

BAKKALAUREATSARBEIT

Christina Weitschacher

Matr. Nr.: 0433432

The background of the cover is a circular, aged parchment drawing of the Vitruvian Man. The figure is inscribed within a square and a circle, with arms and legs extended to touch the boundaries. The drawing is in a classic anatomical style with fine lines and some shading.

**GESUNDHEITSKONZEPTE UND
GESUNDHEITSVERSTÄNDNIS IM WANDEL DER ZEIT –
WELCHE VERÄNDERUNGEN HABEN VON DER ANTIKE BIS HEUTE
STATTGEFUNDEN**

Im Fach:

Gesundheit und Gesellschaft

Betreuerin:

Fr. Univ.-Prof. Dr. Eva Rasky

Universitätsstraße 6/1

8010 Graz

Studium der Gesundheits- und Pflegewissenschaften
Medizinische Universität Graz

Graz, am 22. Oktober 2009

Ehrenwörtliche Erklärung

Ich erkläre ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Bakkalaureatsarbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst habe, andere als die angegebenen Quellen nicht verwendet habe und die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe.

Weiters erkläre ich, dass ich diese Arbeit in gleicher oder in ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt habe.

Graz, am 22.10.2009

Christina Weitschacher

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	3
2. Begriffsdefinitionen.....	6
2.1. Gesundheit.....	7
2.2. Krankheit.....	8
2.3. Gesundheitsbewusstsein.....	9
2.4. Gesundheitskonzepte	9
2.5. Gesundheitsförderung	10
2.6. Gesundheitsverständnis.....	10
3. Die Entwicklung unseres Gesundheitsverständnisses.....	11
3.1. Das Gesundheitsverständnis der Hochkulturen	11
3.2. Antike.....	12
3.3. Das Gesundheitsbild im Mittelalter.....	13
3.4. Neuzeit.....	14
3.5. Zusammenfassung.....	16
4. Wissenschaftliche Gesundheitskonzepte.....	17
4.1. Das Gesundheitskonzept der Psychologie	17
4.2. Gesundheitskonzepte der Medizin.....	18
4.3. Die Gesundheitskonzepte der Soziologie.....	19
4.3.1. Definition nach Hurrelmann.....	19
4.3.2. Das Salutogenese - Modell von A. Antonovsky	20
4.4. Beispiele von aktuellen Gesundheitskonzepten.....	22
4.4.1. „Gesunde Schule“	22
4.4.2. „Füreinander Frauen – Power, Miteinander Power – Frauen“	24
4.5. Zusammenfassung	26
5. Fazit.....	27
6. Literaturverzeichnis.....	31
7. Abbildungsverzeichnis.....	33

1. Einleitung

Gesundheit ist wohl das wertvollste Gut, das ein Mensch besitzen kann. Heutzutage jedoch haben weit unbedeutendere Dinge Priorität bei den Menschen – es ist wichtiger viel Geld und materielle Güter zu besitzen, Ansehen und Macht zu haben und in der Gesellschaft zu bestehen, als auf seinen Körper zu hören und Acht zu geben und die Gesundheit zu schätzen. Somit wird die Gesundheit nur mehr als selbstverständlich gesehen.

Ich habe mich für dieses Thema entschieden, weil es mich interessiert, wie sich das Gesundheitsverständnis und die Gesundheitskonzepte im Laufe der Zeit gewandelt haben, welche Veränderungen stattgefunden haben und wodurch die Gesundheit an Bedeutung für die Menschen verloren hat.

Gesundheit wird nicht nur als Fernbleiben von Krankheit verstanden, sondern auch als positives soziales, seelisches und körperliches Wohlbefinden.

Dieses Verständnis war nicht immer gegenwärtig. Lange Zeit galt Gesundheit nur als Abwesenheit von Krankheit.

Um dieses umfassende Wohlbefinden für alle erreichbar zu machen, ist die Gesundheitsförderung zuständig.

Die Begriffe Gesundheit und Krankheit sind untrennbar miteinander verbunden.

Der Begriff „Gesundheit“ kann auf eine lange Entwicklung zurückblicken und wurde während der unterschiedlichsten Epochen, von den Hochkulturen bis hin in die Neuzeit, vielfältigen Wandlungen unterzogen. Die Gesundheit konnte in keiner Epoche ausreichend definiert werden.

Die Naturvölker waren noch Eins mit ihrem Körper, lebten mit ihm und der Natur im Einklang und nahmen sofort wahr, wenn etwas nicht stimmte, oder die Balance gestört war.

Heute geht dieses Bewusstsein an vielen Menschen vorbei und viele nehmen ihren Körper nicht mehr wahr.

Auch Gesundheitskonzepte entwickelten sich aus den verschiedensten Richtungen und haben sich die Jahre über immer wieder verändert. Wissenschaften, wie die

Medizin, die Psychologie und die Soziologie haben versucht, Gesundheit aus ihrer Sicht zu definieren. Einige wissenschaftliche Gesundheitskonzepte sind heute noch von großer Bedeutung, wie z.B. das Gesundheitsmodell der Salutogenese von Antonovsky.

In Bezug auf diesen umfassenden Themenbereich, habe ich mir zwei Fragen gestellt, deren Antwort ich durch die Bearbeitung dieses Themas herauszufinden versuche. Folgende Forschungsfragen sind der zentrale Punkt dieser Arbeit:

1. *Forschungsfrage: Wie hat sich das Gesundheitsverständnis im Laufe der Zeit verändert?*
2. *Forschungsfrage: Welche Gegensätze bestehen zwischen den unterschiedlichen Gesundheitskonzepten?*

Meine Hypothese dazu lautet: Der gesellschaftliche Wandel führt zu unterschiedlichen Gesundheitskonzepten und dem veränderten Gesundheitsverständnis.

Abstract

Der Begriff „Gesundheit“ ist mehrere tausend Jahre alt und hat sich im Wandel der Zeit stets geändert.

Aufgrund der verschiedenen Kulturen, hat sich auch das Gesundheitsverständnis weiterentwickelt.

Da die Psychologie, Soziologie und die Medizin jeweils ein anderes Verständnis von Gesundheit haben, entstanden dementsprechend auch unterschiedliche Gesundheitskonzepte.

In dieser Bachelorarbeit wurden verschiedene Epochen, von der Hochkultur bis zur Neuzeit, beleuchtet um herauszufinden, was damals unter Gesundheit verstanden wurde und warum sich das Gesundheitsverständnis immer wieder veränderte. Der gesellschaftliche Aspekt spielt mitunter eine wichtige Rolle.

Gesundheitskonzepte verschiedener Fachbereiche wurden miteinander verglichen.

Vor allem das Gesundheitsverständnis war von der gesellschaftlichen Entwicklung abhängig und die Gesundheitskonzepte wiederum vom Gesundheitsverständnis der Fachbereiche.

The concept "Health" is thousand of years old and has always changed in the course of time.

On account of the different cultures, the health understanding has also developed.

The psychology, sociology and the medicine have in each case another understanding of health. This resulted accordingly in different health concepts.

In this Bachelor Thesis different ages were lighted up, by the high crop up to the modern times, to find out what was understood at that time by health and why the health understanding changed over and over again. The social aspect plays every now and then an important role.

Health concepts of different departments were compared with each other.

Above all, the health understanding was dependent on the social development and the health concepts again from the health understanding of the departments.

2. Begriffsdefinitionen

In dieser Arbeit werden teilweise Begriffe verwendet, die für viele Leser/innen wahrscheinlich selbstverständlich erscheinen. Trotzdem will ich folgend einige Begriffe erklären, die mir wichtig sind und beim Einen oder Anderen zu besserem Verständnis führen können.

