

Michael Utsch

Die Wellness-Bewegung – eine neue Gesundheitsreligion?

Vom schönen Körper als Sinn des Lebens

Der Wunsch, möglichst schön und gesund zu sein, ist bei vielen Menschen stark ausgeprägt – mit steigender Tendenz. Das führt zu einem boomenden Wellness-Markt und zu einer kulthaften Verehrung des eigenen Körpers, was bisweilen die Form eines Religionsersatzes annehmen kann.

Zum Glück ist es nur ein utopischer Roman. Die Bonner Schriftstellerin Juli Zeh¹ beschreibt in ihrer fesselnden Erzählung »Corpus Delicti« den Staat als eine Gesundheitsdiktatur, in dem ein totaler Gesundheitsbegriff zur Grundlage für eine totalitäre Gesellschaft wird. In ihrer scharfsinnigen Zukunftsvision ist der perfekte Körper das höchste Gut. In einem deutschen Amtsgericht wird dort einen Fall nachlässiger Gesundheitsvorsorge verhandelt. Eine junge Frau hat ihren »Schlafbericht« nicht eingereicht, ihren Blutdruck nicht gemessen und ihre sportliche Leistungskurve absacken lassen. Wegen dieser Pflichtvergessenheit gegenüber sich selbst, die eine Schlamperei gegenüber der Gemeinschaft ist, weil das Selbst als deren kleinste Funktionseinheit ständiger Kontrolle bedarf, wird die Delinquentin verwarnt.

Durch die nicht zu stoppende Digitalisierung des Alltags erhöht sich die Brisanz des Themas. Die aktuellen Diskussionen um eine Gesundheits-App berühren das Problemfeld einer staatlich normierten Gesundheit. Seit Anfang Mai dürfen zum Beispiel Pe-

kinge wieder reisen – wenn die obligatorischen Gesundheits-Apps keine Corona-Infektion nachweisen. Kritiker/-innen fürchten die Einführung einer flächendeckenden Kontrolle durch Chinas Staats- und Parteiführung durch die Hintertür.

Steuern wir mit der gegenwärtigen Zunahme an präventiver Medizin, die sich immer mehr digitalisiert, schon auf eine Gesundheitsdiktatur zu? Kann Wellness zu einem Körperkult führen, in der Gesundheit religiös überhöht und vergötzt wird?

Wachstumsmarkt Gesundheit

Das Gesundheitssystem ist heute zu einem Grundbestandteil der westlichen Industrienationen geworden. Hoffnungen auf die scheinbar unbegrenzten Möglichkeiten des medizinisch und therapeutisch Machbaren nähren die Menschheitsphantasien der Unverwundbarkeit und Unsterblichkeit. Gesundheit und Wohlbefinden gehören zu den Götzen des 21. Jahrhunderts, deren intensive Anhängerschaft pathologische Folgen hat.² Die Zukunftsforschung prognostiziert einen weiter wachsenden Bedarf an privater Gesundheitsvorsorge.³ Die Fitness-Center und »Wellness«-Hotels haben diesen Trend längst erkannt und weisen beachtliche Umsatzsteigerungen vor. Schon heute werden etwa elf Prozent des Bruttosozialprodukts im Gesundheitssystem umgesetzt – Tendenz steigend.⁴

