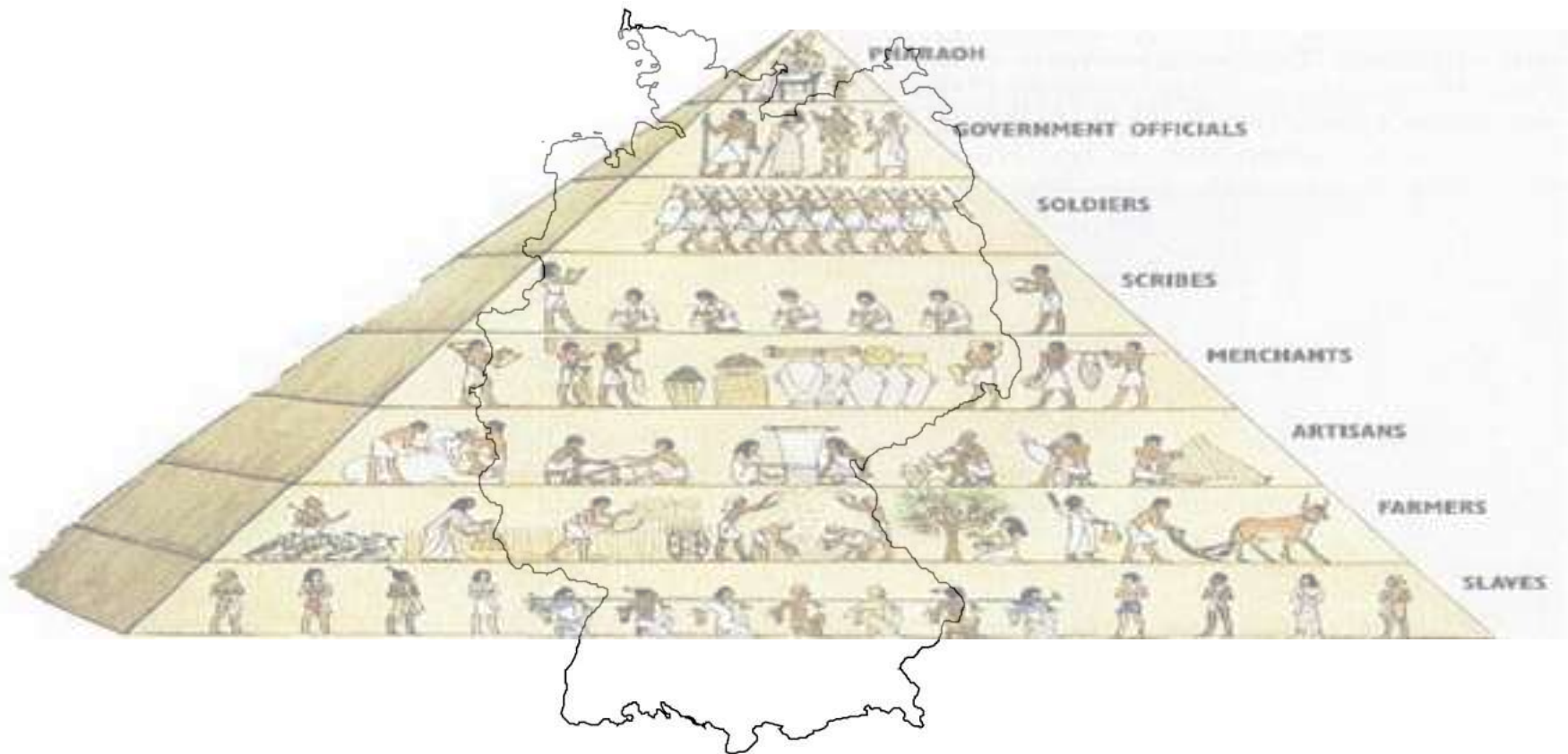
# Depression korreliert hoch mit Geschlechtergerechtigkeit („Gender Gap Index“)



# 3. Unterschiede innerhalb Ländern/Kulturen?

# Unterschiede zwischen sozialen Schichten?

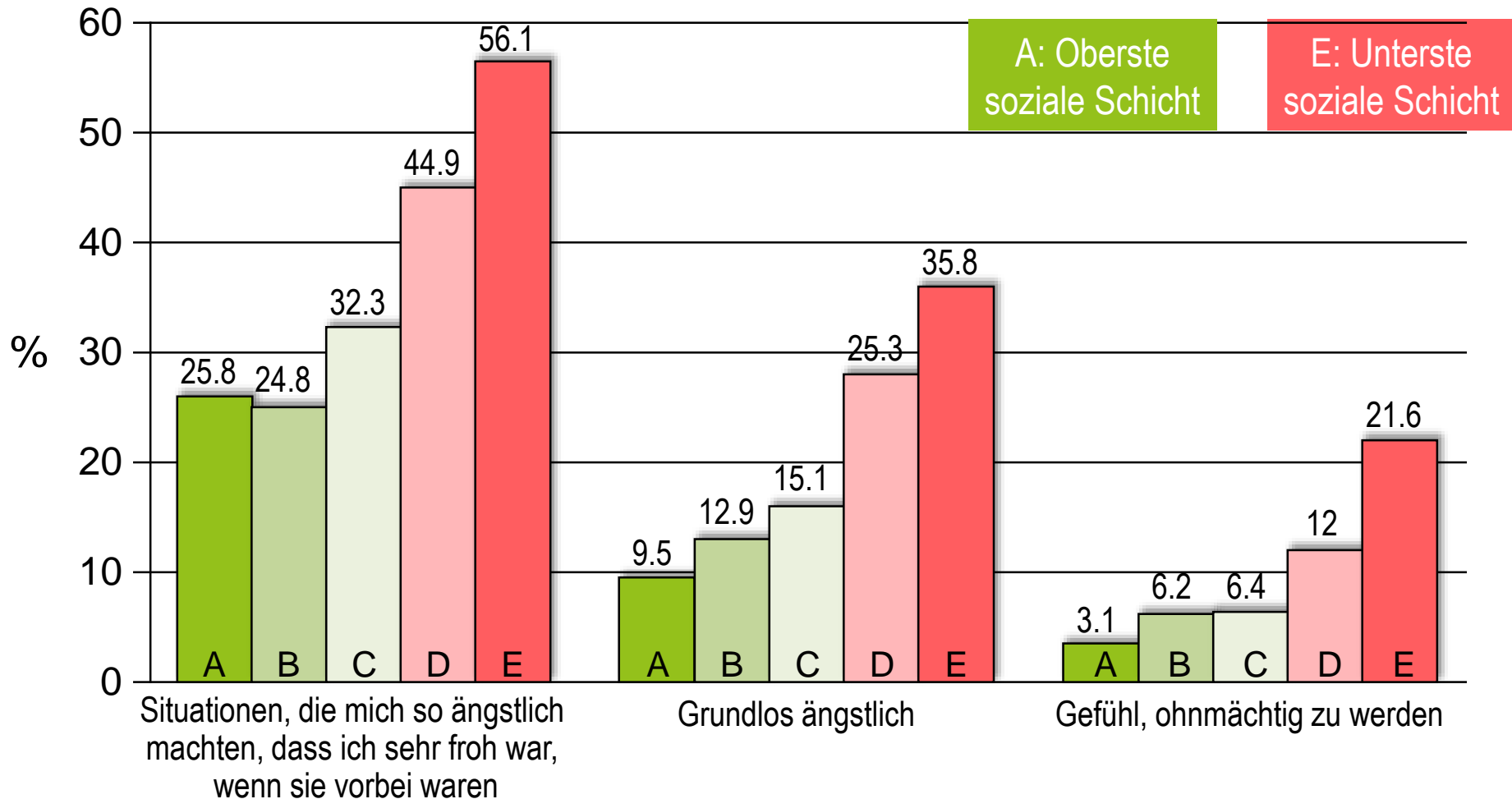
---



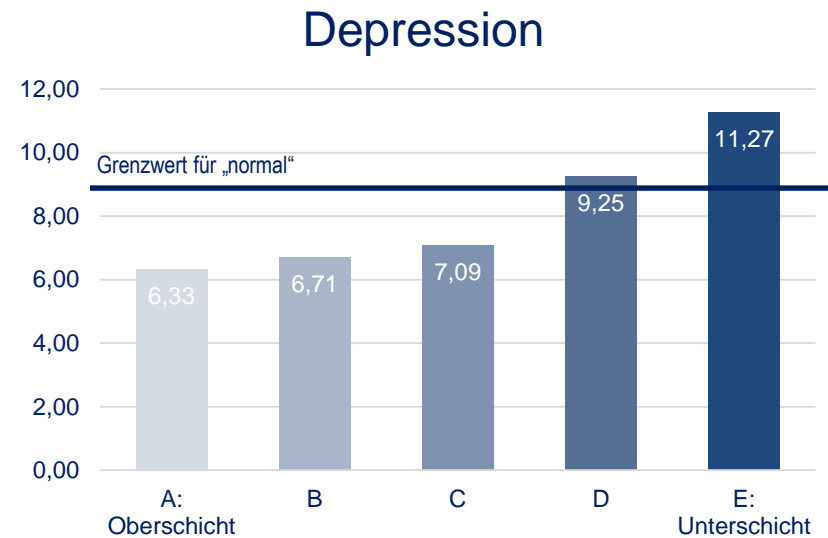
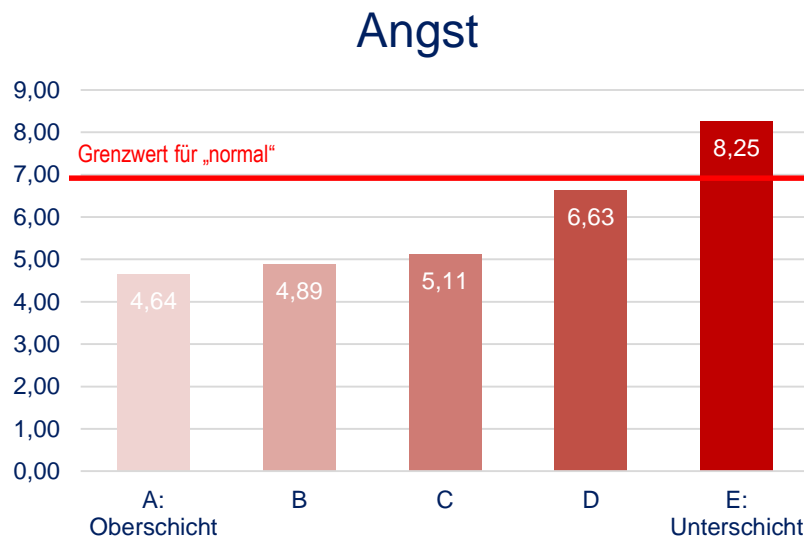
# Soziale Schicht und Angst

