



Donnerstag, 15. Juni 2023

14.15-15.15 Uhr

Aula

Keynote I

## Soziale Ressourcen und wertbezogene Interventionen als Perspektiven für die Sozialtherapie

Prof. Dr. Günther Wüsten  
FH Nordwestschweiz, Olten

1



### Ein paar Worte über mich

- Klinische Sozialarbeit, psychosoziale Beratung, Psychotherapie, ressourcenorientierte Methoden, Kunst im Sozialen
- Schwerpunkte meiner Arbeit sind ressourcenorientierte und imaginative Methoden und Konzepte in der psychosozialen Beratung und in der klinischen Sozialarbeit ebenso wie in der Psychotherapie.
- Seit 2006 Leitung des MAS-Programms für psychosoziale Beratung an der Fachhochschule Nordwestschweiz ([www.psychosozialeberatung.ch](http://www.psychosozialeberatung.ch))
- 2013 und 2016 Entwicklung handlungs- und ressourcenorientierter Methoden in der psychosozialen Praxis sowie Aufbau des Studiengangs Künstlerische und kulturelle Kompetenzen
- Entwicklung von Projekten zum biografischen Theater, Mitwirkung im Living Museum Psychiatrie St. Gallen

2

*Wie können soziale Ressourcen und wertbezogene Interventionen Klientinnen und Klienten in der Sozialtherapie stärken?*

- Psychische Erkrankung
- Einsamkeit
- Soziale Unterstützung
- Soziale Ressourcen
- Broaden-and-built Theory
- Wohlbefinden und Emotion
- Lebenssinn im Kontext der Behandlung

*«Was macht  
der Mensch aus dem, was die  
Verhältnisse aus ihm gemacht  
haben?«  
Jean-Paul Sartre*

3

## Häufigkeit psychischer Erkrankung

Wittchen und Jacobi 2005 konstatieren,

«dass pro Jahr (Jahresprävalenz) mehr als ein Drittel der betroffenen europäischen Bevölkerung – d.h. etwa 164,7 Millionen Menschen – an einer psychischen Störung erkranken. Am häufigsten sind Angststörungen (14,0%), affektive Störungen (7,8%) – mit 6,9% hauptsächlich Depressionen – somatoforme Störungen (4,9%) und Störungen durch Alkohol (3,4%). Frauen sind, mit Ausnahme von Substanz- und psychotischen Störungen, etwa zwei bis drei Mal häufiger betroffen als Männer.»

Wittchen, H. U. and F. Jacobi (2005)

4

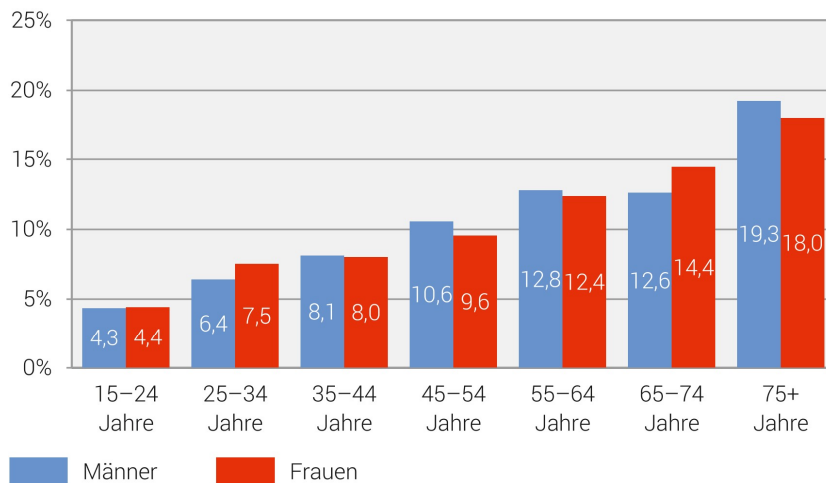
## Relevanz psychischer Gesundheit, Policies

Die Relevanz der psychischen Gesundheit, nicht nur für das Individuum, sondern auch für die Gesellschaft und für das humane, soziale und wirtschaftliche Kapital, wird in der Politik auf internationaler Ebene mittlerweile anerkannt. So wurde die psychische Gesundheit z. B. in den globalen Referenzrahmen für nachhaltige Entwicklung, in die «Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung» (UNO Generalversammlung, 2015), aufgenommen.

5

## Geringe soziale Unterstützung, 2017

Bevölkerung ab 15 Jahren in Privathaushalten



6

## Begrifflichkeiten im Kontext sozialer Mangellagen

Einsamkeit	Erleben von negativem Affekt mit der Erfahrung, dass die eigenen sozialen Bedürfnisse nicht durch die Quantität und die Qualität der sozialen Beziehungen abgedeckt werden können. Es ist möglich sich auch in Beziehungen einsam zu fühlen.
Soziale Isolation	Die unzureichende Qualität und Quantität sozialer Beziehungen auf verschiedenen Ebenen (Individuum, Gruppe, Gemeinschaft und das grössere Umfeld)
Soziale Unterstützung (wahrgenommene)	Wahrgenommene soziale Unterstützung über Quantität und Qualität sozialer Kontakte
Soziale Identität	Das verinnerlichte Gefühl, einer gemeinsamen Gruppe anzugehören und damit Teil eines <i>Wir</i> zu sein
Soziales Netzwerk	Ein umschriebener Komplex von Beziehungen und Menschen, von denen eine Person ein Teil sein kann in einer oft bestimmten Rolle oder mit einer Aufgabe oder in Form von gemeinsamen Zielen