Die Verbesserung und der Erhalt der Gesundheit ist ein Wachstumsmarkt, der andere Branchen in sich aufnimmt und neue entstehen lässt. Längst geht es nicht mehr nur um Medizin, sondern auch um Schönheitsoperationen, Anti-Aging, Wellnessprodukte, Stimmungsaufheller und Lifestyle-Medikamente. Heute scheinen hohe körperliche und geistige Leistungsfähigkeit die Norm zu sein. Leiden, Schmerzen und chronische Einschränkungen werden häufig nicht mehr akzeptiert. Die Erwartung gänzlicher Machbarkeit herrscht vor. Eine »wunscherfüllende Medizin« kennt keine ethischen Grenzen und Skrupel mehr.⁵ Noch im Experimentalstadium befinden sich das neurobionische »Enhancement« mit der Ingebrauchnahme oder Implantation elektronischer Hilfsmittel in das Zentralnervensystem mit dem Ziel, menschliche Fähigkeiten zu erweitern. Genetisches Enhancement betrifft Veränderungen der Erbsubstanz, zum Beispiel durch Gen-doping. Der psychopharmalogische Fortschritt nährt die Hoffnung, dass es bald auch möglich sein könnte, durch Medikamente erwünschte Seelenzustände nach Belieben herzustellen – Glück auf Rezept. Die umstrittene Mode-Arznei Ritalin ist hierfür ein Beispiel. Umfragen zufolge steigern in den USA bis zu 25 Prozent der Studierenden ihre akademischen Leistungen durch Gehirndoping. Analog zu der Bio- und Medizintechnik ist die Vorstellung weit verbreitet, dass sich der Mensch mit Hilfe geeigneter Psychotechniken umfassend ändern und von lästigen Schwächen und Fehlern befreien könne. Aber gibt es wirklich einen psychologischen »Bypass« für die dunklen und schmerzhaften Seiten

105



Prof. Dr. Michael Utsch ist wissenschaftlicher Referent der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschau-

ungsfragen Berlin, Dozent und Lehrbeauftragter.

der Seele? Selbst wenn die Psychologie bald seelisches Leiden verhindern oder gar ausmerzen könnte – wozu würde das führen?⁶

Megatrend Gesundheit

Gesundheitsprodukte und noch mehr -dienstleistungen sind eine der wenigen Hoffnungsträger für eine erlahmte Konjunktur. Die Verbesserung und der Erhalt der Gesundheit ist ein Wirtschaftssektor, der andere Branchen in sich aufnimmt und neue entstehen lässt. Deshalb betrachten viele die Gesundheit mittlerweile als einen »Megatrend«. Längst geht es nicht mehr nur um Medizin, sondern auch um Schönheitsoperationen, Wellnessprodukte und Lifestyle-Trends. In einem Expert/-innengespräch hat Europas größter Arzneimittelhersteller Fachleute aus Medizin, Wirtschaftswissenschaften, Biotechnologie, Soziologie und Trendforschung kürzlich über die Zukunft der Gesundheit diskutieren lassen. Dabei wurde festgestellt, dass Jugendllichkeit, Schönheit und Wohlbefinden inzwischen als Konsumgüter angepriesen werden. Eine hohe körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sei fast schon die Norm. Darüber hinaus werden Leiden, Schmerzen und chronische Einschränkungen häufig nicht mehr akzeptiert. Eine Erwartung gänzlicher Machbarkeit herrsche vor.⁷

Bei der Suche nach der perfekten Gesundheit geht es nicht nur um Medikamente, sondern vermehrt um mentale Einstellungen. Neuere Forschungsergebnisse der Psychoneuroimmunologie weisen auf die Zusammenhänge zwischen der inneren Haltung und dem Gesundheitszustand hin.⁸ Hier mehren sich Hinweise darauf, dass Glaubenshaltungen einen direkten Einfluss auf genetische An- und Abschaltmechanismen und damit auf die Entstehungen von Krankheiten nehmen.⁹

Gesundheit beinhaltet heute weniger die Abwendung von Krankheit als vielmehr das Herausfinden gesundheitsförderlicher Einstellungen und die Suche nach dem persönlichen Lebensglück. Gesundheit wird dementsprechend häufig religiös überhöht und als Synonym für das gute, das ideale Leben