Repräsentativ für Deutschland (18+ Jahre, N≈2000)

Wie viel Prozent hatten diese Beschwerden in der vergangenen Woche?



# Soziale Schicht, Angst und Depression in Deutschland (repräsentativ ab 18 Jahre)

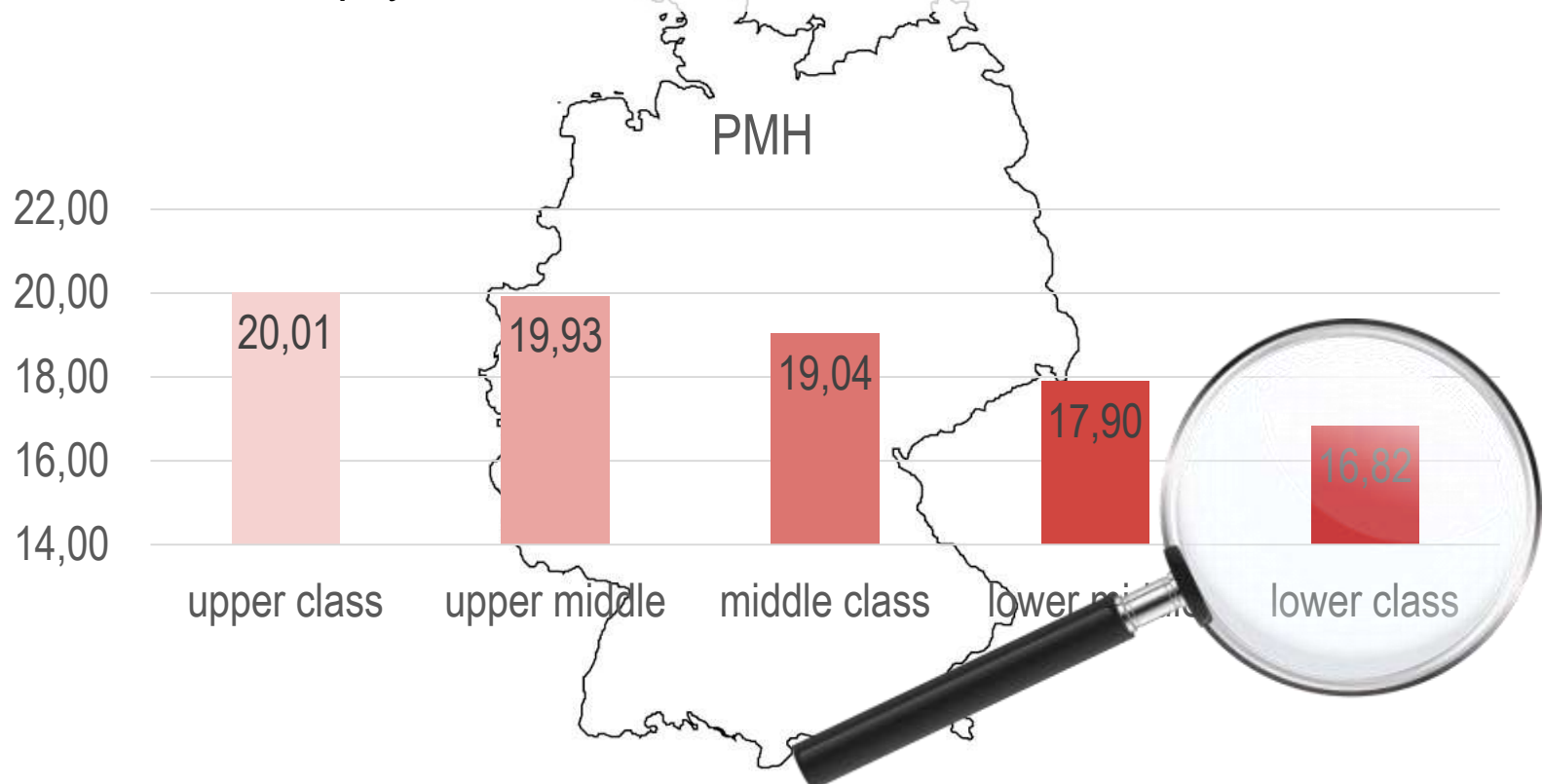


Unterschicht!

# PMH und soziale Schicht

(repräsentativ für Erwachsene Deutschland >18 Jahre)

Positive psychische Gesundheit erfasst mit PMH-Skala, N=2000



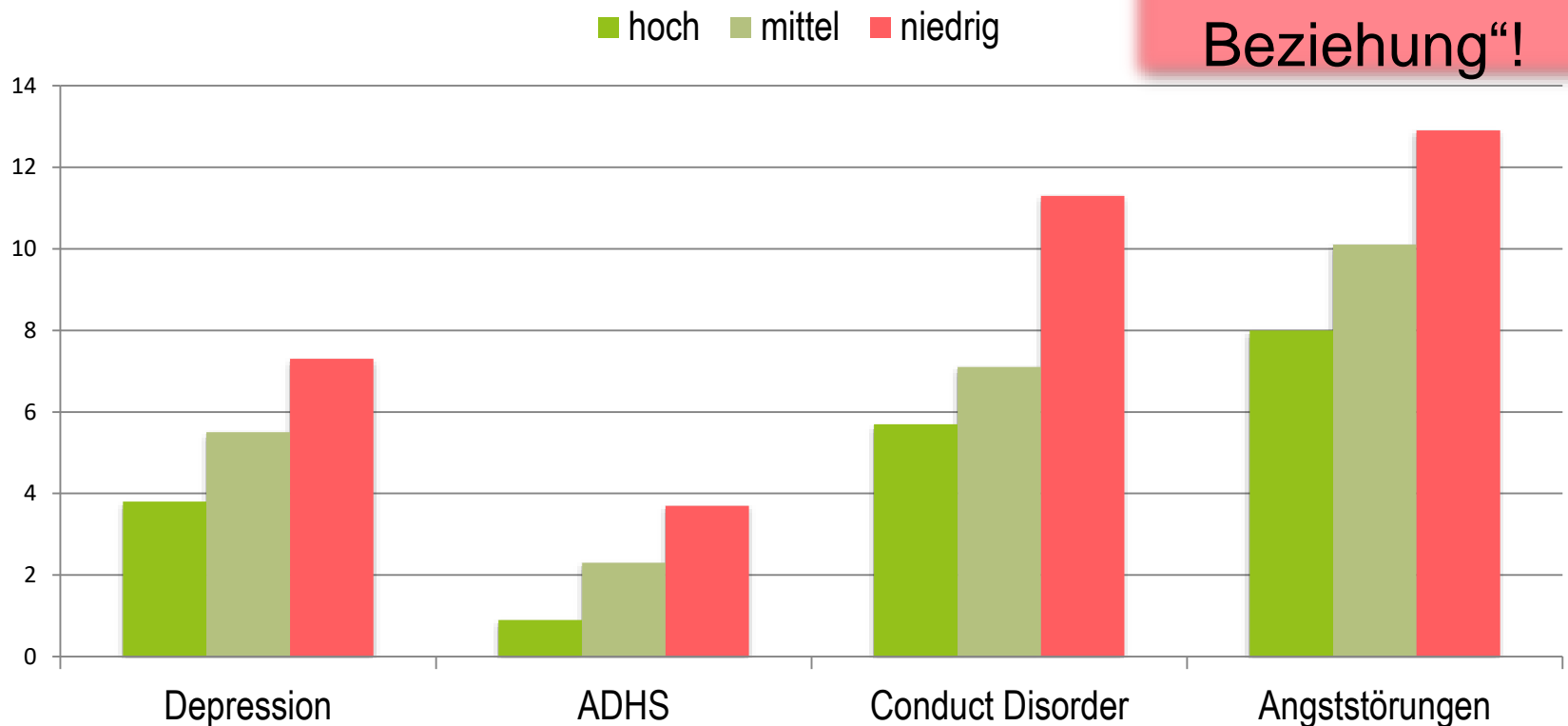
Spezielle Bedeutung der Unterschicht!

Repliziert in drei weiteren Repräsentativstudien mit je N=2000 in Deutschland  
und zwei Repräsentativstudien in USA und Russland mit je N=3000

# Soziale Ungleichheit und Angststörungen

Bella-Studie, Deutschland, 7-19 Jahre, N=2863, repräsentativ

„Dosis-Wirkungs  
Beziehung“!