Mann et al. (2017)

7

## Selbststigma Einsamkeit

*Vielfach neigen Individuen dazu, Einsamkeit als Zeichen persönlicher Schwäche oder Unzulänglichkeit zu betrachten. In Studien kann gezeigt werden, dass einsame Gleichaltrige durchwegs als weniger kompetent, weniger attraktiv, mehr psychologisch belastet und weniger wünschenswert als Freundin oder Freund eingestuft wurden.*

Krieger, T. and N. Seewer (2022)

8

## Häufigkeit von Einsamkeit

*Einsamkeit ist keine diagnostische oder psychopathologische Kategorie, weswegen es nicht einfach eine Epidemiologie der Einsamkeit gibt. Wegen der Selbststigmatisierung kann es sein, dass Personen, welche einsam sind, die Einsamkeit nicht angeben.*

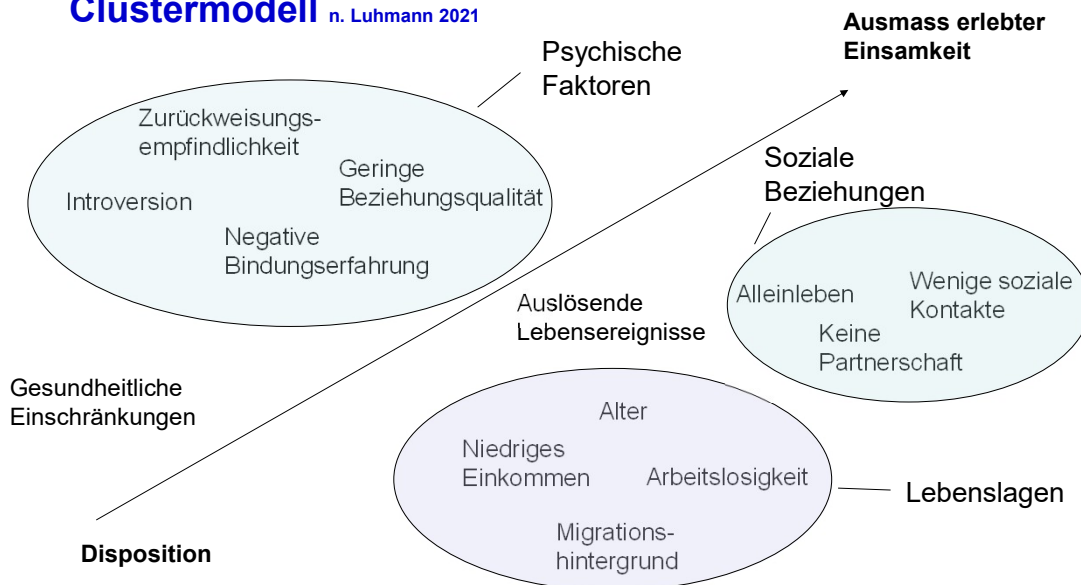
Krieger, T. and N. Seewer (2022) verweisen auf Studien in Deutschland in denen etwa 10 Prozent der Bevölkerung angeben sich oft oder sehr oft einsam zu fühlen.

In einer repräsentativen Studie des RKI gaben 4 Prozent der 11- bis 17-jährigen an, sich oft oder immer einsam zu fühlen. *Krieger, T. and N. Seewer (2022)*

9

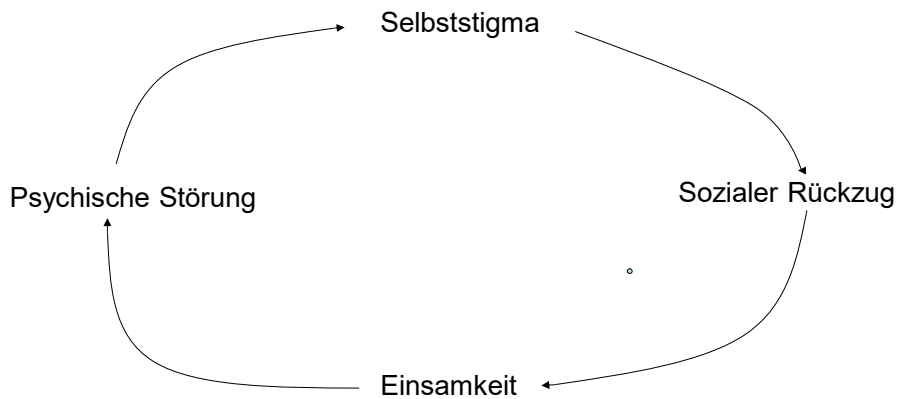
## Risikofaktoren Einsamkeit Clustermodell

n. Luhmann 2021



10

## Teufelskreis von Einsamkeit n. Tobias Krieger, Noemi Seewer 2022



## Physiologische Veränderung durch Einsamkeit

- Dysregulation der HPA –Achse, aufgrund von andauerndem Stresserleben, Bluthochdruck, reduzierte Immunabwehr
- Beeinträchtiger Schlaf, oft weniger erholsamer Schlaf und damit zusammenhängend mehr Tagesmüdigkeit
- Eingeschränkte Selbstregulation, z. B. Zusammenhänge mit ungünstigem Gesundheitsverhalten (z. B. Bewegung, Essen)
- Wenig soziale Ressourcen, fehlende soziale Unterstützung

Tobias Krieger und Noemi Seewer (2022)

## Soziale digitale Unterstützung am Beispiel des Krisenchats

Im Jahr 2022 haben knapp **27.000** Hilfesuchende Kontakt zum Krisenchat aufgenommen.