gebraucht. Der perfekt gestylte und tadellos funktionierende Körper soll dazu dienen, die Bedürfnisse des Ichs zu stillen. Ein glückliches Leben muss ein gesundes Leben sein, lautet die – irreführende und falsche – Maxime. Denn auch gesundheitlich eingeschränkte Menschen können sehr glücklich sein, ebenso wie Gesunde sehr unglücklich sein können. In den letzten Jahren hat die steigende Nachfrage nach Dienstleistungen rund um die Themenfelder Gesundheit und Wohlfühlen einen regelrechten Wellnessboom ausgelöst. 50 bis 70 Milliarden Euro werden jährlich auf dem Wellness-Markt in Deutschland umgesetzt, Tendenz steigend. Obwohl Expert/-innen darauf hinweisen, dass den dort verwendeten Entspannungs-Methoden bisher kein Nutzen nachgewiesen werden konnte und die meisten Anbieter unzulänglich qualifiziert seien – das Bedürfnis nach Wellness beflügelt den Wachstumsmarkt Gesundheitswirtschaft.¹⁰ Der Körper hat in der modernen Arbeitswelt andere Herausforderungen zu bewältigen als zu früheren Zeiten. Dank technischer Errungenschaften belastet ihn nicht mehr die anstrengende und zermürbende Feldarbeit. Abgesehen von einem chronischen Bewegungsmangel und häufig falscher Ernährung kann aber auch das Idealbild von optimaler Wirkung anstrengen und zum Stressfaktor werden. Ein gesunder, fitter Körper ist zumindest das Idealbild von Ärzt/-innen und Ernährungsexpert/-innen. Doch bei steigender Anzahl an Essstörungen wie Magersucht, Bulimie und einer hohen Rate schwer übergewichtiger Menschen erscheint ein idealer Körper wie ein erlösendes Bild, das nie zu erreichen ist. Umfragen haben ergeben, dass nur 10% der befragten Frauen in Deutschland sich selbst schön finden, jedoch 46% sich durch den Druck der Medien gezwungen fühlen, ihren Körper zu verändern.¹¹

Weil in der Postmoderne rationale und moralische Gewissheiten weitgehend geschwunden sind und Funktionalität und Nutzenmaximierung, al-

so ökonomische Kriterien dominieren, benutzen viele den eigenen Körper als Medium der Selbstvergewisserung und Selbstdarstellung. Zugespitzt könnte man – sakral aufgeladen – sagen: »Ich werde aufmerksam angeschaut, also bin ich.« Die abgöttische Verehrung des Körpers übersieht jedoch den natürlichen Alterungsprozess, seine Schwäche, Ruhe- und Schutzbedürftigkeit, seine Verletzlichkeit und insbesondere seine Vergänglichkeit. Jeder Körperkult bedroht daher unsere Leiblichkeit.¹²

Der Trend zu mehr Wellness kann unter bestimmten Bedingungen in einer Gesundheitsideologie münden. Immer neue Methoden werben nämlich damit, das Wohlbefinden zu steigern und zu optimieren sei. Aber: Subjektives Wohlbefinden lässt sich durch zusätzliche Fitness nicht zu einer noch höheren Qualität steigern. Mit den Theodor Fontane zugeschriebenen Worten: »Wer glücklich ist, sollte nicht noch glücklicher sein wollen!« Wellness, die Wortneuschöpfung aus Wellbeing und Fitness, steht heute in der Gefahr, den Körper zu einem Wohlfühllieferanten abzuwerten. Wohlbefinden stellt sich jedoch nicht automatisch bei optimaler Durchblutung und Muskelspannung ein, sondern ist ein multifaktorielles und psychosomatisches determiniertes Nebenergebnis einer subjektiv zufriedenstellenden Alltagsgestaltung.

Mittels der Werbung wird die Tendenz zu einem übertriebenen Schönheitswahn verstärkt. Der Perfektionswahn prägt sich tief ein und hat weitreichende Folgen: Laut einer Umfrage wünscht sich heute schon unter den 9- bis 14-Jährigen jedes fünfte Kind eine Schönheitsbehandlung.¹³ Dahinter stehen häufig Bedürfnisse nach Anerkennung und Wertschätzung. Oft kann der menschliche Hunger nach Liebe sich heute nur noch körperlich mitteilen. Die »Ware« Schönheit entstellt den Körper, weil er dadurch dem allgemeinen Schönheitsideal angepasst wird und der Mensch seiner Einzigartigkeit beraubt wird. Je mehr Körperdesign wir betreiben, desto weniger können wir unsere Kreativität akzeptieren und genießen.