# Was sagt die Unterschicht?

Repräsentativ Deutschland, GFK, N=2000

- Tägliche Aktivitäten sind Quelle von Schmerz und Langeweile: 17.6%
- Künftiges Leben ist ohne Sinn und Zweck: 19.7%
- Nie geistige Betätigung (lesen...): 20.5%
- Als Person nicht viel wert: 20.6%
- Starke Spannungen mit nahestehenden Personen: 22.1%
- Werde wichtige Schwierigkeiten nicht überwinden: 29.1%
- Tägliches Leben hat wenig Sinn: 32.7%
- Harte Arbeit lohnt sich nicht: 34.2%
- Leben lohnt sich nicht: 38.1%
- Interesse an allem verloren: 36.0%
- Finanziell belastet: 42.3%
- Fühle mich als Opfer: 44.8%
- Nie Sport: 54.6%
- Nicht, auf das Leben zu achten: 58.7%
- Überhaupt keine positiven Gefühle: 60.1%
- Wichtige Lebensbereiche (Arbeit, Freizeit Familie) unkontrollierbar: 82.4%



Kein  
Ausweg!



# Sinn und Zweck

---

*„Der Sinn des Lebens besteht darin, deine Gabe zu finden.*

*Der Zweck des Lebens ist es, sie wegzugeben.“*

Picasso zugeschrieben, wahrscheinlich jedoch von David Viscott  
(Finding Your Strength in Difficult Times: A Book of Meditations.  
Contemporary Books of Chicago, Illinois, 1993, p. 87).

Erich Fromms Definition von Gesundheit:

*„Fähigkeit zu lieben und schöpferisch zu sein.“*

(Die Kunst des Liebens. Frankfurt/Main: Ullstein 1956)

# 4. Mechanismen?

# Sie erinnern sich: Wir sind soziale Wesen

Six degrees of separation

“Small World”

Stanley Milgram 1967



Three degrees of influence

“Connected”

Christakis & Fowler 2009



# „Ansteckung“ in sozialen Netzwerken

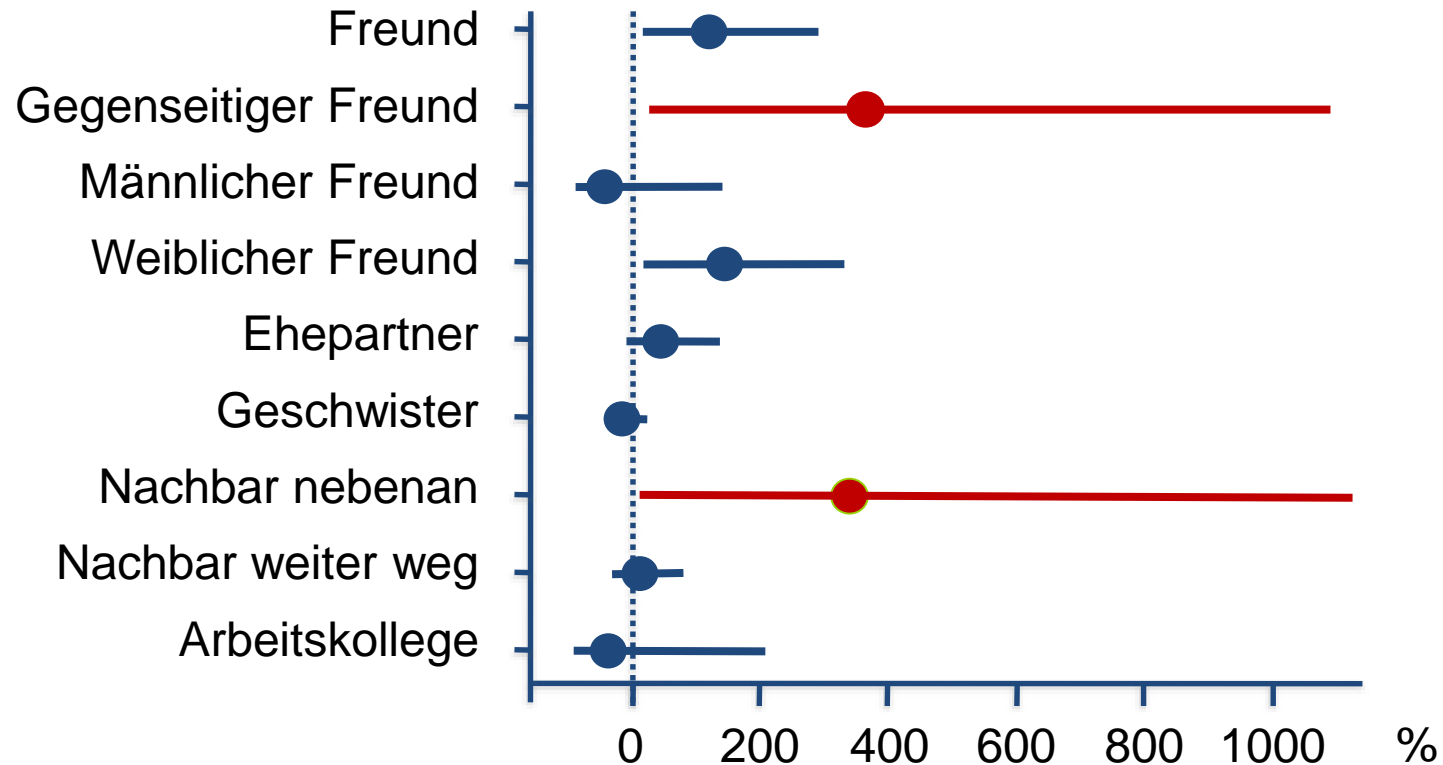
---

- Die Freunde der Freunde unserer Freunde beeinflussen uns
  - Glück, Einsamkeit, Depression, Übergewicht, Rauchen, Alkohol, Sex
- Persönliche Kenntnis/Kontakt nicht erforderlich
- Emotionale „Ansteckung“ ist evolutionär sinnvoll
  - Positive Emotionen: Gruppenkohäsion
  - Negative Emotionen: Warnung vor Gefahr
- Mechanismen der sozialen „Ansteckung“:
  - (Gemeinsame Exposition an Drittvariablen)
  - Übernahme von Normen
  - Übernahme von Verhalten

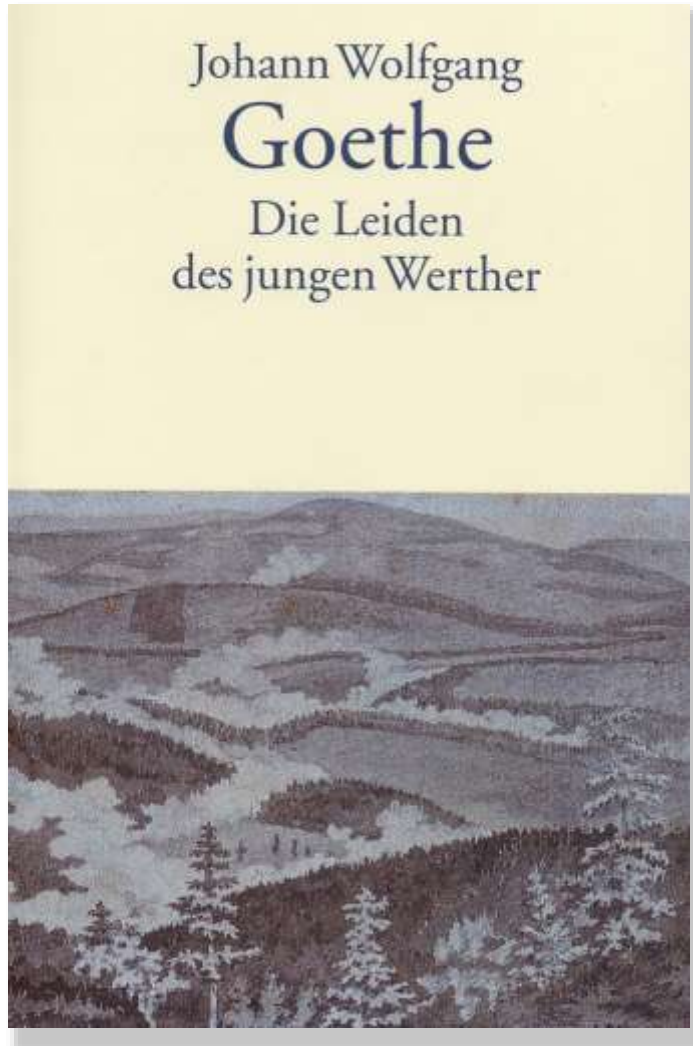
# Depressionsrisiko und Art der Beziehung