Hiervon konnten gut **17.000** Personen (+35 %) in gut 40.000 Beratungen (+15 %) unterstützt werden.

Im Durchschnitt wurden damit 113 Beratungen pro Tag und knapp 3.500 Beratungen pro Monat durchgeführt.

Jahresbericht Krisenchat (2022) Berlin



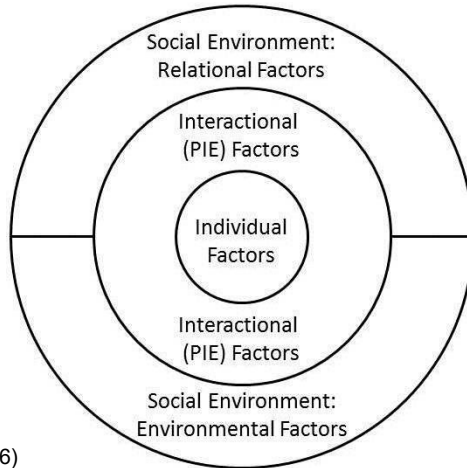
## Was sind soziale Ressourcen ?

### *Begriffsverständnis*

*«Soziale Ressourcen entstehen in einer Transaktion von Individuum und Umwelt über die Zeit. Soziale Ressourcen stellen einen Sammelbegriff für verschiedene Konzepte dar. Die am häufigsten verwendeten Begriffe sind: soziale Integration, soziales Netz und soziale Unterstützung».*

Nicole Bachmann, S. 20 (2014)

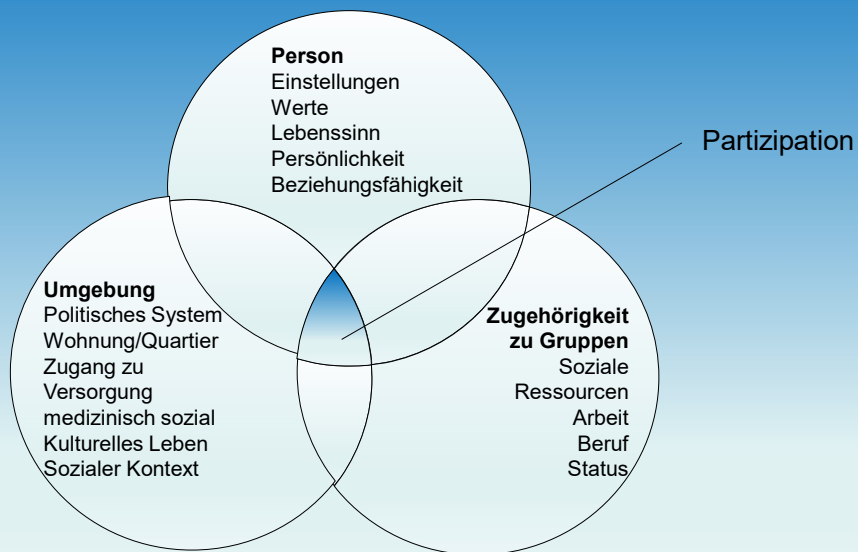
## Person-in-Environment Framework for the Youth Ecological-Resilience Scale (YERS)



Adrain von Breda (2016)

15

## Person in environment



16



## Soziale Unterstützung

- **Emotionale Unterstützung:** das Gefühl, gemocht zu werden und von anderen Wertschätzung zu empfangen sowie sich zugehörig fühlen.
- **Sozialer Kontakt:** im Austausch sein, Freizeit miteinander verbringen, das Gefühl von Zusammengehörigkeit erleben
- **Instrumentelle Unterstützung:** konkrete Hilfe, materiell oder z. B. beim Umzug etc.
- **Informelle Unterstützung:** oft in Form von gemeinsamem Nachdenken über ein Problem oder als Informationen, die man zu einem Problem erhält
- **Bewertungsunterstützung:** z. B. dem Rat einer Person folgen, die ähnliches erlebt hat

Demel Stefanie und Heinz Ortmann (2021)

guenther.wuesten@fhnw.ch

20.06.2023

17

17

## Der Mensch ist ein soziales Wesen.



Alles, was Menschen erreichen können, können sie nur gemeinsam mit anderen erleben. Der Mensch ist damit nicht nur sozial konstituiert, sondern der sozialen Angewiesenheit als Wesen existentiell ausgeliefert.

Soziale Ressourcen sind zentral für die psychische, soziale und somatische Gesundheit. Sie entstehen im Austausch mit der Interaktion zwischen Individuum und Umgebung