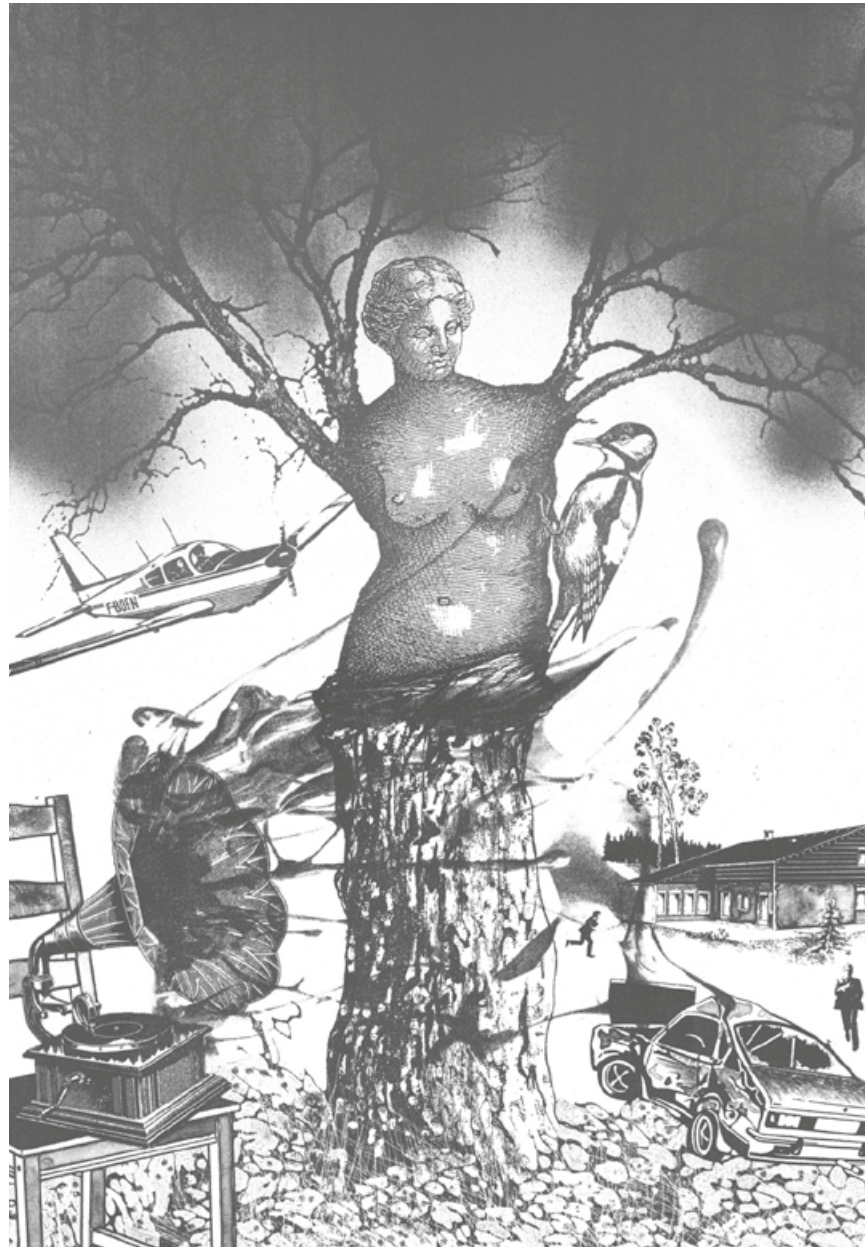
Körperkult als Ersatzreligion

Die Frage, ob der Kult um den Körper eine zeitgemäße Form von Religion sei, beantworten heute viele zustimmend. Dabei ist zu berücksichtigen, dass mit der Verwendung des Begriffs »Kult« eine negative moralisch ethische Konnotation verbunden ist. Neutralere kann man auch von einer gestiegenen Aufmerksamkeit gegenüber dem Körper, einer neuer Wertschätzung sprechen. Dabei bezeichnet der lateinische Begriff »cultus« an sich etwas Positives, nichts Unnatürliches, sondern die Verehrung einer Gottheit, die Pflege und Bildung. Wenn man sich eines funktionalen Religionsbegriffs bedient, wie ihn Thomas Luckmann¹⁴ als die Vergesellschaftung des Umgangs mit Transzendenz eingeführt hat, dann leistet »Religiöses« die Grenzüberschreitung zwischen alltäglichen und außeralltäglichen Erfahrungen.¹⁵ Legt man also den funktionalen Religionsbegriff zu Grunde, erfüllt der Körperkult viele der früher der Religion vorbehaltenen Funktionen wie die Identitäts- und Sinnstiftung. Der Körperkult kann als eine spätmoderne Sozialform der Religion bezeichnet werden. Der Körperkult als Diesseitsreligion führt dann zu einer Sakralisierung des Profanen.¹⁶ Die Bewertung, ob der Kult um den Körper nun eher positiv oder negativ zu sehen ist, hängt von dem individuellen Menschenbild ab. In jedem Fall fordert der menschliche Körper durch seine Grundbedürfnisse Aufmerksamkeit ein. Es ist nötig, zu schlafen, zu essen und sich zu bewegen, um sich wohlfühlen. Der Körper ist reich an Sinnen, empfindlich hinsichtlich Schmerzen und sehnsüchtig nach Wärme und zärtlichen Berührungen. Erfolgreich werben heute Wellness-Wochenenden mit Entspannung total. Die erstaunliche