2.1. Gesundheit

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) wurde 1946 gegründet und formulierte damals einen umfassenden Gesundheitsbegriff: *„Gesundheit ist der Zustand völligen körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fernbleiben von Krankheit und Gebrechen“*. (WHO 1946)

Jedoch hat sich diese Definition weiterentwickelt und man hat herausgefunden, dass Gesundheit wie Krankheit durch soziale, körperliche und psychische Faktoren beeinflusst werden.¹

Laut der Jakarta Erklärung der WHO 1997 ist Gesundheit ein grundlegendes Menschenrecht.²

Eine weitere Definition zu Gesundheit gibt es vom Fonds Gesundes Österreich.

Gesundheit wird als alltäglicher Bestandteil gesehen und stellt einen ausgeglichenen Zustand zwischen gesundheitsfördernden und gesundheitsbelastenden Faktoren dar.

„Gesundheit entsteht, wenn Menschen ihre Ressourcen optimal entfalten und mobilisieren können, um so den inneren und äußeren Anforderungen zu begegnen. Sie ist ein dynamischer Prozess, der – abhängig von den wechselnden Belastungen und Möglichkeiten konkreter Lebenssituationen – immer wieder neu gestaltet und ausbalanciert werden muss.“ (Fonds Gesundes Österreich)³

Die zentralen Aufgaben des Fonds Gesundes Österreich sind die Gesundheitsförderung und die Prävention (Projektförderung, Entwicklung von Kampagnen, usw.) um für die Bevölkerung von Österreich eine gesunde Lebenswelt und Lebensweise erreichbar zu machen.⁴

¹ vgl.: Leitner, C.: Gesundheitsbildung und -konzepte in gesellschaftlichen Zusammenhängen S. 11 f

² vgl.: <http://www.fgoe.org/gesundheitsfoerderung/glossar/gesundheit>

³ vgl.: ebda

⁴ vgl.: <http://www.fgoe.org/>

Es gibt bestimmte Faktoren, sogenannte Determinanten, die auf die Gesundheit einen wesentlichen Einfluss haben. Diese Gesundheitsdeterminanten werden in drei große Bereiche eingeordnet:

- sozioökonomische Faktoren und umweltbedingte Faktoren
- der Lebensstil und die Lebensweise
- Individuelle Faktoren (Alter, Geschlecht und genetische Faktoren)⁵

Klaus Hurrelmann definiert Gesundheit als Gleichgewicht zwischen äußeren Lebensumständen und inneren Zielvorstellungen:

*"Zustand des objektiven und subjektiven Befindens einer Person, der gegeben ist, wenn sich diese Person in den physischen, psychischen und sozialen Bereichen ihrer Entwicklung im Einklang mit den eigenen Möglichkeiten und Zielvorstellungen und den jeweils gegebenen äußeren Lebensbedingungen befindet" (Hurrelmann 1990).*⁶

Man muss beachten, dass diese Definitionen theoretische Erläuterungen von Gesundheit sind und es keine allgemein gültigen Definitionen von Gesundheit gibt.

2.2. Krankheit

Viele Menschen haben eine sehr eingeschränkte Sicht von der Krankheit. Würde man die Menschen auf der Straße befragen, ab wann sie sich als krank bezeichnen, würde man oft dieselbe Antwort bekommen. Nämlich, dass sie dann krank sind, wenn sie Schmerzen spüren, körperliche Beeinträchtigung erfahren und Unbehagen empfinden.

Es gilt also vielerorts, dass Krankheit in erster Linie durch organische und „innere“ Fehlfunktionen hervorgerufen wird.

Diese Annahmen jedoch sind sehr einseitig, denn es wird immer deutlicher, dass allen Erkrankungen genauso eine psychosoziale Komponente zuzuordnen ist.⁷

⁵ vgl.: <http://www.fgoe.org/gesundheitsfoerderung/begriffe-und-theorien/determinanten-der-gesundheit>

⁶ vgl.: <http://www.bmfsfj.de/Publikationen/genderreport/8-Gesundheitsstatus-und-gesundheitsrisiken-von-frauen-und-maennern/8-1-einleitung.html>

⁷ vgl.: Kriechbaum, N.; Pesendorfer, E.; Pesendorfer, F.: Gesundheitsbewusstsein S. 25 f

2.3. Gesundheitsbewusstsein

Das Gesundheitsbewusstsein ist einfach erklärt das bewusste Umgehen mit der eigenen Gesundheit.

Man muss die eigene Gesundheit wahrnehmen und sollte sie nicht als selbstverständlich ansehen. Es gibt viele Möglichkeiten um die Gesundheit zu fördern und zu schützen und es wäre wünschenswert, jene Möglichkeiten mehr in Anspruch zu nehmen.

Die Entwicklung des Gesundheitsbewusstseins hängt ab von der Rolle einer Person in der Gesellschaft, dem Beruf und auch von den gegebenen ökonomischen Möglichkeiten.⁸

Der Fonds Gesundes Österreich präsentierte zum Weltgesundheitstag 2007 Ergebnisse einer Umfrage zum Thema Gesundheitsbewusstsein der Österreicher. Verglichen wurden die Werte mit den Resultaten aus dem Jahre 1999. Es gab eine erstaunliche Veränderung in Bezug auf das Gesundheitsbewusstsein und die Eigenverantwortung in Sachen Gesundheit. 1999 gaben 22 Prozent an, sich um ihre Gesundheit zu kümmern. Sieben Jahre später waren es 95 Prozent.⁹

2.4. Gesundheitskonzepte

Ein Konzept ist ein Plan oder eine Vorstellung von etwas. Ein Gesundheitskonzept ist also ein Konzept davon, was man sich unter Gesundheit vorstellt bzw. darunter versteht. Dabei kann man drei Arten von Gesundheitskonzepten unterscheiden:

- Subjektive Gesundheitskonzepte – Diese spiegeln die persönliche Vorstellung und das persönliche Verständnis von Gesundheit wieder.
- Individuelle Gesundheitskonzepte – Diese sind auf die speziellen Bedürfnisse der jeweiligen Person abgestimmt.
- Wissenschaftliche Gesundheitskonzepte – Geben darüber Auskunft, was z. B. die Psychologie, Soziologie oder die Medizin unter dem Gesundheitsbegriff versteht.

⁸ vgl.: Kriechbaum, N.; Pesendorfer, E.; Pesendorfer, F.: Gesundheitsbewusstsein S.14

⁹ vgl.: http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20070406_OTS0018

2.5. Gesundheitsförderung

Für die Gesundheitsförderung in Österreich ist der Fonds Gesundes Österreich zuständig. Die Aufgabe der Gesundheitsförderung ist es, ein ganzheitliches Wohlbefinden für alle Menschen erreichbar zu machen und jedem die Eigenverantwortung für sich selbst und seine Gesundheit ins Bewusstsein zu rufen. Ganzheitlich heißt, ein umfassendes soziales, körperliches und seelisches Wohlbefinden.

Durch viel Motivation, will man erreichen, dass sich die Menschen für eine gesunde Lebensführung entscheiden.

Ebenso muss man aber auch das Umfeld beachten. Es darf nicht „krankmachend“ sein sondern positiv und gesundheitsförderlich.¹⁰

2.6. Gesundheitsverständnis

Das Verständnis von Gesundheit hat sich in den letzten Jahrzehnten enorm geändert und ist auch weiterhin einem Wandel unterzogen. Hierbei spielen gesellschaftliche Bedingungen eine wichtige Rolle.

Lange Zeit verstand man unter Gesundheit nur die Abwesenheit von Krankheit, doch seit dem WHO Dokument „Ottawa Charta“ Mitte der 80er kam es zu einem Umbruch und die Gesundheit wurde positiv definiert - als ganzheitliches Wohlbefinden.¹¹

Näheres zum Gesundheitsverständnis folgt im nächsten Kapitel.