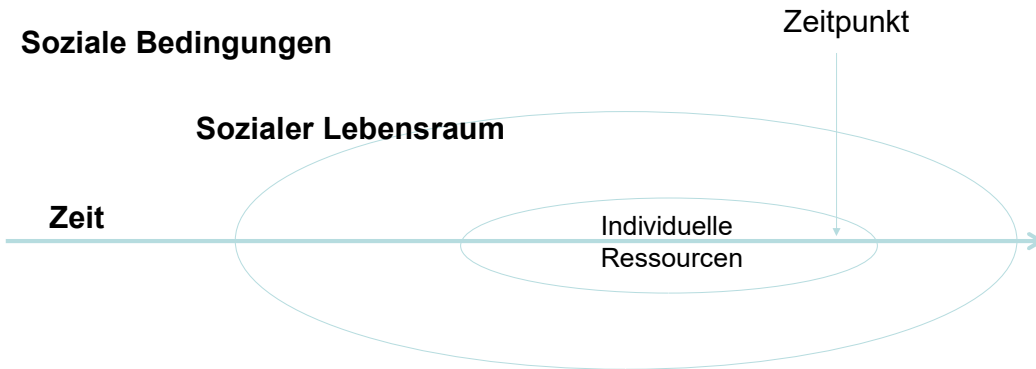
Institut für Soziale Arbeit und Gesundheit

20.06.2023

18

18

## Zeitlicher Verlauf sozialer Ressourcen



Nicole Bachmann (2014)

19

Wussten Sie, dass das Risiko, frühzeitig zu sterben, für sozial schlecht eingebundene Personen gleich hoch ist wie für Raucher, an Lungenkrebs zu sterben?

Es zeigt sich sehr deutlich, dass Personen, welche gut sozial integriert sind, ein deutlich geringeres Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen haben.

Eine gründliche Diagnostik sozialer Ressourcen ist daher Bestandteil begründeter Interventionen. Belastungen entstehen immer in einem sozialen Kontext, der Mensch zeigt sich als sozial angewiesenes Wesen.

20

## Bedeutung sozialer Ressourcen

Soziale Ressourcen bilden einen Schlüssel – nicht nur für die psychische, sondern auch für die somatische und soziale Gesundheit. Klinische Sozialarbeit kann über die Verbesserung sozialer Bedingungen positiven Einfluss auf die Bildung sozialer Ressourcen nehmen. Ebenso sind eine gezielte Analyse und Diagnostik sozialer Ressourcen von Vorteil und sollten weiterentwickelt werden. In der Behandlung von Klientinnen oder Klienten wird die soziale Erfahrung in Form einer qualitativ guten Behandlungsbeziehung manifestiert. Flückiger et al. (2018) zeigen in einer eindrücklichen Metaanalyse, dass die Qualität der Behandlungsbeziehung das A und O des Behandlungserfolges ist. Sie knüpft an die vielfach in der Biografie verletzte Bedürfnisse nach Bindung an (Gahleitner, 2017). Der Verlust sozialer Ressourcen kann das Risiko von Einsamkeit erhöhen, hierbei zeigen Formen chronischer Einsamkeit schwerwiegende gesundheitliche Folgen für das Individuum.

21

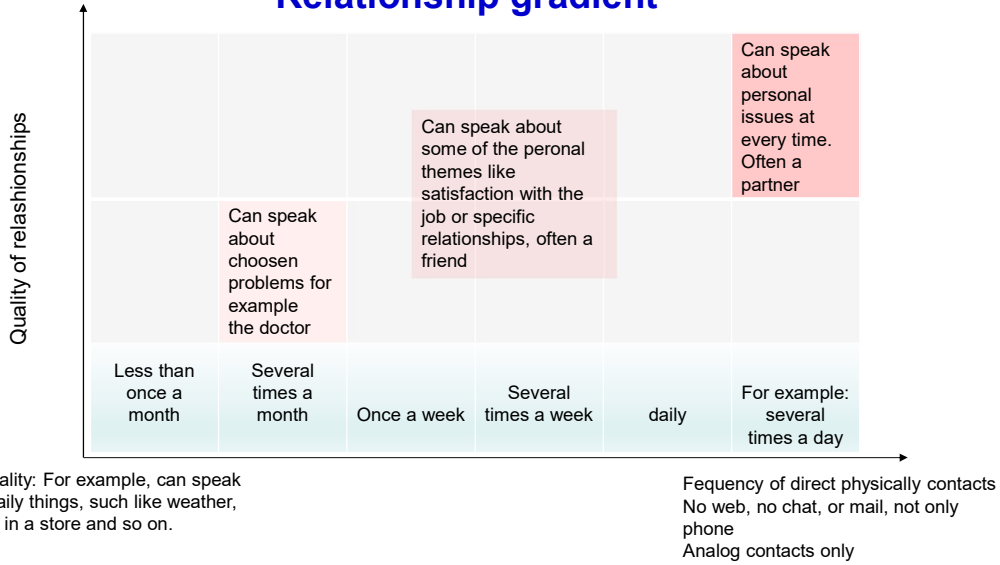
## Wie wirkt ein Mangel an sozialen Ressourcen?

*Soziale Ressourcen nehmen nachweisbar Einfluss auf die Gesundheit von Personen, das Ausmass ihrer Integration, ihre Chancen in der Gesellschaft und auf die Dauer ihres Lebens. Anhaltende Sorgen, fehlende soziale Integration, geringer Selbstwert, anhaltendes Erleben von Unsicherheit und mangelnde Möglichkeiten sozialer Teilhabe wirken sich negativ auf die Gesundheit aus, erhöhen das Risiko von psychischer Erkrankung und sozialem Ausschluss und ebenso das Risiko, frühzeitig zu sterben. Andauernde Belastung durch Stress erhöht das Risiko, an Diabetes, koronarer Herzkrankheit, Bluthochdruck, Herzinfarkt oder Depressionen zu erkranken (Wilkinson, Marmot, & WHO, 2004). Viele der Einflussfaktoren sind sozialer Natur, es stellt sich also die Frage, wie soziale Ressourcen gefunden werden.*

22

High quality: For example can speak about personal problems or difficulties. Either can speak about personal goals.