Popularität der »Körperertüchtigung« spiegelt das gesellschaftliche Bedürfnis wider, sich durch das Körpererleben (wieder) von seiner eigenen Lebendigkeit zu überzeugen. Viele andere Möglichkeiten vitaler Selbstvergewisserung sind bei den gegenwärtigen kulturellen Bedingungen heute weggefallen – zum Beispiel ein

stabiles Familiensystem oder ein sinnvoller Arbeitsprozess.¹⁷

Das Motto »Ich spüre mich, also lebe ich« greift dennoch zu kurz. Der regelmäßige Besuch im Fitness-Center kann zu einem Körperkult führen, wenn das Bedürfnis nach Selbstvergewisserung unstillbar geworden ist. Im Körpererleben muss sich der oder die Betroffene immer wieder vom eigenen Da-Sein überzeugen. Mit einer solchen Haltung wird das Körpergefühl zu einem Götzen. Viele Menschen gewinnen ihren Selbstwert allein aus einem trendgerecht

gestylten Körper oder Körperschmuck. Nichts gegen ästhetische Kleidung oder die Unterstreichung des Hauttyps durch ein dezentes Make-Up! Aber für viele ist der sorgfältig gestaltete Körper zum Objekt der Verehrung und Anbetung geworden. Die Verbreitung von Piercing und Tattoos hat enorm zugenommen und zählt mittlerweile zu einem festen Bestandteil der Jugendkultur.¹⁸ Dem äußeren Erscheinungsbild wird größte Aufmerksamkeit gewidmet. Fitness-Zentren, Frisuren-Tempel und Wellness-Kliniken erleben



Vom Glück der Kunst - Patrick Fauck: **Kunst am Bau**. Lithographie

derzeit einen großen Aufschwung. Die Abhängigkeit von Beachtung, Wertschätzung und Gesehen-Werden kann eine übertriebene bis neurotische Dimension annehmen.¹⁹ Wenn nur nach einer halbstündigen Eigenbehandlung vor dem Ganzkörper-Spiegel die Wohnung verlassen werden kann, dann ist eine selbstkritische Prüfung angezeigt!