¹⁰ vgl.: <http://www.fgoe.org/gesundheitsfoerderung>

¹¹ vgl.: ebda.

3. Die Entwicklung unseres Gesundheitsverständnisses

Gesundheit und Krankheit gibt es schon seit Beginn der Menschheit und aufgrund dessen, hat sich auch das Verständnis von Gesundheit und Krankheit stets verändert.

Die Zeit der Hochkulturen, der Antike, des Mittelalters, der Neuzeit, des 19. Jahrhunderts bis heute, alle tragen einen wesentlichen Teil zur Entwicklung des Gesundheitsbegriffes bzw. des Gesundheits- und Krankheitsverständnisses bei.

3.1. Das Gesundheitsverständnis der Hochkulturen

Zur Zeit der Hochkulturen, genauer gesagt der archaischen Hochkulturen (China, Indien, Ägypten, Mesopotamien), war die Gesundheit und Krankheit eng mit der Natur und Kultur verbunden. Psychische, physische, soziale und geistige Faktoren spielten auch damals schon eine große Rolle.

Das wichtigste war es, ein Gleichgewicht zwischen diesen Einflussfaktoren herzustellen.¹²

In dieser Epoche der Hochkulturen, war es besonders bemerkenswert, dass der Lebensstil der Menschen vollkommen auf die Gesundheit ausgerichtet war.

Man sah den menschlichen Körper als ein System von Gefäßen und Kanälen, die vom Herzen weg führen und bis in alle Glieder reichen. Diese „Leitungen“ sind dafür zuständig, die Schadstoffe aus dem Körper zu befördern und Urin, Blut und andere Körperflüssigkeiten zu transportieren.

Die Regulierung dieses Systems diente dem körperlichen Wohlbefinden.

Das zentrale Organ war das Herz und bestimmte das gesunde Dasein. Man glaubte, dass die fünf Sinne dem Herzen Informationen über den Körper gaben und die Zunge war diejenige, die alles aussprach, was sich das Herz dachte.

Gesundheit wurde beschrieben als ein „Leben in Jugendfrische“ und Leistungsfähigkeit, ein Leben mit der Familie und den Freunden.

Der Pharao Echnaton war in Ägypten ein Synonym für die Gesundheit.¹³

¹² vgl.: Schipperges, H.: Gesundheit und Gesellschaft S. 7 f

¹³ vgl.: ebda.

Gesundheit wurde in den alten Hochkulturen verstanden als ein natürliches, unstabiles Existieren zwischen Leben und Tod, Tieren und Göttern und Himmel und Erde. Gesundheit führte zu einem Gleichgewicht und so zu einer Ordnung des Lebens.¹⁴

3.2. Antike

In der griechischen Antike, wurde die Kraft des Heilens bestimmten Göttern zugeschrieben und war dadurch ein geistliches, religiöses Phänomen.

Die wichtigsten Heilgötter waren Asklepios (Gott der Gesundheit und Heilkunst) und seine Tochter Hygieia. Hygieia benutzte einen Mistelzweig als Heilmittel und wurde mit dem Symbol der Schlange in Verbindung gebracht. Die Schlange ist heute noch ein Symbol der abendländischen Medizin.

Der Äskulapstab ist heute bei uns noch das Symbol des ärztlichen und pharmazeutischen Standes.

Asklepios bzw. Äskulap war ein angesehener Chirurg und wurde sehr verehrt.¹⁵



Abbildung 1: Asklepios und Tochter Hygieia mit dem Schlangensymbol

Die Medizin der Griechen bildet den Grundstock unserer abendländischen Medizin. Bereits um 400 v. Chr. gab es in Athen und Delphi ein öffentliches Gesundheitswesen, indem aber nur wenige Ärzte angestellt waren.¹⁶

Wie bei den alten Ägyptern ist es auch den alten Griechen wichtig gewesen, die sogenannte „Mitte“ zu finden. Darunter verstand man, dass gewisse Dimensionen(Jahreszeiten, Tageszeiten, Organe, Säfte,...) untereinander

¹⁴ vgl.: Schipperges, H.: Gesundheit und Gesellschaft S. 9

¹⁵ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 111 f

¹⁶ vgl.: Schachenhofer, B.: Gesundheitsbewusstsein versus Selbstbeteiligung S. 65

ausgeglichen und harmonisch wirken sollten um daraufhin das Zentrum dieses Einklangs zu finden.¹⁷

Dies war die Vorstellung der Griechen um ein gesundes und wohlbehütetes Leben führen zu können.

Bestünde keine Harmonie und Ausgeglichenheit zwischen diesen Dimensionen, würde man von Krankheit sprechen.

Mann kann also sagen, dass sich der Mensch ständig zwischen Gesundheit und Krankheit hin und herbewegt, wobei er aber versucht, in der Mitte stehenzubleiben. Der Mensch nimmt also an Krankheit und Gesundheit teil.¹⁸

In Bezug auf Behandlungen, sah es so aus, dass zuerst therapeutische Maßnahmen gesetzt wurden und danach erst Medikamente oder Chirurgie zum Einsatz kamen.

Die effektivste Therapie damals, war die Diätetik. Sie war ein umfassendes Konzept für eine gesunde Lebensführung und wurde zur Gesundheitserhaltung, sowie zur Krankheitsüberwindung eingesetzt.¹⁹

Die Gesundheitslehre im alten Griechenland ist die Lehre von den normalen und natürlichen Abläufen im Organismus.²⁰

3.3. Das Gesundheitsbild im Mittelalter

Nach der Epoche der Antike, folgte das Mittelalter (500 – 1500 n. Chr.). Dieses Zeitalter war geprägt von Zauberkunst, Magie und Aberglaube.²¹

Im christlichen Mittelalter verstand man unter Gesundheit, dass man frei von Schmerzen und Krankheit war.

Aus der Sicht der Religion jedoch, musste man Krankheit und Schmerz im Leben akzeptieren und ertragen. Religiöse Vorstellungen waren täglich gegenwärtig. Das ganze Leben war zu dieser Zeit sehr eng mit der Religion und dem Glauben

¹⁷ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 112

¹⁸ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 112

¹⁹ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 113

²⁰ vgl.: Schipperges, H.: Gesundheit und Gesellschaft S. 10

²¹ vgl.: Schachenhofer, B.: Gesundheitsbewusstsein versus Selbstbeteiligung S. 68

verknüpft und jede Krankheit und auch Heilung wurde durch den Glauben bestimmt. War man barmherzig und einsichtig, so trug dies wesentlich zur Genesung bei. Ärztliche Tätigkeiten übten nur Geistliche aus, was ihnen aber gegen Ende des Mittelalters verboten wurde.²²

Ab dem 11. Jahrhundert wurde Medizin an Universitäten gelehrt und es setzte sich eine staatliche Zulassung für die Ausbildung und Ausübung der Ärzte durch.²³

Die Sichtweise der Gesundheit, die in der Antike vorherrschte, wurde während des Mittelalters der Transzendenz untergeordnet. Die Therapieform der Diätetik war aber weiterhin als umfassende Maßnahme für die Gesunderhaltung bzw. Heilung und Überwindung von Krankheiten von großer Bedeutung.²⁴

Die Zeit der Pest beeinflusste die sozialen, wirtschaftlichen und medizinischen Umstände und die Quarantäne gehörte von nun an zur öffentlichen Gesundheitspflege. Bald darauf entstanden die ersten Krankenhäuser, die aber meist nur der Zuflucht für Arme, Gebrechliche und Hungrige dienten, anstatt der medizinischen Versorgung.