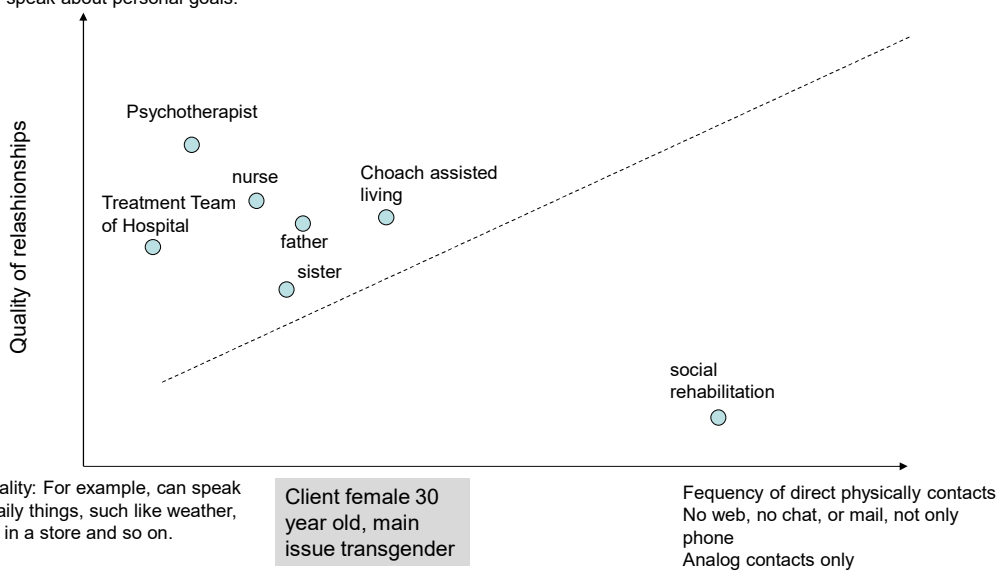
## Strengths of relationships Relationship gradient



23

High quality: For example can speak about personal problems or difficulties. Also can speak about personal goals.

## Gradient of relationships



24

## Wirkung einer Vertrauensperson

Bachmann (2014) verweist z. B. auf die klassische Literaturübersicht von Cohen & Wils (1985), die aufzeigt, dass das Vorhandensein einer vertrauensvollen Beziehung als Puffer in Stresssituationen wirkt.

Relevant scheint nicht die Menge der Beziehungen zu sein, sondern deren Tragfähigkeit in schwierigen Situationen.

Studien weisen zudem darauf hin, dass Frauen über größere soziale Netze verfügen und mehr nahestehende Personen in ihrem Netzwerk haben als Männer. Sowohl Männer als auch Frauen wählen dabei eher Frauen als Vertrauenspersonen.

## Für die sozialtherapeutische Praxis stellt sich damit die Frage: Was bedeutet Vertrauen in einer professionellen Beziehungsgestaltung?

Gahleitner (2017) führt unter anderem folgende Merkmale an:

- behutsam
- vertrauenswürdig
- proaktiv
- persönlich

«nachnährende» Beziehungsgestaltung (besonders in Kontexten von Traumatisierung)

## Broaden-and-built Theory (Fredrickson, 2004)

- Positiver Affekt setzt mentale Ressourcen frei.
- Aufmerksamkeit wird ausgeweitet und der Suchbereich vergrößert.
- ⇒ Vielseitigere Problemlöseversuche (**broaden**)
- ⇒ Durch vielseitigere Problemlöseversuche werden intellektuelle, soziale Ressourcen trainiert (**build**)
- Grawe unterscheidet – je nach motivationalem Zustand – zwischen **Annäherungs- und Vermeidungsmodus**.

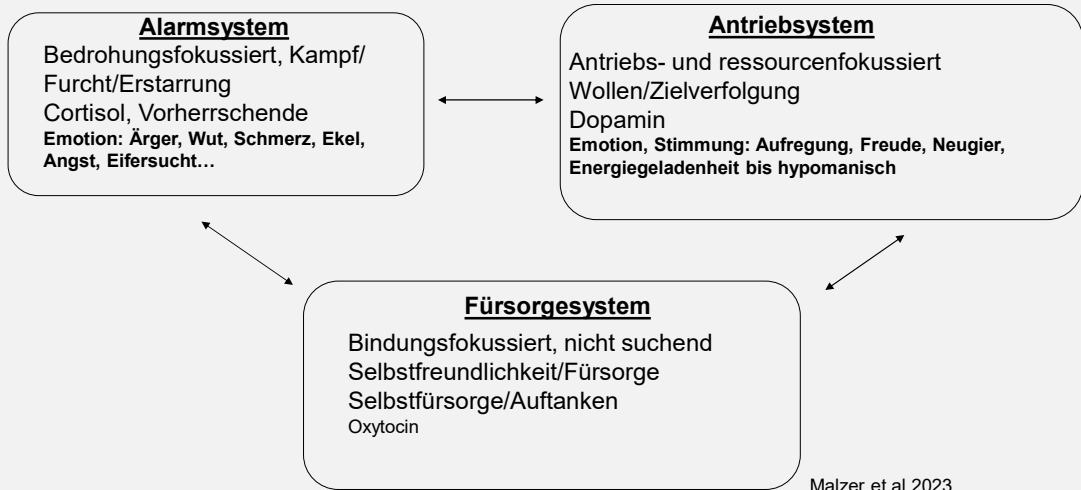
27

## Ressourcenaktivierung

- a. Mit der Konzeption von Selfcompassion
- b. Mit der Aktivierung subjektiven Lebenssinns