Nicht mehr gemeinschaftliche Werte und Ziele, sondern das eigene Ich steht heute im Mittelpunkt. An die Stelle einer Gemeinschaft ist das Individuum getreten, das um seine bestmögliche Entfaltung, Darstellung und Beachtung kämpft. Es gibt eine neurotische Gewichtskontrolle – die Abhängigkeit vom sogenannten »Idealgewicht« plusminus 250 Gramm Abweichung. Wenn der morgendliche Gang zur Digitalwaage unverzichtbar geworden ist, hört der sportliche Spaß auf. Wenn man sich nur wohl in seiner Haut fühlt, wenn die Gewichtsanzeige unterhalb eines bestimmten Punktwertes liegt, geht die betroffene Person nicht liebevoll mit

ihrem Körper um, sondern benutzt ihn als ein Instrument für eine Fiktion und zur eigenen Wunscherfüllung.²⁰

Welt des perfekten Designs

In einer Welt des bestmöglichen Scheins und perfekten Designs ist die Inszenierung der eigenen Befindlichkeit für viele zum Lebensinhalt geworden. In einem nach Wellness-Idealen optimiertem Körperkult wird ein Teil des Menschen, sein Körper, als Ganzes präsentiert und bestmöglich dargestellt. Damit wird aber die menschliche Person reduziert auf das rein Materielle – seine äußere Hülle. Ihre Phantasie, das Träumen, Lachen, ihre Sehnsüchte, Leidenschaften, Fragen und ihre Spiritualität fallen weg. Unwillkürlich gerät eine solche Person in eine gefährliche Schiefelage, weil die anderen Bereiche der Körper-Seele-Geist-Einheit vernachlässigt werden – Wellness gerät zum Gesundheitszwang.²¹

Zutreffend stellt Graf das Wellness-Phänomen in den weltanschaulichen Zusammenhang mit der New-Age-Bewegung.²² Unter der Prämisse einer ganzheitlichen Gesundheit hat sich ein Anspruchsdenken auf Ganzheit und Wohlfühl in der Medizin und anderen Heilverfahren ausbreitet und fest etabliert. Wellness-Ideologie und die kultische Verehrung des Körpers sind zentrale Merkmale der New-Age-Bewegung.²³

Design statt Sein? Die zugeschminkten, austauschbaren Titelgesichter der Illustrierten gleichen sich immer mehr dem künstlichen Barbie-Ideal an. Wehe, wenn man einem Model ungeschminkt begegnet. Aber beim Bäcker würde man das Supermodel wohl gar nicht erkennen. Inszenierte »Schönheit« entstellt den Menschen und liefert nur ein Zerrbild seiner wahren Möglichkeiten und Anlagen. Gerade Frauen müssen hier ein starkes Selbstbewusstsein entwickeln und sich den utopischen Schönheitsidealen der Il-



Vom Glück der Kunst - Patrick Fauck: Tod und Mädchen. Holzschnitt, Kaltnadel

lustrierten entgegenstellen. Wie viele Models haben Kinder ausgetragen und damit ihr Leben und die Menschheit unendlich bereichert? Jedes Kind hinterlässt jedoch Spuren am Körper der Frau, die dem Wellness-Ideal widersprechen. Eine Orientierung an durch die Medien verbreiteten, unwirklichen Schönheitsidealen bedroht die eigene Person. Identität meint die innere Selbstübereinstimmung – die Verarbeitung und Integration meiner persönlichen Herkunft und Lebensgeschichte. Jede Vorgabe von Kriterien der Attraktivität sind willkürlich, künstlich und letztlich nicht überzeugend – wenn sie manchmal auch irritierend blenden können. Am überzeugendsten wirkt eine in sich ruhende, mit der eigenen Lebensgeschichte versöhnte Person. Die alte Bezeichnung »Charakter« meint das lebensgeschichtlich geprägte und damit auch verwundete und vernarbte Profil meiner einzigartigen Person. Erst aus dem persönlichen Umgang mit den Widerwärtigkeiten und Chancen des Lebenslaufs erhält jede Person ihre unverwechselbare Schönheit. Schönheit misst sich nicht an Modetrends, sondern an der Bejahung meiner eigenen, teilweise auch brüchigen Geschichte.