Im 13. Jahrhundert übernahm der Staat die Verwaltung der Spitäler und Krankenhäuser und die Bedeutung der Medizin nahm immer mehr an Notwendigkeit zu.²⁵

3.4. Neuzeit

Diese Epoche war eine Zeit der Neuerungen, der Verweltlichung und der Technisierung. Die Diätetik konnte sich im ursprünglichen Sinne nicht mehr lange halten und wurde nach und nach nur mehr als Begriff für die Ernährungslehre verwendet (heute wird der Begriff Diätologie gebraucht).

Im Gegensatz zum Mittelalter, verlor der theologische Aspekt in Bezug auf Gesundheit und Krankheit, immer mehr an Bedeutung und der Mensch selbst, die Natur und die irdische Welt erreichten einen höheren Stellenwert.²⁶

²² vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 114 ff

²³ vgl.: ebda.

²⁴ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 114 f

²⁵ vgl.: Schachenhofer, B.: Gesundheitsbewusstsein versus Selbstbeteiligung S. 68

²⁶ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 117 f

Descartes (1596-1650), ein französischer Naturwissenschaftler, sah den Menschen als eine Art Maschine an, der von der Seele reguliert wird.²⁷

Schon zur Zeit der Aufklärung wurde die Prävention und Rehabilitation für notwendig erklärt. Gerade in dieser Zeit war die Beziehung zum eigenen Körper und zur Natur besonders wichtig und man legte sein Augenmerk auf die Lebensbedingungen.²⁸

Joseph II. (1741-1790) trug damals sehr viel durch seine Reformen zum Sozialwesen bei. Er erbaute Allgemeine Krankenhäuser in Wien und Graz, Armeninstitute, Irrenanstalten, sorgte für Taubstummenunterricht und Findelversorgung.²⁹

Auch Körperpflege, Hygiene und der Ernährungszustand der Bevölkerung waren ihm wichtig, besonders aber die Hygiene, denn diese galt mitunter als Ursache für Seuchen.³⁰

Ende des 18. Jahrhunderts, also in der Epoche der Romantik, versuchte man Leib und Seele bewusst zu erleben. Der Tod und die Krankheit wurden als übersinnlich gedeutet und man dachte, dass Krankheiten Lehren fürs Leben sein sollten.

Das 19. Jahrhundert war wieder stark naturwissenschaftlich geprägt, hauptsächlich vom Positivismus. Die Pflege in der Medizin wurde mehr und mehr vernachlässigt. Spezialgebiete, wie Bakteriologie und Chirurgie eröffneten neue Möglichkeiten in der Medizin. Aufgrund dessen wurde der Krankheit mehr Bedeutung zugeschrieben, als dem kranken Mensch selbst.³¹

Der soziale und psychische Aspekt der Krankheit wurde vernachlässigt und sie bestand nur mehr als Störung der organischen Funktionen.

Somit hat sich im 19. Jahrhundert die Medizin als Naturwissenschaft etabliert.³²

Heute – im Wandel der Zeit, sieht sich ein Teil der Menschheit als ganzheitliches Objekt – Körper, Geist und Seele sollten sich im Einklang befinden um sich die Gesundheit zu erhalten.

²⁷ vgl.: Schachenhofer, B.: Gesundheitsbewusstsein versus Selbstbeteiligung S. 68

²⁸ vgl.: ebda.

²⁹ vgl.: http://austria-forum.org/wbtmaster/threads/aeiou/glossary/j639423_htm.htm

³⁰ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 118

³¹ vgl.: Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit S. 118 f

³² vgl.: Schachenhofer, B.: Gesundheitsbewusstsein versus Selbstbeteiligung S. 69

Denn nur bei Zusammenwirken dieser drei Faktoren, kann bei Auftreten einer Krankheit, eine angemessene medizinische Behandlung die größte Wirksamkeit erzielen.

3.5. Zusammenfassung

Gesundheit und Krankheit, sind laut Naturwissenschaft, untrennbar miteinander verbunden. Der menschliche Verstand aber sagt, dass man entweder nur krank oder nur gesund sein kann. Dies resultiert aus der Geschichte der verschiedenen Epochen.

Zur Zeit der archaischen Hochkulturen wurde das ganze Leben nach der Gesundheit gerichtet. Man lebte in Harmonie mit ihr und der Natur. Das Herz war der Mittelpunkt des Körpers und als gesund galt der, der leistungsfähig war und einfach, sowie natürlich, zwischen Leben und Tod und Himmel und Erde existierte.

Auch in der Antike wurde Gesundheit als optimales Verhältnis von Mensch und Umwelt verstanden. Die Griechen versuchten ständig die „Mitte“ dieses Gleichgewichts zu finden und dort zu bleiben, wonach der Mensch nie als völlig gesund oder völlig krank galt. Als effektivste therapeutische Maßnahme wurde die Diätetik angesehen.

Auch im Mittelalter fand diese Form der Therapie stets noch Beachtung. Während dieser Zeit, die finster und düster war, und geprägt von Magie und Zauberkunst, spielte auch die Religion eine wichtige Rolle. Größtenteils waren Geistliche Ärzte.

Im Gegensatz zum Mittelalter, wurde der Religion in der Neuzeit weniger Beachtung geschenkt, dafür aber dem Mensch selbst und der materialistischen Welt. Man orientierte sich an der Naturwissenschaft und entdeckte neue Fachgebiete der Medizin. Dadurch stand nicht mehr der kranke Mensch an erster Stelle, sondern die Krankheit selbst. Der Mensch wurde ein Objekt der Forschung.

Abschließend wäre hinzuzufügen, dass man aufgrund der vielen verschiedenen Epochen, die durchlaufen wurden, erkennen kann, dass das Gesundheitsverständnis und die Gesundheitsbilder stark von den jeweilig vorherrschenden Gesellschaftssystemen beeinflusst wurden.

4. Wissenschaftliche Gesundheitskonzepte

4.1. Das Gesundheitskonzept der Psychologie

In der Psychologie gibt es ein Merkmal, dass die Gesundheit überwiegend ausmacht, nämlich das Wohlbefinden.

In der Psychologie wird das Wohlbefinden als Eintracht von psychischem, physischem und sozialem Wohlergehen gesehen. Der körperliche Zustand allein, hat nichts über das Wohlbefinden auszusagen. Das Wohlbefinden kann auch als Sammelbegriff für viele positive Ereignisse stehen und besteht aus vier Größen:

- Freude – Freude ist ein positiver Faktor, aber wirkt nicht lang anhaltend und ist meist das Ergebnis einer Tätigkeit.
- Zufriedenheit – Beurteilung oder Bewertung von den unterschiedlichen Lebensbereichen und Ereignissen.
- Glück – Wird als emotionale Einheit bezeichnet und ist für das Wohlbefinden am wichtigsten.
- Freiheit von subjektiver Belastung – Darunter wird verstanden, dass es im Augenblick nichts gibt, dass einen belastet.³³

Die Psychologie geht von einem Gesundheits- Krankheits-Kontinuum aus.³⁴

Das heißt, dass sich Gesundheit und Krankheit einander nicht ausschließen.

Ein weiterer psychologischer Faktor, der ebenso Einfluss auf die Gesundheit hat, ist der Stress.

Stress hat sich im Laufe der Zeit entwickelt und zwar zu unserem eigenen Schutz bzw. zum Abwehren von Gefahren.

Aus medizinischer Sicht, wird in einer Stresssituation der Adrenalinspiegel angehoben und der ganze Körper mit reichlich Energie versorgt um schnellstens reagieren zu können.