*Anstieg des Depressionsrisikos,  
wenn Bezugsperson depressiv wird*

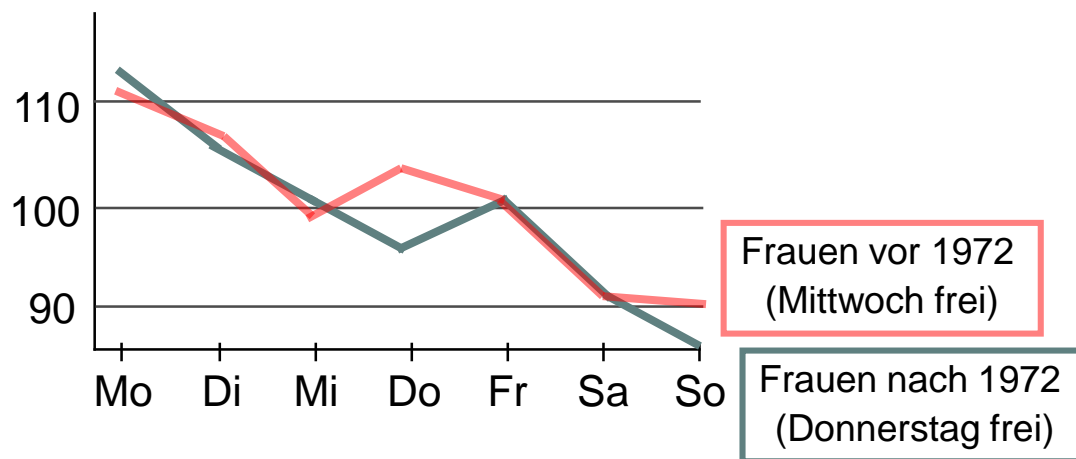
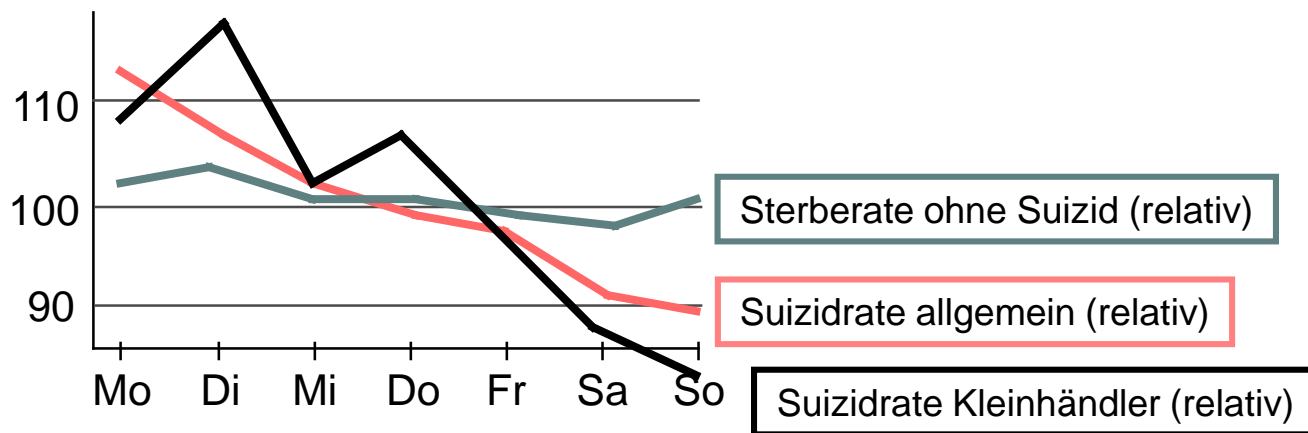
*Art der Bezugsperson:*



# „Ansteckung“ und Suizid: „Werther-Fieber“

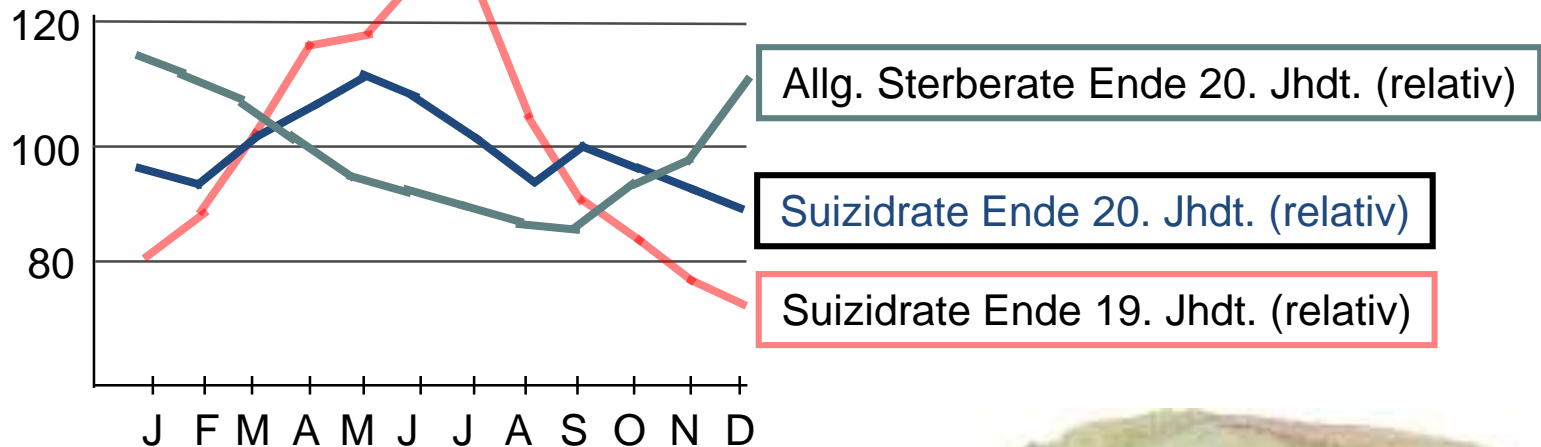


# Weniger individuell als man meint: Suizide und Wochentag (Frankreich)



„Sonntags nie“

# Suizide und Jahreszeiten (Frankreich)



- Allgemeine Sterberate und Suizidrate haben gegenläufige Gipfel der Jahreszeitverteilung
- Früher: starker „Sommergipfel“
- Heute: flachere Verteilung, „Ferientäler“





# Medien: Von der Eiszeit zum Bildschirm

---



Venus von Willendorf  
Europa, Eiszeit

Sex and the City  
Manhattan, 1990er

Ausgaben: \$ 234.420.-  
Einnahmen: \$ 50.000.-



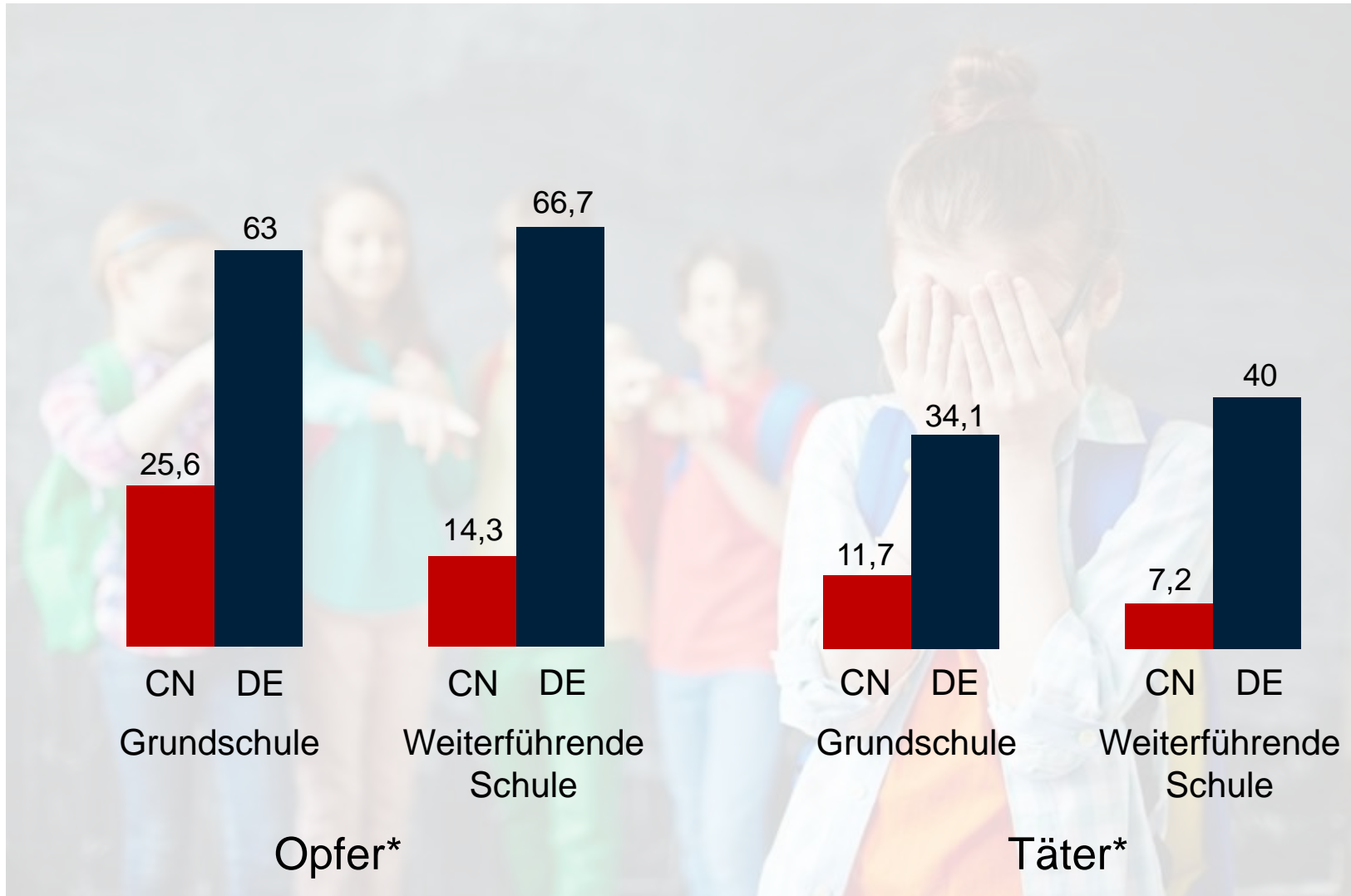
# Weitere Mechanismen

---

- Unterschiedliche Anreize und Werte
- Individualistische vs. kollektivistische Gesellschaften