28

## Wohlbefinden und Emotionen



Malzer et al 2023

29

## Selfcompassion

1. Achtsamkeit (Übung, Meditation, Wahrnehmung aller Gedanken)
2. Gemeinsames Menschsein und Verbundenheit
3. Selbstfreundlichkeit

30

## Empathische und mitfühlende Beziehungsgestaltung

**Beraterische oder  
therapeutische Präsenz**

- Eigene Achtsamkeits-, Mitgeföhl- und  
Selbstmitgeföhlspraxis

**Qualität der Beziehung**

- Respekt
- Resonanzfähigkeit
- Ressourcenförderung

**Fürsorgliche und mitfühlende  
Prozessgestaltung**

- Sicherheit für Rahmenbedingungen
- Klarheit in Anliegen- und Auftragsklärung
- Klarheit über gemeinsame Ziele
- Klares Management des inneren  
Veränderungsprozesses und seiner Phasen
- Ausgewogenheit von emotionaler Erfahrung und  
kognitivem Verstehen

**Selbstfürsorge, mitgeföhl- und  
selbstmitgeföhlfördernde  
Interventionen**

- Übungen und Meditationen
- Hausaufgaben
- Infos und Erklärungen
- Neuerfahrung und Humor
- in Gruppen: Austausch, Neuerfahrung in Kontakt und  
Interaktion, Verbundenheitserfahrung

nach einem Konzept von Germer in Finlay-Jones et al. (im Druck)

31

## Wirkung von Stress auf das Emotionssystem

Unser Alarmsystem wird aktiv, sobald etwas nicht nach Plan läuft, also z. B. wir die bestimmte Aufgabe, den gewünschten Partner, die gesuchte Stelle, die Wohnung oder die WG nicht bekommen.

Das Problem dabei ist, dass wir in dem Modus des Alarmsystems die Weitläufigkeit der Möglichkeiten verlieren.

Es geht nur gut, wenn a, b oder c eintritt, alles andere ist eine mehr oder weniger grosse Katastrophe.

32



## **Aktivierung von subjektivem Lebenssinn als Ressource**

Die Thematisierung von Lebenssinn in der Beratung führt in der Regel zu einer Auseinandersetzung mit den eigenen Werten.

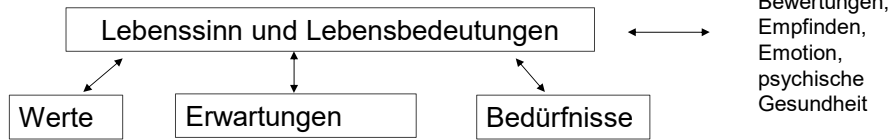
Relevante Fragen hierzu sind:

Was sind individuelle Lebensbedeutungen und wie können Lebenssinn und Lebensziele in Handlung umgesetzt werden?

Wie können Lebensbedeutungen und Werte in der Beratung geklärt werden?

Wie wirkt dieser Prozess auf die Atmosphäre in der Beratung bzw. auf die Zuversicht der ratsuchenden Personen?

## Lebenssinn als Konzept in der Behandlung



**Ziele**  
bewusst oder bewusstseinsfähig, meist sprachlich kognitiv verankert, deklaratives Gedächtnis.

**Wünsche**  
oft weniger bewusst als Ziele, aber bewusstseinsfähig, anders als Ziele weniger realitätsorientiert. Wünsche können visionäre Perspektiven haben. Risiko ist, es bestehen nur Vermeidungswünsche.

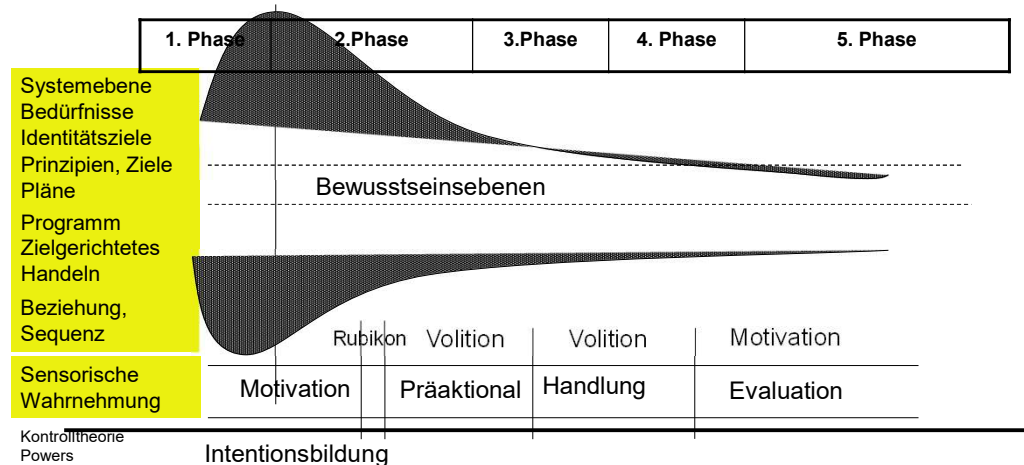
**Motive:**  
Teilweise bewusst, teilweise unbewusst. Motive sind oft unbewusst implizit, schemagesteuert. Beispiel: eine Person, die sich wiederholt in Situationen der Ablehnung bringt. Bewusstsein kann mit systematischer Arbeit erweitert werden.