Heutzutage sind oft schon kleinste Vorkommnisse, wie viel Verkehr, der Auslöser für Stress.³⁵

³³ vgl.: <http://www.unifr.ch/spc/UF/94avril/el-giamal.html>

³⁴ vgl.: Noack, H.: Gesundheit: Medizinische, psychologische und soziologische Konzepte S. 18

³⁵ vgl.: Leitner, C.: Gesundheitsbildung und -konzepte in gesellschaftlichen Zusammenhängen S.55 f

Das Erleben von dauerhaftem, akutem Stress aber, kann durchaus zu einer hohen körperlichen und psychischen Belastung führen und großen Schaden anrichten. Daher stehen Stress und die damit zusammenhängenden Anstrengungen, den Stress so gut wie möglich zu bewältigen, mit der Gesundheit in enger Beziehung.³⁶

4.2. Gesundheitskonzepte der Medizin

Im Folgenden wird das biopsychosoziale Gesundheitskonzept beschrieben und kurz mit dem biomedizinischen Modell verglichen.

Das biopsychosoziale Gesundheitskonzept berücksichtigt sowohl den psychosozialen als auch den biologischen Faktor. Dadurch kann man das biopsychosoziale Modell vom biomedizinischen Modell klar abgrenzen.

Das biomedizinische Modell war sehr lange in unserem Gesundheitssystem verbreitet. Es definiert Gesundheit als Abwesenheit und das Gegenteil von Krankheit. Inzwischen aber, wird das biomedizinische Modell sehr oft kritisiert, da die Förderung und die Bewahrung der Gesundheit kaum berücksichtigt werden.³⁷

Aufgrund dieser unzureichenden Ansicht, kritisiert Engel³⁸ das medizinische Modell. Es werden nur körperliche Variablen herangezogen um Gesundheit und Krankheit zu erklären. Psychosoziale Faktoren werden vernachlässigt und somit kann die Medizin laut Engel ihrer sozialen Verantwortung keinesfalls nachkommen.

Außerdem ist er der Meinung, dass sich Krankheit nicht nur durch biologische Faktoren erklären lässt.

Deshalb stellt er Vergleiche gegenüber dem biomedizinischen Modell an, welches die psychosoziale Seite nicht bedenkt.

Seiner Ansicht nach, sind psychosoziale Aspekte unmöglich auszuschließen, denn die Biologie alleine kann nicht klären, ob sich ein Mensch krank oder gesund fühlt oder wie er die Anzeichen einer Krankheit erlebt. Außerdem zählen Faktoren wie z.B. die Inanspruchnahme von medizinischer Versorgung, die Befolgung der ärztlichen Anordnung und der Verlauf der Krankheit ebenso zu den psychischen und sozialen Faktoren.³⁹

³⁶ vgl.: Leitner, C.: Gesundheitsbildung und -konzepte in gesellschaftlichen Zusammenhängen S.55 f

³⁷ vgl.: Belz- Merk, M.: Gesundheit ist Alles und alles ist Gesundheit S. 19

³⁸ vgl.: Engel, G.: Die Notwendigkeit eines neuen medizinischen Modells S. 64 ff

³⁹ vgl. Engel, G.: Die Notwendigkeit eines neuen medizinischen Modells S. 64 ff

4.3. Die Gesundheitskonzepte der Soziologie

Talcott Parsons, ein amerikanischer Soziologe, hat in den 1960er Jahren, als erster eine detaillierte Formulierung von Gesundheit, aus der Sicht der Soziologie, erarbeitet. Der Mensch wird dann als gesund gesehen, wenn er absolut leistungsfähig ist und somit seinen Rollen und Aufgaben optimal gerecht werden kann.⁴⁰

4.3.1. Definition nach Hurrelmann

Klaus Hurrelmann, ein deutscher Bildungs- Gesundheits- und Sozialwissenschaftler erklärt Gesundheit folgendermaßen:

„Gesundheit bezeichnet den Zustand des Wohlbefindens einer Person, der gegeben ist, wenn diese Person sich körperlich, psychisch und sozial in Einklang mit den jeweils gegebenen inneren und äußeren Lebensbedingungen befindet. Gesundheit ist nach diesem Verständnis ein angenehmes und durchaus nicht selbstverständliches Gleichgewichtsstadium von Risiko- und Schutzfaktoren, das zu jedem lebensgeschichtlichen Zeitpunkt immer erneut her gestellt werden muss. Gelingt das Gleichgewicht, dann kann dem Leben Freude und Sinn abgewonnen werden, ist eine produktive Entfaltung der eigenen Kompetenzen und Leistungspotenziale möglich und steigert die Bereitschaft, sich gesellschaftlich zu integrieren und zu engagieren.“⁴¹

Diese Gesundheitsdefinition beinhaltet sowohl individuelle Faktoren, wie auch gesellschaftliche. Betont wird vor allem das Gleichgewicht von Risiko- und Schutzfaktoren. Besteht diese Balance, kann man das Leben in vollen Zügen genießen und optimal bewältigen.

Der Mensch wird hier ganzheitlich gesehen und nicht nur auf einen Teil reduziert.

Die Entwicklung zur Gesundheit hin, kann von vielen verschiedenen Faktoren beeinflusst werden. Soziale, wirtschaftliche und politische Einflüsse sind genauso ausschlaggebend für eine gesunde Entwicklung und Erhaltung der Gesundheit.

Auch die Entwicklung des persönlichen Gesundheitsbewusstseins hängt von ökonomischen Möglichkeiten und sozialen Einflüssen bzw. der Rolle in der

⁴⁰ vgl.: Belz – Merk, M.: Gesundheit ist Alles und alles ist Gesundheit S.19

⁴¹ Zit. Hurrelmann, K.: Gesundheitssoziologie, Eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung S.7

Gesellschaft und dem Beruf ab. Auch Umwelteinflüsse, stressbedingte und altersbedingte Faktoren müssen sozialpolitisch analysiert werden. Nicht nur die Medizin war in den letzten Jahrzehnten maßgeblich für die Verbesserung der Situation der Gesundheit, das heißt, dass die ausschlaggebenden Faktoren für Gesundheit und Krankheit nicht nur von medizinischen Einflüssen abhängig gemacht werden kann.⁴²

4.3.2. Das Salutogenese - Modell von A. Antonovsky

Aaron Antonovsky war Medizinsoziologe und veröffentlichte in den 1970er Jahren sein Modell der Salutogenese.

Das Modell der Salutogenese steht gegenüber dem pathogenetischen Modell, dessen Zweck es war, herauszufinden, was denn Menschen krank macht.

Antonovsky versuchte nun zu verstehen, was denn die Menschen in Richtung Gesundheitspol treibt, das heißt, die gesundheitsorientierte Seite im Kontinuum von Gesundheit und Krankheit einzunehmen.

Antonovsky ist der Meinung, dass die Dichotomie von Gesundheit und Krankheit weniger fähig ist, als sein Gesundheits- und Krankheitskontinuum. Keiner ist unsterblich und Krankheit kann von Gesundheit getrennt werden.

Das Modell geht davon aus, dass der Mensch mehr oder weniger gesund ist.