# Bullying: Große kulturelle Unterschiede

BOOM,  $N_{\text{China}_{\text{CN}}} = 5900$ ,  $N_{\text{Deutschland}_{\text{DE}}} = 908$



\*mindestens einmal

# Bullying: Große kulturelle Unterschiede

BOOM,  $N_{\text{China}_{\text{CN}}} = 5900$ ,  $N_{\text{Deutschland}_{\text{DE}}} = 908$

---

## Deutschland:

- Opfer haben im Erwachsenenalter schlechtere psychische Gesundheit (mehr Depression, Angst, Stress, Suizidalität als Durchschnitt)
- Täter haben im Erwachsenenalter **bessere** psychische Gesundheit (**weniger** Depression, Angst, Stress, Suizidalität als Durchschnitt)

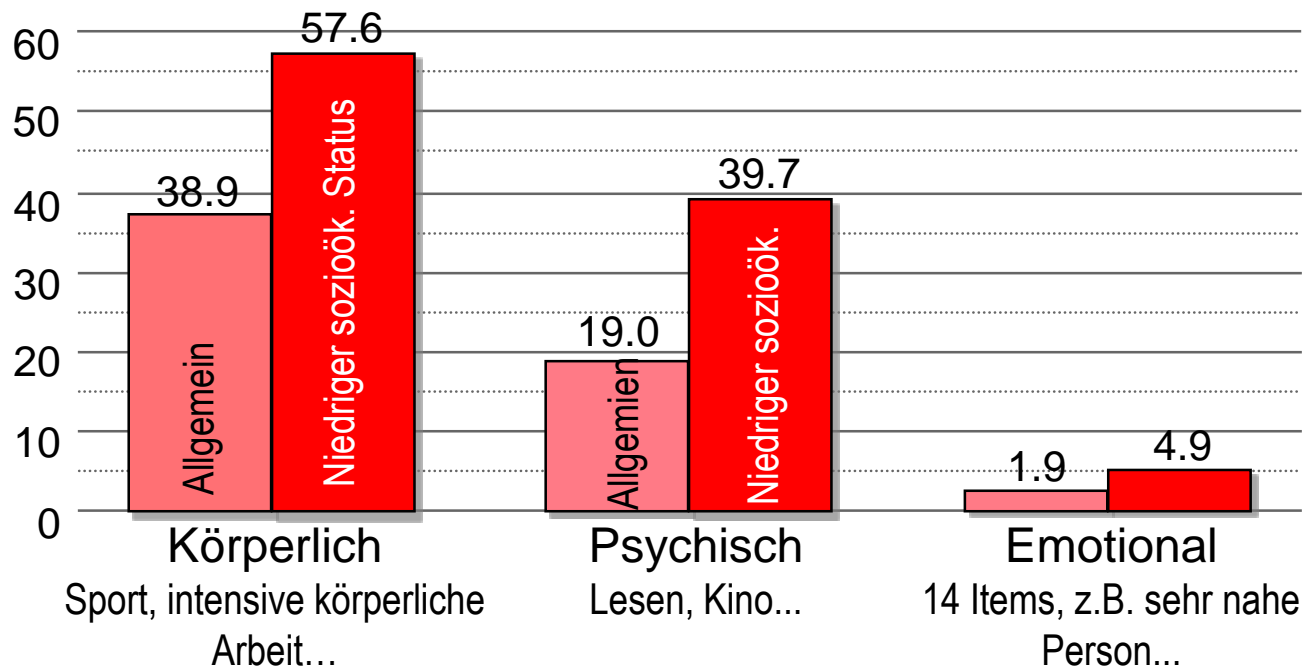
## China

- Opfer **und Täter** haben im Erwachsenenalter **schlechtere** psychische Gesundheit

☛ **Ist Bullying “adaptiv” in individualistischer, jedoch maladaptiv in kollektivistischer Gesellschaft?**

# Was wir alle brauchen: Leben ist Bewegung

Aktiv sein: „selten oder nie“



Schutzeffekte gut belegt bei

- Depression, Angst, Demenz, Herz-Kreislauf, Diabetes, Krebs und mehr...

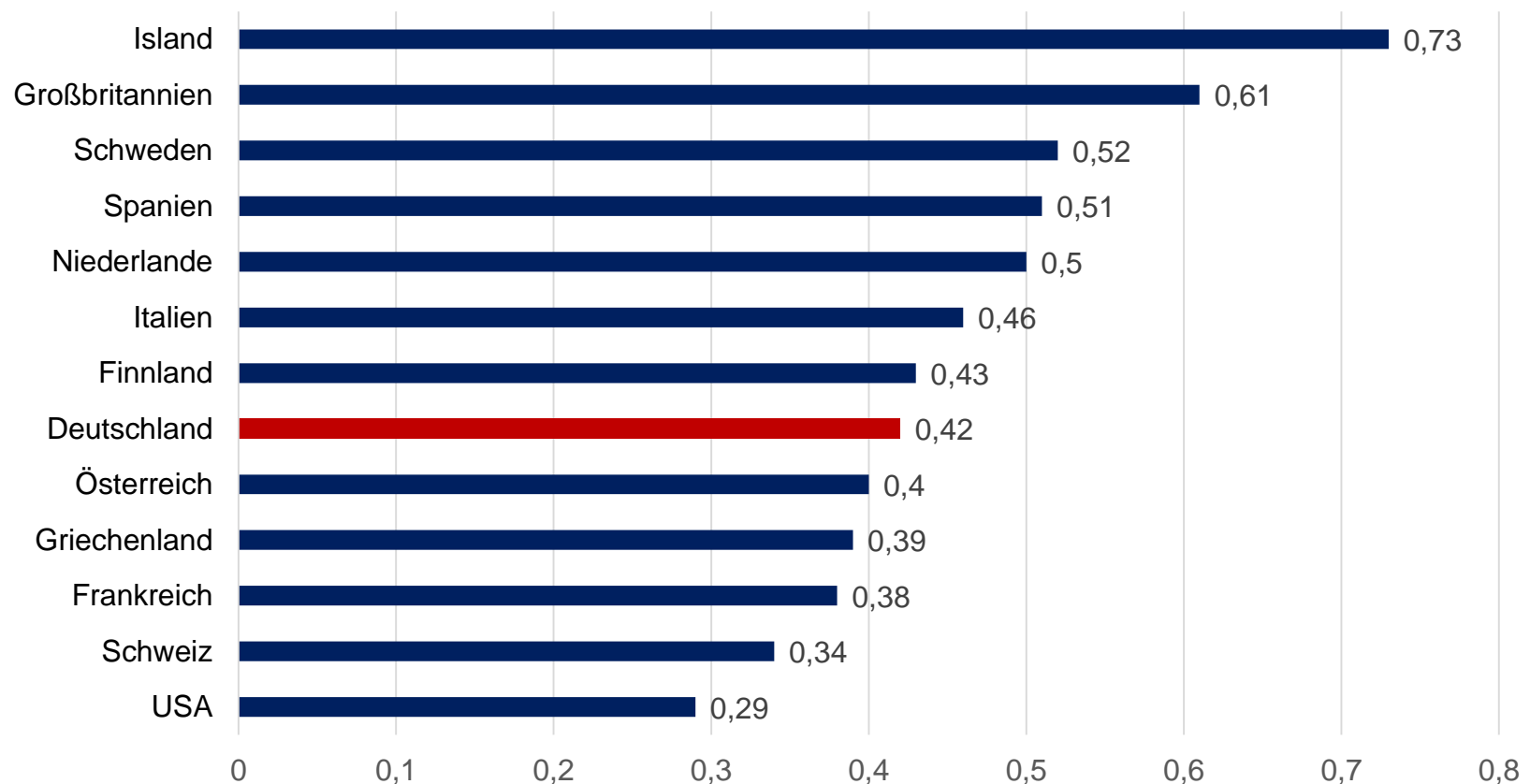
# Soziale Schicht als „Black Box“?

---



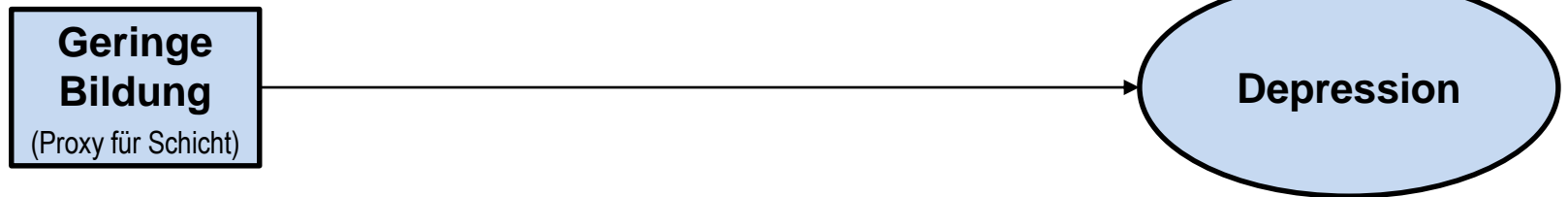
# Die Chance auf ein Studium hängt in Deutschland vom Elternhaus ab

Chance, ein Hochschulstudium aufzunehmen, wenn die Eltern einen niedrigen Bildungsstand haben