Vollkommen gesund – eine Illusion

Die Sehnsucht nach Ganzheit, Vollkommenheit, Unversehrtheit und Ungebrochenheit ist gerade heutzutage weit verbreitet. Eine immer ausgeklügeltere Technik, die zwar den Alltag ungemein erleichtert, treibt aber die Ansprüche und Erwartungen ins Uferlose – gerade im Hinblick auf scheinbar grenzenlose Selbstoptimierung mit dem utopischen Versuch, einen perfekten neuen Menschen mittels geeigneter Arzneimittel, Psychotechniken oder gar genetischer Eingriffe herzustellen. Diesbezügliche Angebote werden sich auf dem Gesundheitsmarkt weiter ausbreiten. Sie schüren die Illusion von der Machbarkeit eines vollkommenen Menschen – ein Leben ohne Krankheiten oder seelischen Konflikten.

Doch das Streben nach der perfekten Gesundheit führt in eine Sackgasse:

Entgegen den Versprechungen der Wellness-Szene gibt es keine Methode, die Wohlbefinden garantieren kann. Im Gegenteil: Glück ist das Nebenprodukt einer gelungenen Alltagsgestaltung, kann aber niemals auf direktem Wege erreicht werden (»Jetzt sei doch mal glücklich!«). Zufriedenheit breitet sich aus, wenn ich aus meinen Möglichkeiten und Bedingungen – selbst mit einer körperlichen Einschränkung oder chronischen Krankheit – das für mich Beste daraus mache.²⁴ Eine Kontrolle und Steuerung des Zufalls, die Verwirklichung aller Wunschträume und grenzenloses Durchsetzen und Bewundert-Werden sind weder medizinisch noch psychologisch machbar. Aus theologischer Sicht gehören das Akzeptieren von Grenzen, das Leiden und auch das Scheitern zum gesunden Menschsein dazu.²⁵

Anmerkungen

- 1 Zeh 2009.
- 2 Lütz 2010.
- 3 Oberender/Zerth 2010.
- 4 Dietz 2011.
- 5 Kettner 2009, Viehöfer/Wehling 2011, Eichinger 2013.
- 6 Utsch 2005, Utsch 2013.
- 7 Maio 2014.
- 8 Schubert 2015.
- 9 Esch 2014.
- 10 Oberender/Zerth 2010.
- 11 Schermer 2007.
- 12 Dirscherl 2011.
- 13 Burfeind 2014.
- 14 Luckmann 1991.
- 15 Höhn 1998.
- 16 Gugutzer 2012.
- 17 Schnell 2016.
- 18 Brähler et al. 2004.
- 19 Rohr 2008.
- 20 Ach/Pollmann 2006.
- 21 Duttweiler 2013.
- 22 Graf 2008.
- 23 Bochsinger 1994.
- 24 Frank 2010.
- 25 Utsch 2008.

Literatur

- Ach, J.; Pollmann, A. (Hg.) (2006): no body is perfect. Baumaßnahmen am menschlichen Körper – bioethische und ästhetische Aufrisse. Bielefeld.
- Burfeind, S. (2014): Schönheitswahn im Kinderzimmer. Süddeutsche Zeitung, 7. Januar.
- Brähler, E.; Brosig, B.; Hinz, A.; Stirn, A. (2004): Verbreitung von Körperschmuck und Inanspruchnahme von Lifestyle-Medizin in Deutschland. Forum Sexualaufklärung und Familienplanung 1, S. 7–11.