Der Ansatz der Salutogenese ist zwar keine Garantie für die Lösung von Problemsituationen im Leben, aber die Voraussetzung wird geschaffen, um sich der gesundheitsorientierten Seite des Kontinuums zu nähern.⁴³

Folgerungen der Salutogenese nach Antonovsky:

- *„Sie führt und dazu, die dichotome Klassifizierung von Menschen als gesund oder krank zu verwerfen, und diese statt dessen auf einem multidimensionalen Gesundheits-Krankheits-Kontinuum zu lokalisieren.*
- *Sie verhindert, dass wir der Gefahr unterliegen, uns ausschließlich auf die Ätiologie einer bestimmten Krankheit zu konzentrieren, statt immer nach der gesamten Geschichte eines Menschen zu suchen – einschließlich seiner oder ihrer Krankheit.*

⁴² vgl.: Kriechbaum, N.; Pesendorfer, E.; Pesendorfer, F.: Gesundheitsbewusstsein S. 14f

⁴³ vgl.: Antonovsky, A.: Salutogenese, Zur Entmystifizierung der Gesundheit S. 22 ff

- *Anstatt zu fragen: „Was löste aus..., daß eine Person Opfer einer gegebenen Krankheit wurde?“, das heißt, anstelle uns auf Stressoren zu konzentrieren, werden wir eindringlich zu fragen gemahnt: „Welche Faktoren sind daran beteiligt, daß man seine Position auf dem Kontinuum zumindest beibehalten oder aber auf den gesunden Pol in bewegen kann?“. Das heißt, wir stellen Copingressourcen ins Zentrum unserer Aufmerksamkeit.*
- *Stressoren werden nicht als etwas Unanständiges angesehen, das fortwährend reduziert werden muß, sondern als allgegenwärtig. Darüber hinaus werden die Konsequenzen von Stressoren nicht notwendigerweise als pathologisch angenommen, sondern als möglicherweise sehr wohl gesund – abhängig vom Charakter des Stressors und der erfolgreichen Auflösung der Anspannung.*
- *Im Gegensatz zu der Suche nach Lösungen nach Art der Wunderwaffe müssen wir nach allen Quellen der negativen Entropie suchen, die die aktive Adaption des Organismus an seine Umgebung erleichtern können.*
- *Letztlich führt uns die salutogenetische Orientierung über die in pathogenetischen Untersuchungen erworbenen Daten dadurch hinaus, daß sie immer die in solch einer Untersuchung ermittelten abweichenden Fälle ins Auge faßt.“⁴⁴*

Zusammenfassend will uns Antonovsky mitteilen, dass der Mensch selbst im Mittelpunkt steht und nicht die Krankheit. Die Geschichte des Menschen ist wichtig. Der Mensch muss einsehen, dass die Stressoren nicht immer nur schlechtes bedeuten, sondern auch hilfreich sein können. Der Mensch kann selbst aktiv in Richtung gesundheitsorientierten Pols gehen.

Ein Faktor muss unbedingt noch erwähnt werden, der bestimmend für die Salutogenese ist. Das Kohärenzgefühl.

⁴⁴ Zit. Antonovsky, A.: Salutogenese, Zur Entmystifizierung der Gesundheit S.29 f

Antonovsky ist davon überzeugt, dass das Kohärenzgefühl die Hauptdeterminante dafür darstellt, dass der Mensch sich in die Richtung des gesunden Pols bewegt bzw. welche Stellung der Mensch auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum einnimmt.

Das Kohärenzgefühl wird bestimmt von drei Hauptkomponenten: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit.■

Diese drei Faktoren sind wichtig für eine erfolgreiche Bewältigung von Stress- und Problemsituationen.

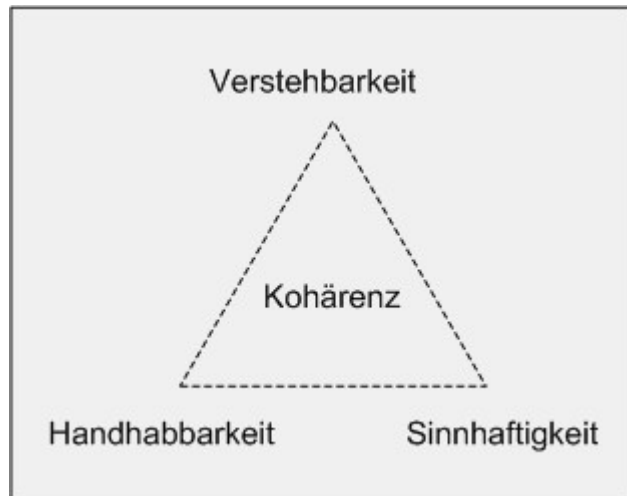


Abbildung 2: Die drei Hauptkomponenten des Kohärenzgefühls

Um das eigene Kohärenzgefühl steigern zu können, sollte man sein eigenes Leben unter die Lupe nehmen, auf Bewegung und Entspannung nicht verzichten um Energie zu tanken und mit sich und der Umwelt im Einklang leben.⁴⁵

4.4. Beispiele von aktuellen Gesundheitskonzepten

4.4.1. „Gesunde Schule“

Gesunde Schule ist ein Projekt, welches vom Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur, vom Bundesministerium für Gesundheit, Familie und Jugend und außerdem vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger auf die Beine gestellt wurde. Dieses Projekt soll einen Beitrag für fortwährende und qualitätsgesicherte Gesundheitsförderung an Schulen in Österreich, für Schüler/innen und Lehrer/innen leisten.⁴⁶

⁴⁵ vgl.: Antonovsky, A.: Salutogenese, Zur Entmystifizierung der Gesundheit S.33 ff

⁴⁶ vgl.: Dür, W.; Gerhartl, M.; Spitzbart, S.; Delle Grazie, J.; Wilkens, E.; Redl, S.: Projekt Gesunde Schule, Endbericht S. 4

Folgende Ziele wurden hierbei festgelegt:

- Strukturierter Aufbau der Gesundheitsförderung
- Darstellung der wissenschaftlichen Erkenntnisse der Gesundheitsförderung an österreichischen Schulen
- Entwicklung eines Modells, das die Definition der Ziele in diesem Bereich beschreibt
- Gründung eines bedarfsorientierten und qualitätsgesicherten Dienstleisterpools
- Schaffung eines Modells, welches die Gesundheitsbetreuung an Schulen neu formt
- Entwicklung von Instrumenten für die Qualitätssicherung im Bereich der Gesundheitsförderung an Schulen
- Entwicklung eines Messungsinstrumentes der hervorgebrachten Ergebnisse durch die Gesundheitsförderung an Schulen⁴⁷

Das Projekt wurde in drei Arbeitsphasen und jeweils mehrere Teilprojekte gegliedert und lief genau über zwei Jahre.⁴⁸

Die Ergebnisse des Projekts waren sehr zufriedenstellend.

Es wurden Qualitätsstandards und Grundsätze für ein Gesundheitsförderungsmanagement in den Bereichen Lehren und Lernen, Ernährung, Bewegung, psychosoziale Gesundheit, Suchtprävention und materielle Umwelt und Sicherheit erarbeitet.

Des Weiteren wurden Modelle für die Aus- und Fortbildung der Schulleiter/in und Lehrer/innen geschaffen.

Die Nachhaltigkeit vom Gesundheitsthema an Schulen wurde gesichert und Qualitätsentwicklungsprozesse, sowie Prozesse zur Qualitätssicherung von auswärtigen Dienstleister/innen wurden entwickelt.

Außerdem wurde ein Konzept vorgestellt, dass der Verbesserung der Gesundheitsbetreuung an Schulen in Österreich dienen soll (Die Schulen können ihre eigens gestaltete Gesundheitsstrategie anwenden).

⁴⁷ vgl.: Dür, W.; Gerhartl, M.; Spitzbart, S.; Delle Grazie, J.; Wilkens, E.; Redl, S.: Projekt Gesunde Schule, Endbericht S.3

⁴⁸vgl.: ebda. S.5

Ebenso wurden Entwürfe für die Anwendung von Gesundheitsförderung an österreichischen Schulen vorgelegt und bereits auch ausprobiert.⁴⁹

Hinzuzufügen wäre noch, dass gerade in der Schule Gesundheitsförderung besonders wichtig ist, denn die Schule bereitet uns auf unseren restlichen Lebensweg vor und gerade die frühe Gesundheitsförderung und die Beschäftigung mit dem Thema Gesundheit, könnte uns auf ein gesundheitsbewussteres Leben vorbereiten.