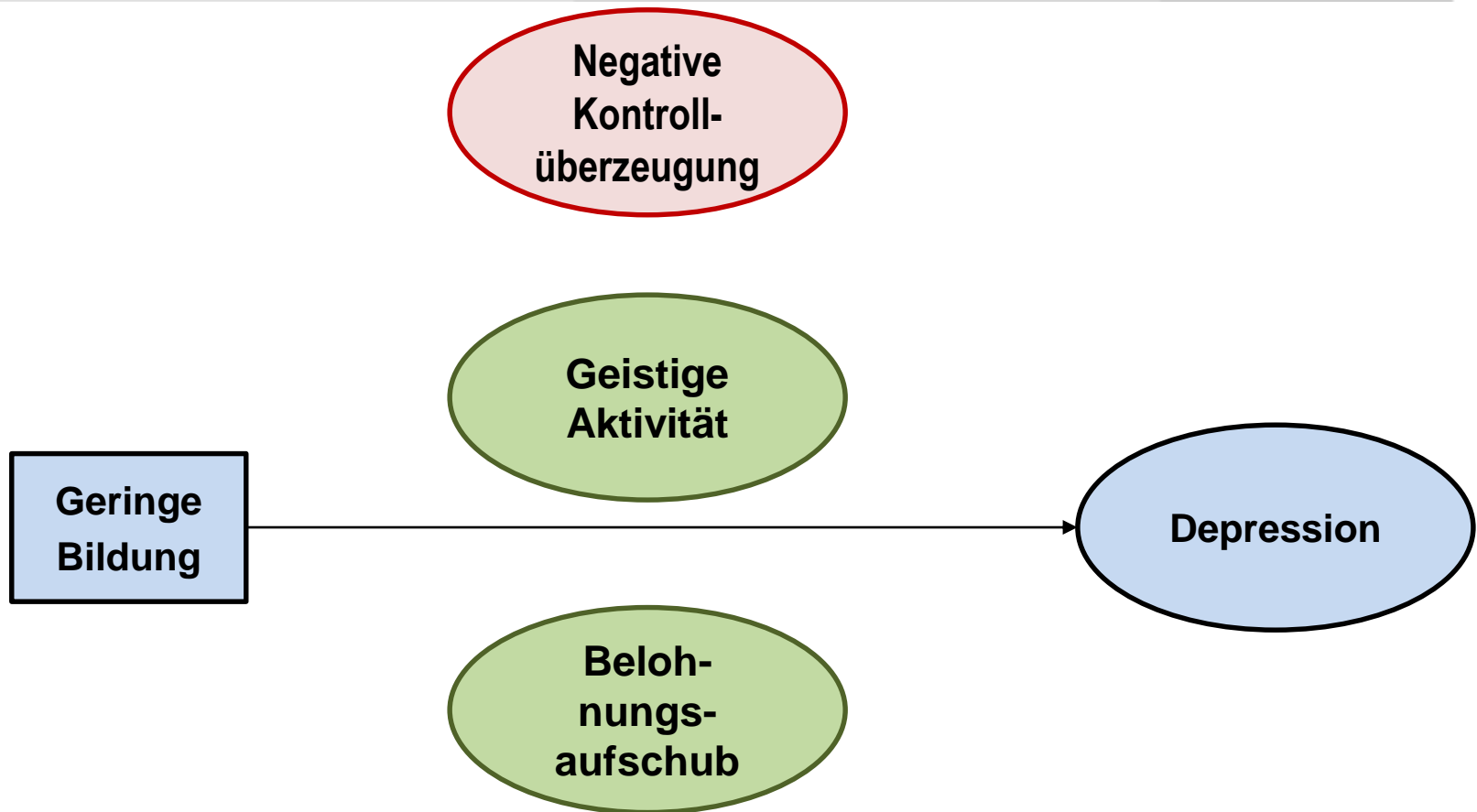
# Blick in die „Black Box“: Strukturgleichungsmodell (SEM)

---





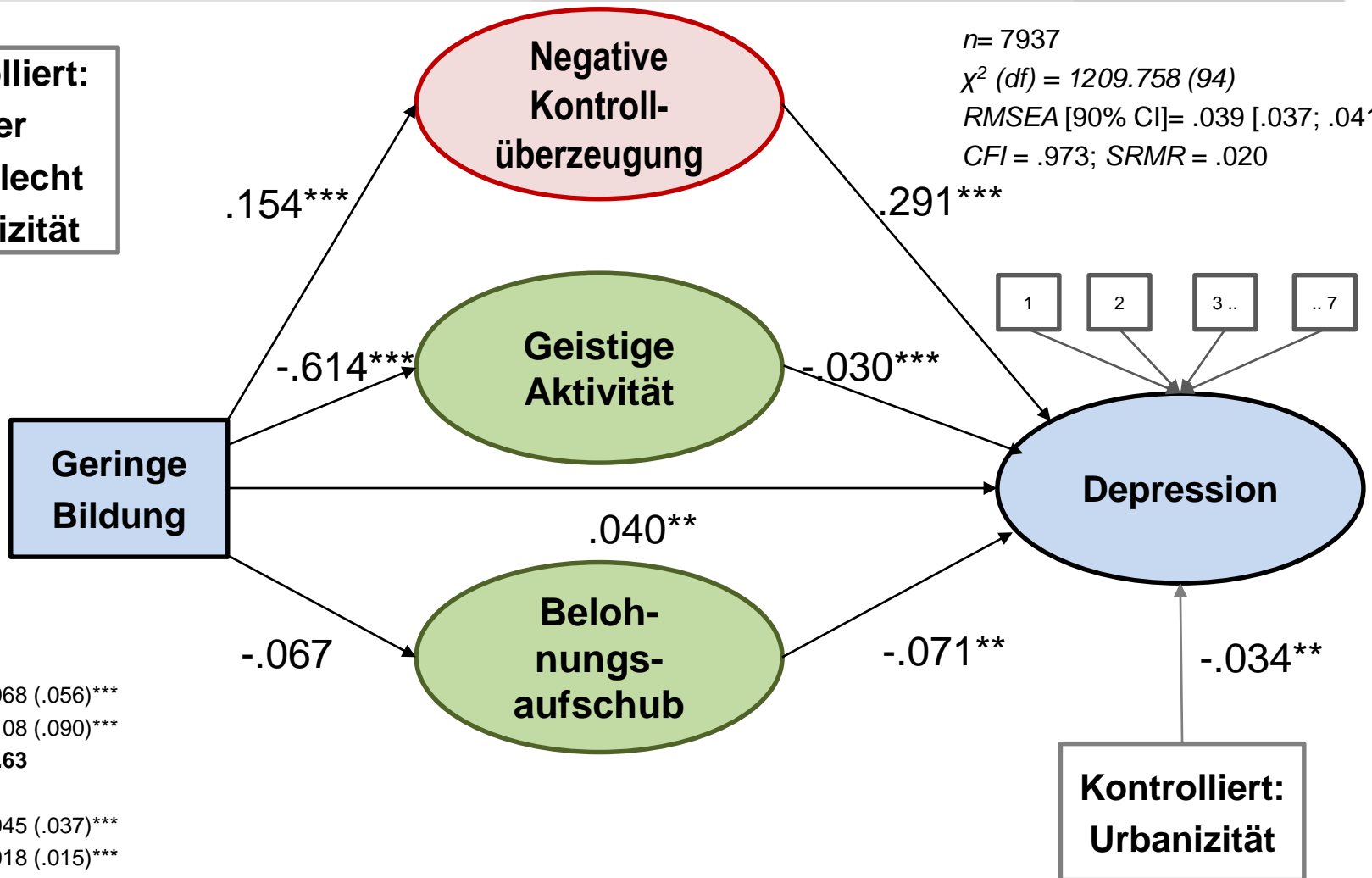
# Blick in die „Black Box“: Strukturgleichungsmodell (SEM)