- Bochsinger, C. (1994): »New Age« und moderne Religion. Religionswissenschaftliche Analysen. Gütersloh.
- Dietz, A. (2011): Gerechte Gesundheitsreform? Ressourcenvergabe in der Medizin aus ethischer Perspektive. Frankfurt am Main.
- Dirscherl, E. (2014): Der Leib als Präsenzraum. Zu einer Spiritualität des Körpers als Ort der Alterität. In: Schlögl, K. et al. (Hg.): Aus Liebe zu Gott im Dienst an den Menschen. Münster, S. 103–113.
- Duttweiler, S. (2013): Wellness als Gesundheitszwang? In: Hoefert, H.-W.; C. Klotter, C. (Hg.): Gesundheitszwänge. Lengerich, S. 338–349.
- Eichinger, T. (2013): Jenseits der Therapie. Philosophie und Ethik wunscherfüllender Medizin. Bielefeld.
- Esch, T. (2014): Selbstregulation. Selbstheilung als Teil der Medizin. In: Deutsches Ärzteblatt 111, A 2214–2220.
- Graf, J. (2008): Wellness und Wellness-Bewegung. In: Klöckner, M.; Tworuschka, U. (Hg.): Handbuch der Religionen, 18. Ergänzungslieferung. München.
- Gugutzer, R. (2012): Die Sakralisierung des Profanen. Der Körperkult als Diesseitsreligion. In: Gugutzer, R.; Böttcher, M. (Hg.): Körper, Sport und Religion. Zur Soziologie religiöser Verkörperungen. Wiesbaden, S. 285–308.
- Höhn, H.-J. (1998): Zerstreuungen. Religion zwischen Sinnsuche und Erlebnismarkt. Düsseldorf.
- Kettner, M. (Hg.) (2009): Wunscherfüllende Medizin. Ärztliche Behandlung im Dienst von Selbstverwirklichung und Lebensplanung. Frankfurt am Main.
- Luckmann, T. (1991): Die unsichtbare Religion. Frankfurt am Main.
- Lütz, M. (2010): Lebenslust in unlustigen Zeiten. München.
- Maio, G. (2014): Medizin ohne Maß? Vom Diktat des Machbaren zu einer Ethik der Besonnenheit. Stuttgart.
- Oberender, P.; Zerth, J. (2010): Wachstumsmarkt Gesundheit. Stuttgart.
- Rohr, E. (2008): Körpermanipulationen in der weiblichen Adoleszenz am Beispiel von Piercings und Tatoos. In: Psychosozial 112, S. 13–23.
- Schermer, C. (2007): Wenn Medienschönheiten schaden. Anfälligkeit für negative Wirkungen attraktiver Werbemodells auf das Körperbild junger Frauen. In: Zeitschrift für Medienpsychologie 19, S. 58–67.
- Schnell, T. (2016): Psychologie des Lebenssinns. Berlin.
- Schubert, C. (Hg.) (2015): Psychoneuroimmunologie und Psychotherapie. Stuttgart.
- Utsch, M. (2005): Umstrittene Psycho-Angebote. Von der experimentellen Selbsterforschung zum persönlich-authentischen Menschsein. In: Stimmen der Zeit, 223/5, S. 297–310.
- Utsch, M. (2008): Religiosität und Spiritualität. In: Auhagen, A. E. (Hg.): Positive Psychologie. Weinheim: Beltz, S. 77–96.
- Utsch, M. (2013): Der Boom des Irrationalen. Zur Psychodynamik alternativer Glücksrezepte. Materialdienst der EZW 76/6, S. 203–209.
- Viehöver, W.; Wehling, P. (Hg.) (2011): Entgrenzung der Medizin. Von der Heilkunst zur Verbesserung des Menschen? Bielefeld.
- Zeh, J. (2009): Corpus Delicti. Ein Prozess. Frankfurt am Main.