Biografische Erfahrung, sozialer Kontext

35



## Zielentwicklung und Ebenen des Bewusstseins in Anlehnung an Heckhausen und Powers



36

## Ressourcenorientierte Interventionen zielen auf eine Verbesserung des Wohlbefindens.

Generell kann man unterscheiden:

eudämonistisches Wohlbefinden  
bzw. *Orientierung an Werten und Sinn*

hedonistisches Wohlbefinden  
bzw. *Ausrichtung an angenehmen Ereignissen*

Schnell (2013)

37

## Wohlbefinden im Konzept des Flourishing Keyes 2002

Konzept des Flourishing nach Keyes, 2002

1. hedonisches Wohlbefinden (positive und negative Gefühle sowie Lebenszufriedenheit)
2. eudämonisches Wohlbefinden (für die psychische Gesundheit dienliche Einstellungs- und Handlungsfähigkeiten)
3. soziales Wohlbefinden (soziale Akzeptanz, soziale Aktualisierung, sozialer Beitrag, soziale Kohärenz und soziale Integration)

38

## Eudämonisches Wohlbefinden in der Sozialtherapie

- Welche Ziele hat der Klient?
- Welche Ziele hat die therapeutische Person?
- Gibt es Übereinstimmung bei den Zielen und bei den Methoden?
- Welche Werte sind für den Klienten oder die Klientin bedeutsam?
- Sind die Werte und Ziele der Klienten oder der Klientin kongruent?

Helmut Pauls, Michael Reicherts (2013)

39

## Ressourcenzyklus



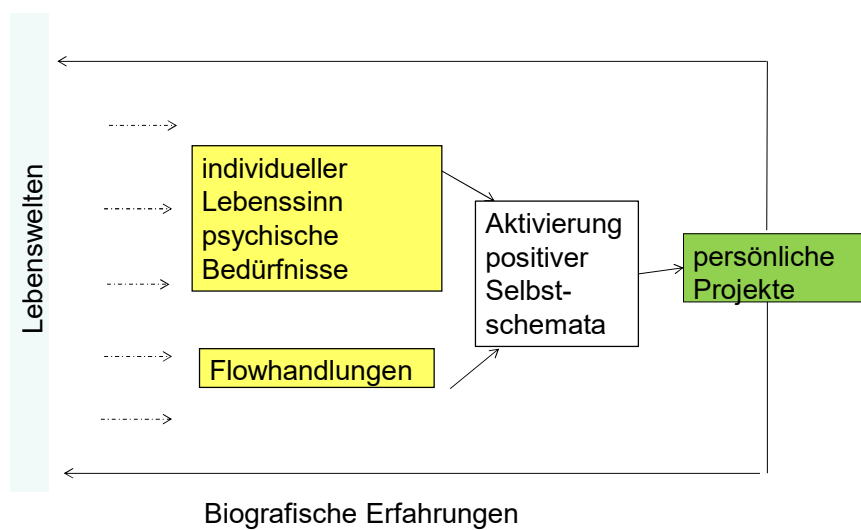
40

## Ressourcen, Lebenssinn, Werte und Ziele entwickeln

1. Atmosphären
2. Ressourcentagebücher
3. Symbole positiver Erinnerung,  
Ressourcenpotentiale, Ressourcenaufstellung
4. Erkundung sozialer Ressourcen
5. Spielen als Ressource
6. Lebenssinn und Intuition
7. Lebendigkeiten erkunden, Flow-Handlung finden
8. Ressourcentransfer
9. Entwicklung von «personal projects»
10. Raum schaffen, loslassen

41

## Entwicklung persönlicher Projekte



42

## Atmosphären

### Atmosphären:

Jan Sonntag (2015) beschreibt Atmosphären als *gespürte Wirklichkeit*. Auch wenn der Begriff Atmosphäre eine gewisse Ungenauigkeit hat, ist man doch schnell in der Lage, Atmosphären wahrzunehmen. Sie werden gestaltet oder beeinflusst durch Menschen, Handlungen, Räume, Gegenstände, akustische Situation, olfaktorische Wahrnehmung, Konstellationen der Verschiedenen Einflussgrößen. Sie erzeugen Handlungstendenzen in eine bestimmte Richtung. Eine freundliche Atmosphäre öffnet, eine Atmosphäre kann auch kühl sein. Man geht in eine Bäckerei und spürt sofort: eine freundliche, stressige oder offene Atmosphäre. Atmosphären können gestaltet werden, sie sind keine feste Größe. Es wäre daher wichtig, der Gestaltung der Atmosphäre Aufmerksamkeit zu widmen, da sie Einfluss nehmen wird auf das Wohlbefinden der Klientinnen oder Klienten.

43

## Ressourcentagebücher (intersession tasks)

Ressourcentagebücher aktivieren wertvolle Erfahrungen oder bedeutende Vorhaben einer Person. Sie sind eine Möglichkeit der Reflexion, des emotionalen Nacherlebens, des Eintauchens in stärkende Erfahrungen.

Sie sind sehr wertvoll, da die ratsuchende Person sie selber ohne therapeutische Präsenz für sich erstellen kann und damit die Zeit zwischen den Begegnungen aktiv nutzt.