Abbildung 3: "Gesunde Schule" vom Bundesministerium für Gesundheit

4.4.2. „Füreinander Frauen – Power, Miteinander Power – Frauen“

Dieses Gesundheitskonzept wurde im Herbst 2005 von der „Kindernest“ gem. GmbH, einer Trägerorganisation der Jugendwohlfahrt in Kärnten, als Projekt der betrieblichen Gesundheitsförderung, ins Leben gerufen.

Diese Organisation betreibt in Kärnten 50 Kindergruppen und Kinderhorte und 12 Nachmittagsbetreuungsgruppen für Schüler/innen und legt großen Wert auf das Thema Gesundheit.⁵⁰

In der „Kindernest“ gem. GmbH sind größtenteils Frauen beschäftigt und deshalb wird besonderer Wert auf die Vereinbarkeit von Familienleben und Berufsleben gelegt. Aufgrund dessen, wurde 2005 das Projekt „Füreinander Frauen – Power, Miteinander Power – Frauen“ gestartet.⁵¹

⁴⁹ vgl.: Dür, W.; Gerhartl, M.; Spitzbart, S.; Delle Grazie, J.; Wilkens, E.; Redl, S.: Projekt Gesunde Schule, Endbericht S.5ff

⁵⁰ vgl.: <http://www.kindernest.or.at>

⁵¹ vgl.: Blickpunkt Kärnten S.8

Die erforderlichen Maßnahmen wurden zusammen mit den Mitarbeiter/innen für die Mitarbeiter/innen entworfen und betreffen die psychische und physische Gesundheit. Das Projekt lief über drei Jahre und die Mitarbeiter/innen hatte die Möglichkeit an verschiedenen Workshops, wie „Rückenfit am Arbeitsplatz“ oder Shiatsu teilzunehmen.

Außerdem wurden Vorträge zum Thema Raucherentwöhnung und Stressbewältigung angeboten, sowie Nordic Walking, Impfkationen und mehr.⁵²

Das erworbene Wissen der Mitarbeiter/innen kann bei der Kinderbetreuung und der eigenen Familie angewendet werden.

Außerdem konnten einige Mitarbeiter das Rauchen aufgeben.⁵³

Durch dieses Projekt wurde die Motivation der Mitarbeiter/innen gesteigert und dies zeigt sich darin, dass sich derzeit 85 Mitarbeiter/innen in Weiterbildung befinden.

Die Kosten für die Weiterbildung, werden vom Unternehmen getragen.⁵⁴



Abbildung 4: "Kinderneest"

„Die Kinderneest“ gem. GmbH wurde 2007 zum Frauen- und Familienfreundlichsten Betrieb Kärntens gekürt und erreichte den dritten Platz beim Bundeswettbewerb Frauen- und Familienfreundlichster Betrieb.

Auch das Projekt „Füreinander Frauen – Power, Miteinander Power – Frauen“ erhielt eine Auszeichnung, nämlich das Gütesiegel für betriebliche Gesundheitsförderung und das Zertifikat für „Model of Good Practice“.⁵⁵

⁵² vgl.: Blickpunkt Kärnten S.8

⁵³ vgl.: ebda.

⁵⁴ vgl.: ebda.

⁵⁵ vgl.: ebda.

4.5. Zusammenfassung

Das Gesundheitskonzept der Psychologie geht von einem Gesundheits- Krankheits Kontinuum aus, das heißt, Gesundheit und Krankheit schließt einander nicht aus. Das Hauptmerkmal, welches die Gesundheit positiv beeinflusst, ist das Wohlbefinden. Es resultiert aus psychischem, physischen und sozialen Wohlergehen.

Ein weiterer Einflussfaktor ist der Stress. Stress muss nicht immer mit Negativem assoziiert werden, denn dieser hat sich aus dem Grund entwickelt um uns vor Gefahren schützen zu können. Wirkt der Stress jedoch dauerhaft auf uns ein, kann dies natürlich ungesund sein.

Aus der Sicht der Psychologie, ist der Mensch ein ganzheitliches Wesen, das selbstständig handelt und zur eigenen Gesundheit beiträgt.

In der Biomedizin wird Gesundheit als Abwesenheit und das Gegenteil von Krankheit gesehen. Außerdem wird in diesem Konzept keinerlei auf die Gesundheitsförderung und Gesundheitsbewahrung Rücksicht genommen. Gesundheit und Krankheit wird allein durch somatische Faktoren erklärt. Die Psychosozialen Faktoren werden vernachlässigt.

Dies ist beim biopsychosozialen Gesundheitsmodell nicht der Fall. Es werden sowohl biologische, psychologische und auch soziale Einflussfaktoren bedacht.

Dem biomedizinischen und biopsychosozialen Gesundheitskonzept gegenüber stehen die Gesundheitskonzepte der Soziologie. In der Soziologie wird davon ausgegangen, dass jeder Mensch seine Gesundheit selbst erzeugt.

Bei Hurrelmann beeinflussen individuelle, wie gesellschaftliche Umstände die Gesundheit. Risiko- und Schutzfaktoren sollten im Gleichgewicht stehen. Hurrelmann sieht den Menschen auch ganzheitlich.

Antonovsky beschäftigt sich mit der Frage, was denn den Menschen gesund macht bzw. wie denn Gesundheit entsteht. Auch hier spielt die gesellschaftliche und individuelle Seite eine Rolle.

Das Salutogenesemodell geht von einem Gesundheits- Krankheits- Kontinuum aus und, dass der Mensch mehr oder weniger gesund ist. Die Geschichte des Menschen ist wichtig und der Mensch kann selbst entscheiden, ob er auf dem Gesundheits- Krankheits- Kontinuum in Richtung Gesundheit will oder nicht. Er ist aktiv an der Bildung seiner Gesundheit beteiligt. Geht der Mensch in Richtung Gesundheitspol

und nimmt dort einen Platz ein, so ist dafür (laut Antonovsky), das Kohärenzgefühl zuständig.

5. Fazit

Aufgrund dieser Arbeit, konnte ich mich selbst einmal mit dem Thema Gesundheit intensiv auseinandersetzen.

Bestimmte Begriffe waren auch für mich Neuland bzw. manche Begriffe verwendet man ständig, ohne genau darüber nachzudenken, was diese eigentlich bedeuten.

Ich muss gestehen, auch ich habe der Gesundheit nicht immer genügend Beachtung geschenkt, sie teilweise auch für selbstverständlich genommen und andere Dinge in den Vordergrund gestellt.

Ich finde es schade, dass sich das Gesundheitsverständnis vieler Menschen über die Jahrhunderte so sehr geändert hat, denn ich denke, die Völker, die mit der Natur in Einklang lebten, aber auch heute noch leben und auf ihre Gesundheit besonders Acht gegeben hatten und haben, waren und sind bei weitem glücklicher, als manche von uns.

Die Gesundheit ist ein wertvolles Gut und ein Begriff, der sich über Jahrtausende einem stetigen Wandel unterzog.

In der ganzen Kulturgeschichte über, konnte der Gesundheitsbegriff nie eindeutig definiert werden. Weder zur Zeit der Hochkulturen, der Antike und des Mittelalters, noch in der Neuzeit.

Das Gesundheitsverständnis reichte vom „leben im Einklang mit der Natur“, vom „finden der Mitte“ bis hin zu „Gesundheit und Krankheit als Forschungsobjekt“.

In der Wissenschaft gab es genauso Unterschiede, was die Gesundheitskonzepte betraf. Je nach Fachrichtung, gingen die Meinungen über die Gesundheit auseinander, obwohl man, wenn man genauer hinsieht, hin und wieder Übereinstimmungen feststellen kann.