# Blick in die „Black Box“: Strukturgleichungsmodell (SEM)



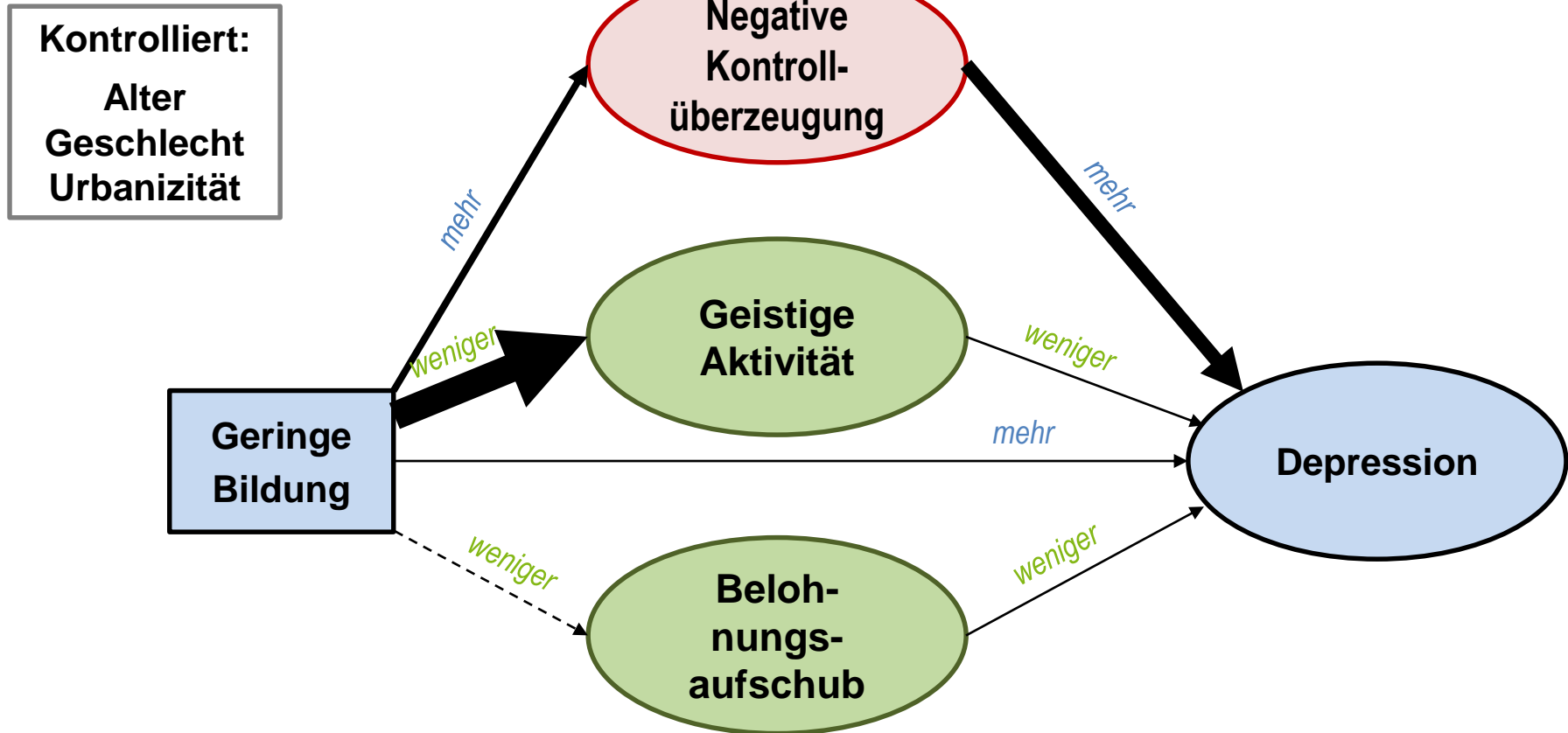
**Kontrolliert:**  
**Alter**  
**Geschlecht**  
**Urbanizität**



Indirekt:  $.068 (.056)^{***}$   
Total:  $.108 (.090)^{***}$   
Pm: **0.63**

Kontrolle:  $.045 (.037)^{***}$   
Geistige Aktiv.:  $.018 (.015)^{***}$   
Delay of grat.:  $.005 (.004)^{**}$

# Blick in die „Black Box“: Strukturgleichungsmodell (SEM)



Einfluss sozialer Schicht auf Depression:  
**68%** der Varianz erklärt durch  $\Psi$

# „Mindset“ der Unterschicht?

---



Fixed  
Failure



Growth  
Success

# MINDSETS

# „Mindset“ der Unterschicht?

---

- Identifikation sozial sensibler Items (15 Items) in Repräsentativ-Stichprobe Deutschland 1 (N≈2000)
  - soziale Schicht mittels Selbsteinschätzung
- Kreuzvalidierung in Repräsentativ-Stichprobe Deutschland 2 (N ≈ 2000), soziale Schicht durch „objektive“ Indikatoren
  - Wirtschaftliche Lage (Netto-Haushalts-Einkommen)
  - Berufszugehörigkeit (Beruf Haushaltsvorstand)
  - Kulturelles Niveau (Schulbildung Haushaltsvorstand)
- Psychometrische Eigenschaften der Gesamtskala in beiden Stichproben
- Mediationsanalyse soziale Schicht und PMH/Depression im Querschnitt: Repräsentativstichprobe Deutschland 3 (N≈4000)
- Pfadmodell soziale Schicht und PMH/Depression im Längsschnitt: BOOM (deutsche Studenten, N≈1000)

# “Unterschichts-Mindset“: 15 Selbstaussagen

Wenn bei mir etwas schief laufen kann, dann tut es das auch

\* Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen

\* In den meisten Bereichen verläuft mein Leben nahe an meinen Idealvorstellungen

Im Allgemeinen betrachte ich mich als kein glücklicher Mensch

\* Ich bin zufrieden mit meinem Leben

Ich zähle selten darauf, dass mir etwas Gutes widerfährt

\* Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben

Ich erwarte selten, dass die Dinge auf meine Weise laufen

\* Meine Lebensbedingungen sind ausgezeichnet

Ich erwarte, dass mein künftiges Leben ohne jeden Sinn und Zweck sein wird

\* Wenn ich mein Leben wiederholen könnte, würde ich fast nichts anders machen

Meine Gedanken und Gefühle sind oft ganz durcheinander

\* Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten

Viele Leute, auch solche mit einem starken Charakter, fühlen sich in bestimmten Situationen als traurige Verlierer

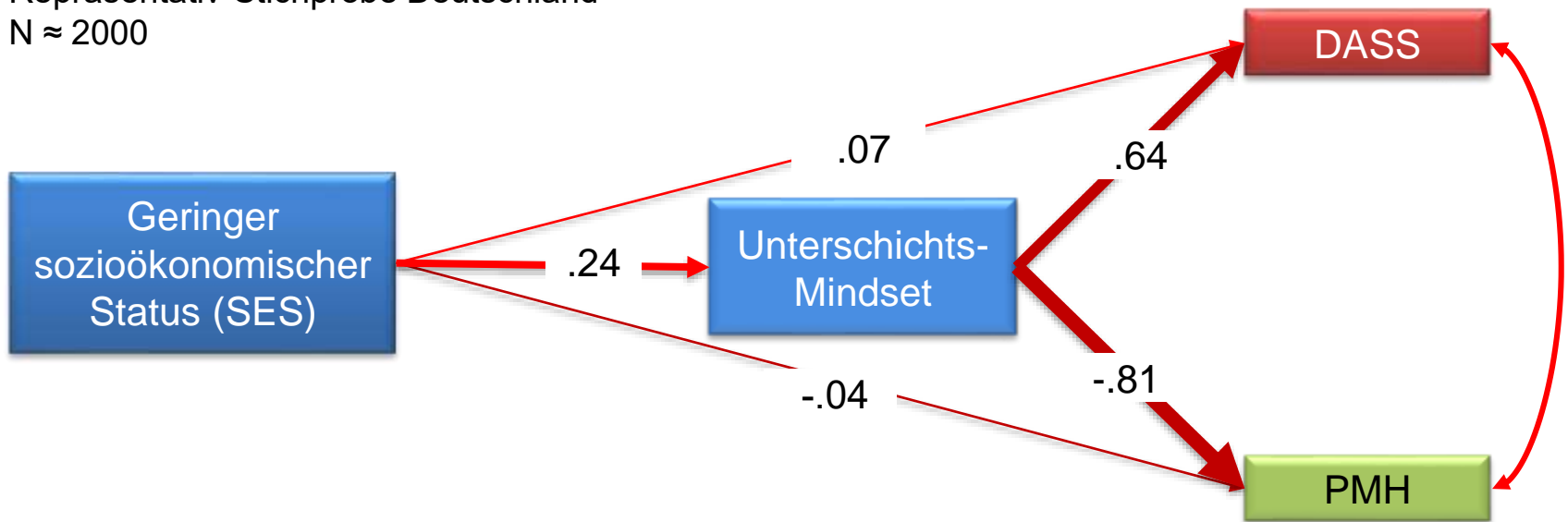
\* Bis jetzt habe ich die wichtigen Dinge, die ich haben wollte, bekommen

# „Unterschicht-Mindset“ ist starker Prädiktor für psychische Beschwerden + Gesundheit

Querschnittsstudie:

Repräsentativ-Stichprobe Deutschland

N ≈ 2000



Alle Pfade signifikant mit  $p < .001$

Indirekte Effekte (DASS/PMH): **Cohen's  $d = 0.49$  und  $0.48$**

**Ähnliche Ergebnisse  
im Längsschnitt  
(deutsche Studenten)**

# Kausale Evidenz aus sozialen Interventionen: Vierversprechend, aber zu selten untersucht

---

## 1. Great Smoky Mountains Study: Quasi-experimentelles Design



## 2. “Direct Cash transfer”: experimentelles Design



Costello et al. (2016). *The Great Smoky Mountains Study...* *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51, 639–646.  
Bastagli et al. 2016. *Cash transfers: what does the evidence say?* London: Overseas Development Institute.