Wertvolle Erfahrung ist immer ein Fundus für die persönliche und soziale Weiterentwicklung.

44

## Symbole positiver Erinnerung, Ressourcenpotentiale

Symbole positiver Erinnerung – ein Stein, eine Muschel, eine Quittung aus Cape town – können Symbole positiver Erinnerung sein, sie bilden einen Anker, sie wahrzunehmen aktiviert Erinnerung, Gedanken und Emotion und damit auch unser Empfinden.

Und das in Sekundenschnelle.

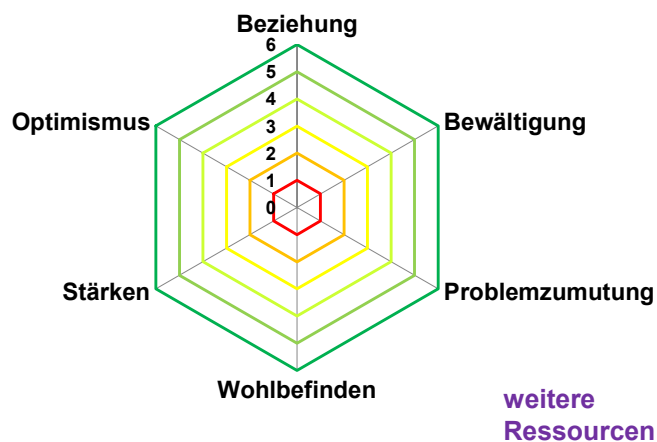
Es kann helfen, solche Symbole in herausfordernden Situationen dabei zu haben.

45

## Ressourcenpotentiale

### Lebensbereiche z. B.

- Bereitschaft, Risiken einzugehen
- Soziale Begegnung
- Kooperation
- Kultur und Freizeit
- Arbeit und Ausbildung
- Hilfe erhalten
- Bezugsgruppe, zum Beispiel die Familie



46

## Soziale Ressourcen



Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit 😊

CAS Künstlerische  
Kompetenzen 2024 HSA

Bachmann, N. (2014). Soziale Ressourcen und psychische Gesundheit in der Schweiz und in Europa: Wer hat, dem wird gegeben.

Breda, A. D. V. (2016). "The Youth Ecological-Resilience Scale: A Partial Validation." Research on Social Work Practice 27.

Cohen, S. and T. A. Wills (1985). "Stress social support and the buffering hypothesis." Psychological Bulletin 98: 310 - 357.

Dehmel, S. and K. Ortman (2006). "Soziale Unterstützung (Social Support) – ein Verstehens- und Handlungskonzept für die gesundheitsbezogene Sozialarbeit."

Dehmel, S. and K. Ortman (2006). "Soziale Unterstützung (Social Support) – ein Verstehens- und Handlungskonzept für die gesundheitsbezogene Sozialarbeit."

Dieter, R. (2017). Soziale Arbeit, Gerechtigkeit und das gute Leben. Eine Handlungstheorie zur daseinsmächtigen Lebensführung. Die Wissenschaft Soziale Arbeit im Diskurs. S. u. a. Borrmann, Opaden, Budrich.

Eckert, M. and K. Lanz (2022). "Krisenchat." 2022, from [https://krisenchat.de/downloads/Jahresbericht/krisenchat\\_Jahresbericht\\_2022.pdf](https://krisenchat.de/downloads/Jahresbericht/krisenchat_Jahresbericht_2022.pdf).

Flückiger, C. and G. Wüsten (2018). Ressourcenaktivierung. Ein Manual für die Praxis. Bern, Huber.

Fredrickson, B. L. (2004). "The broaden-and-build theory of positive emotions." The Royal Society 359: S. 1367-1377.

Gahlleitner, S. (2017). Soziale Arbeit als Beziehungsperson. Bindung, Beziehung und Einbettung professionell ermöglichen. Weinheim Basel, Beltz Juventa.

Generalversammlung, U. (2015). Transformation unserer Welt: die Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung. Resolution der Generalversammlung. Research on Social Work Practice.

Gilbert, P. (2013). Compassion Focussed Therapy. Paderborn, Junfermann.

Krieger, T. and N. Seewer (2022). Einsamkeit. Göttingen, Hogrefe.

Luhmann, M. (2021). Schriftliche Stellungnahme zum Antrag Einsamkeit erkennen, evaluieren und entschlossen entgegenzutreten. Berlin, Deutscher Bundestag, Ausschuss für Familie und Senioren, Frauen und Jugend.

Mann, F., et al. (2017). "A life less lonely: The state of art in intervention to reduce Loneliness in people with mental health problems." Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology 52(6): 627 - 638.

Ortmann, H. (2021).

Pauls, H. and M. Reicherts (2013). Zielorientierung und Zielerreichungsanalyse in der psychosozialen Fallarbeit. Coburg ZKS Verlag.

Renate Frank, C. F. (2022). Therapieziel Wohlbefinden. Heidelberg, Springer.

Statistik, B. f. (2018). "Geringe Soziale Unterstützung." from <https://www.bfs.admin.ch/asset/de/6466169>

Wilkinson, R., et al. (2004). Soziale Determinanten von Gesundheit. Die Fakten zweite Ausgabe. Kopenhagen, WHO Regionalbüro für Europa.

Wittchen, H. U. and F. Jacobi (2005). "Size and burden of mental disorders in Europe - a critical review and appraisal of 27 studies. 15(4): " European Neuropsychopharmacology 15(4): 357-376.