# 5. Schlußfolgerungen

Bedeutende Auswirkungen sozialer  
Faktoren

Vermittelt durch psychologische  
Variablen

Biologische Faktoren relativ  
unbedeutend

# Beispiel: Risiko für Schizophrenie

---

**Psychosoziale** Faktoren können das Risiko um etwa 250% steigern!

**Genetische** Faktoren können das Risiko für eine Schizophrenie um maximal 35% steigern.

Maximaler Risikoanstieg:

Genetisch

+35%

Psychosozial

+250%

*Tost + Meyer-Lindenberg (2012) Schizophrenia, Sozial environment and the brain. Nature Medicine, 18, 211-213*

*Bottlender (2019). Die Krise des biologischen Wissenschaftspositivismus und die Chancen einer Qualitätsinitiative in der Diagnostik und Therapie psychischer Erkrankungen. Presented at Bochum-Essener Psychiatriegespräche, Bochum, March 2019.*

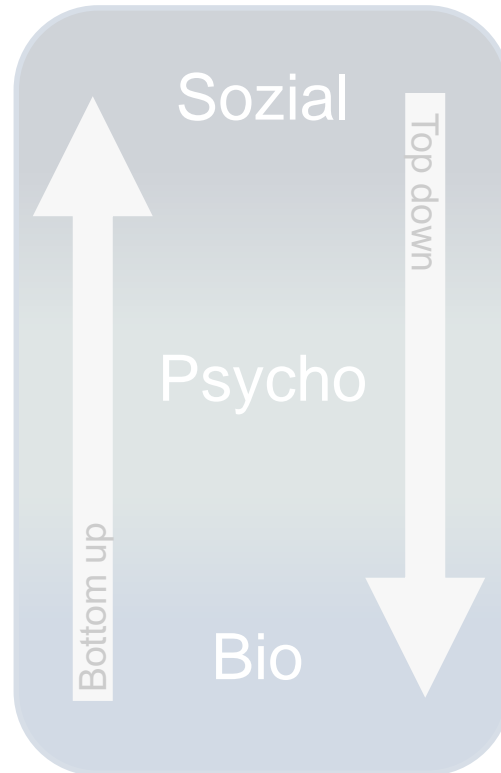
# Biopsychosoziales Modell: Ursprung und Abwandlung

---

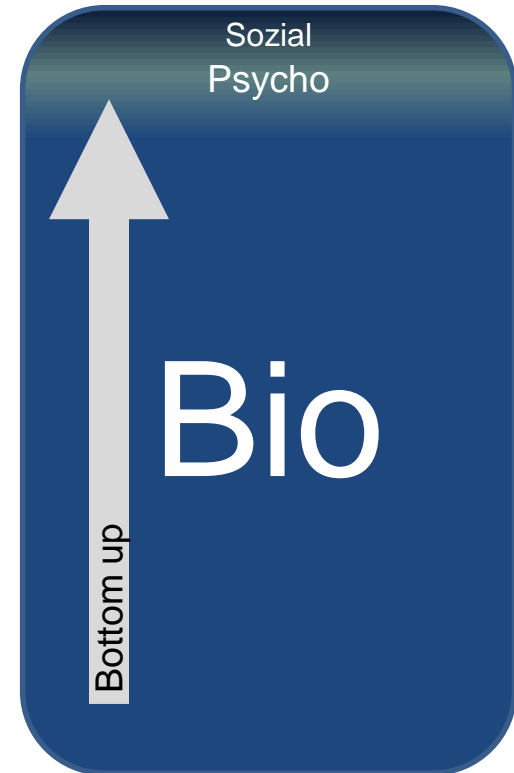


George Engel  
1977

Original-  
Modell

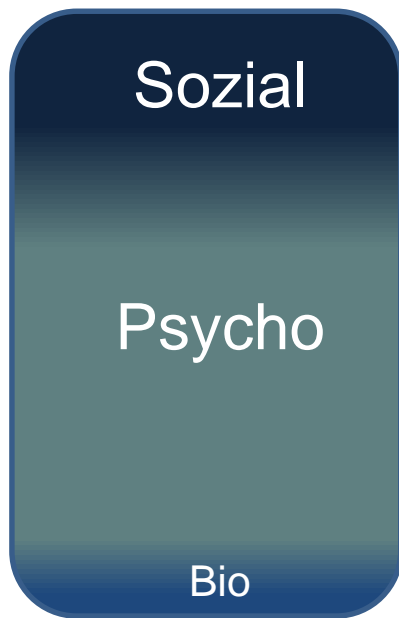


Aktuelle psychiatrische  
Ideologie und Therapie



# Biopsychosoziales Modell: Empirische Befunde zu psychischer Gesundheit

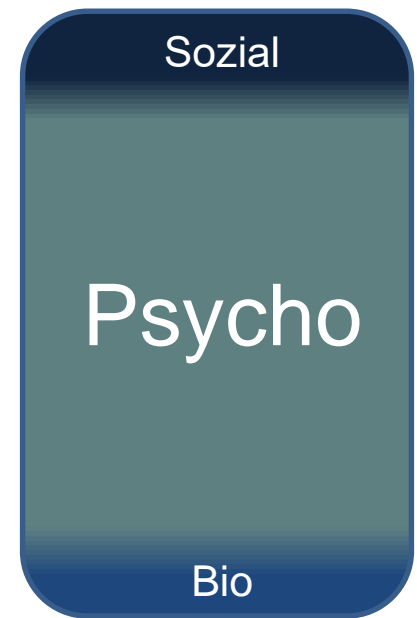
---



Ätiologie



Diagnostik



Therapie

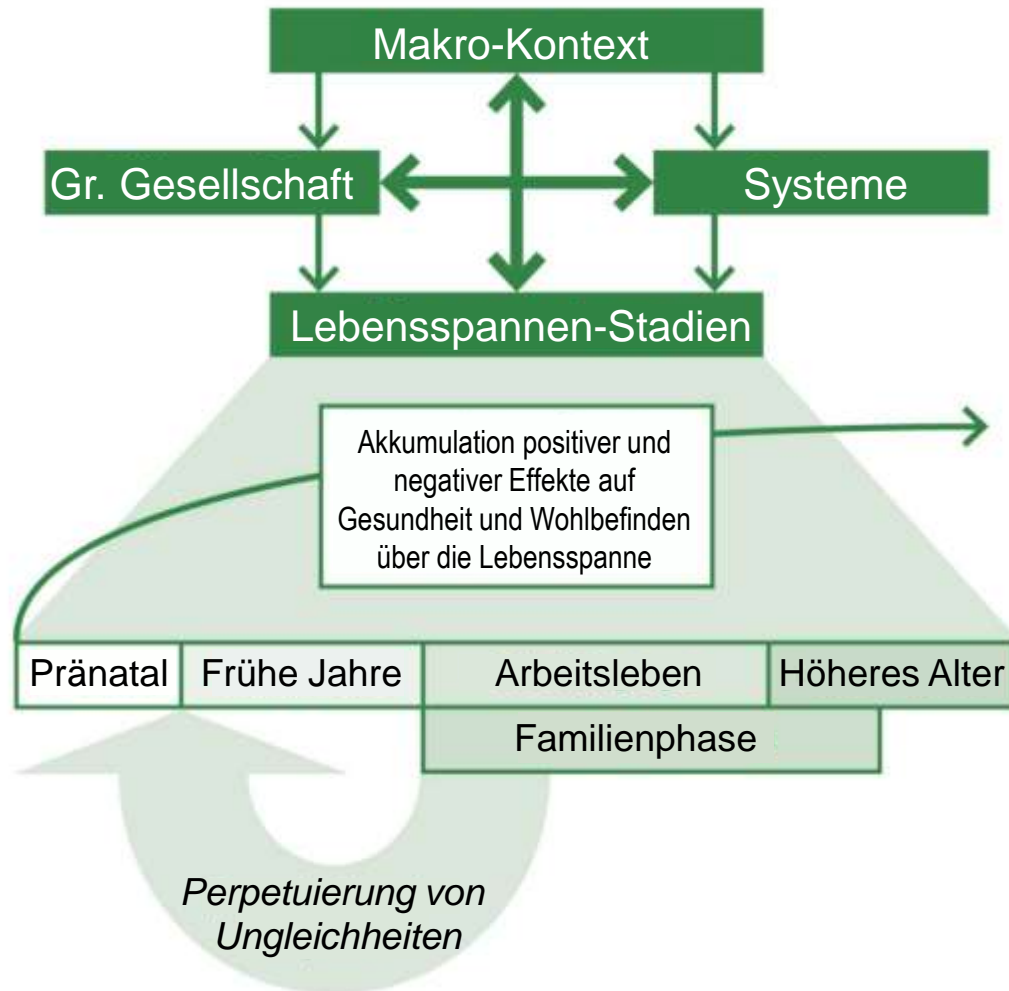
# Vernachlässigte Menschen - Vernachlässigtes Thema

---

- Soziale Faktoren und psychische Gesundheit sind ein vernachlässigtes Thema
  - Können soziale Interventionen Psychotherapie verbessern oder gar ersetzen?
  - CAMS Study: Schicht als Prädiktor für Ansprechen auf Therapie
  - Great Smokey Mountain Study: Überwindung von Armut reduziert Psychopathologie bei Kindern



# WHO (2014): Lebensspannen-Ansatz zur Bewältigung von Gesundheitsungleichheiten



# Was tun (lang-/kurzfristig)?

---

- Langfristig:
  - Forschung
  - Verhältnisprävention
  - Gesellschaft ändern
  - bessere Balance zwischen Gleichheit und Leistungsprinzip (Beispiel Skandinavien)
- Kurzfristig:
  - Problembewusstsein schaffen
  - „Mindset“ der Unterschicht ändern (v.a. Kinder + Jugendliche)
  - Bullying: Lehrer schulen, Berichtswesen, konkrete Gegenmaßnahmen (Gruppen proaktiv mischen)
  - Körperliche und geistige Bewegung





# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

“Soziale Unterstützung”  
社会支持  
социальная поддержка

Forschungs- und  
Behandlungszentrum für  
psychische Gesundheit

## China-Team:

Dan Cai / 蔡丹

Zihua Gao / 高志华

Shan Lu / 卢珊

Zhiqin Sang / 桑志芹

Jie Wei / 魏杰

Shaoqing Yang / 杨绍清

## Russland-Team:

Yakov Kochetkov

## Deutschland-Team:

Dirk Adolph

Angela Bieda

Julia Brailovskaia

Jan Cwik

Saskia Scholten

Pia Schönfeld

Tobias Teismann

Julia Velten

André Wannemüller

Marcella Woud

XiaoChi Zhang

Armin Zlomuzica



Alexander von Humboldt  
Stiftung/Foundation