1. Forschungsfrage: Wie hat sich das Gesundheitsverständnis im Laufe der Zeit verändert?

Ich bin zu folgendem Ergebnis der ersten Forschungsfrage gekommen:

Das Gesundheitsverständnis bei den Hochkulturen war sehr naturverbunden. Um gesund zu leben, musste man in Harmonie mit der Natur und Umwelt leben.

Hochkulturen waren Gesellschaftsordnungen, die an dasselbe glaubten, die eine eigene Sprache und Schrift hatten, die eine eigene Organisationsstruktur hatten und somit ein einheitliches Gesundheitsverständnis.

In der Antike, spielten auch die Götter eine wichtige Rolle, ebenso andere Dimensionen wie die Jahreszeiten, Organe, usw. Zwischen diesen Dimensionen musste ein Gleichgewicht bestehen und der Mensch versuchte die Mitte dieses Balanceaktes zu finden.

Das Mittelalter war eine dunkle Zeit und wurde von der „weltlichen“ und „geistlichen“ Macht zugleich beherrscht. Deshalb war auch das Gesundheits- und Krankheitsverständnis eng mit der Religion verbunden. Krankheit musste ertragen und akzeptiert werden. War man barmherzig und zeigte Reue, trug die zur Genesung bei. Außerdem waren es meist Geistliche, die ärztliche Tätigkeiten übernahmen.

In der Neuzeit erlebte die Religion immer wieder ein Auf und Ab. Technisierung und die Industrialisierung fanden statt. Im 19. Jahrhundert machte die Wissenschaft im Bereich der Medizin Fortschritte und entdeckte neue Forschungsfelder. Ab diesem Zeitpunkt wurde der Mensch immer mehr zum Forschungsobjekt.

Man kann also sehen, dass sich das Gesundheitsverständnis über die Jahre hinweg unterschiedlich geändert hat. Teilweise hat es sich weiterentwickelt und teilweise haben die Menschen auch wieder vergangene Auffassungen angenommen, wie z.B. die Bedeutung der Religion, das geistige Wissen und die Verbundenheit zu der Natur.

2. Forschungsfrage: Welche Gegensätze bestehen zwischen den unterschiedlichen Gesundheitskonzepten?

Meine Antwort auf die zweite Forschungsfrage lautet:

Die Unterschiede liegen größtenteils darin, dass die Gesundheitskonzepte von verschiedenen wissenschaftlichen Bereichen definiert wurden.

Trotzdem kann man erkennen, dass es auch gewisse Übereinstimmungen gibt.

Das Gesundheitskonzept der Psychologie zum Beispiel geht von einem Gesundheits- Krankheits- Kontinuum aus, ebenso wie die Salutogenese von Antonovsky. Antonovsky ist der Meinung, dass die Individuen selbst und aktiv an der Gesundheitsherstellung beteiligt sind. Hier spielt die Gesellschaft und das Individuum eine Rolle. In der Psychologie das psychische, physische und soziale Wohlergehen. In der Biomedizin, wird die psychosoziale Variable vernachlässigt und Gesundheit wird als Abwesenheit und Gegenteil von Krankheit konzipiert.

Das zweite Modell der Medizin aber, das biopsychosoziale Modell, stützt sich wiederum auf die psychischen, physischen und sozialen Einflussfaktoren. Das heißt, hier wird der Mensch ganzheitlich gesehen, was mit dem Gesundheitskonzept von Hurrelmann vergleichbar ist. Im Gegensatz dazu ist Hurrelmann aber der Annahme, dass der Mensch seine Gesundheit eigenständig herstellt.

Die Gesundheitskonzepte von Hurrelmann und Antonovsky und das der Psychologie, sehen den Menschen als ein biopsychosoziales Geschöpf, das aktiv an der Gesundheit beteiligt ist.

Die Hypothese lautet:

Der gesellschaftliche Wandel führt zu unterschiedlichen Gesundheitskonzepten und dem veränderten Gesundheitsverständnis.

Da sich die unterschiedlichen Gesundheitskonzepte und das Gesundheitsverständnis über eine sehr lange Zeitspanne hin gezogen haben, kann man durchaus annehmen, dass die Gesellschaft an diesem Wandel beteiligt ist.

Meiner Meinung nach, hat die Gesellschaft enormen Einfluss auf die Gesundheit und auch auf das Gesundheitsverständnis.

Bei der Entwicklung des Gesundheitsverständnisses, kann man beobachten, dass sich dieses von Kultur zu Kultur und von Epoche zu Epoche unterscheidet.

Die Veränderungen finden zuerst im kleinen Kreis statt und weiten sich dann nach und nach auf die Gesellschaft aus.

Während der Hochkulturen, war es die Natur, die ausschlaggebend für das Gesundheitsverständnis war. Im Mittelalter war es die Religion(zusammen mit dem Adel), die die Gesellschaft regierte, was sich im Gesundheitsverständnis widerspiegelte.

In der Neuzeit wurde die Gesellschaft davon getrieben, (neue)wissenschaftliche Erkenntnisse zu liefern, wobei die Gesundheit und die Krankheit immer mehr Objekt der Forschung wurden und der Mensch selbst in den Hintergrund treten musste.

Die Gesellschaft strebte stets danach, neue Erkenntnisse zu gewinnen, nicht nur im Bereich der Gesundheit.

Deshalb bin ich auch der Meinung, dass die Veränderungen des Gesundheitsverständnisses von der Gesellschaft abhängen.

Ich denke, dass die Unterschiede der wissenschaftlichen Gesundheitskonzepte nicht unbedingt direkt dem gesellschaftlichen Wandel zuzuschreiben sind, sondern eher dem Fachbereich (Medizin, Soziologie, Psychologie), aus dem heraus die Gesundheitskonzepte entstehen.

6. Literaturverzeichnis

Antonovsky, A.: Salutogenese, Zur Entmystifizierung der Gesundheit, deutsche erweiterte Herausgabe von Alexa Franke, Tübingen 1997.

Belz–Merk, M.: Gesundheit ist Alles und alles ist Gesundheit, Die Selbstkonzeptforschung zur Beschreibung und Erklärung subjektiver Vorstellungen von Gesundheit und Gesundheitsverhalten, Frankfurt am Main 1995.

Blickpunkt Kärnten(2009): „Frauen - Power“ – für- und miteinander, Nr.252/22, S.8

Dür, W.; Gerhartl, M.; Spitzbart, S.; Delle Grazie, J.; Wilkens, E.; Redl, S.: Projekt Gesunde Schule, Endbericht, Wien 2009.

Engel, G.: Die Notwendigkeit eines neuen medizinischen Modells, Eine Herausforderung der Biomedizin, In: Keupp, H. (Hg.): Normalität und Abweichung, Fortsetzung einer notwendigen Kontroverse, München 1979.

Hinghofer-Szalkay, I.: Pädagogische und Anthropologische Aspekte von Wohlbefinden und Gesundheit, Eine kritische Analyse individueller Einflussgrößen, Graz, Univ. Diss. 1993.

Hurrelmann, K.: Gesundheitssoziologie, Eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien von Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung, 4. Aufl., München 2000.

Kriechbaum, N.; Pesendorfer, E.; Pesendorfer, F.: Gesundheitsbewusstsein, 1. Aufl., Wien 1987.

Leitner, C.: Gesundheitsbildung- und konzepte in gesellschaftlichen Zusammenhängen – anhand von ausgewählten Beispielen, Graz, Dipl. Arb. 2006.

Noack, H.: Gesundheit: Medizinische, psychologische und soziologische Konzepte, In: Gawatz, R.; Noack, H. (Hg.): Soziale Konstruktionen von Gesundheit, Wissenschaftliche und alltagspraktische Gesundheitskonzepte, Ulm 1993.

Schachenhofer, B.: Gesundheitsbewusstsein versus Selbstbeteiligung, Über die Notwendigkeit einer Bewusstseinerweiterung hinsichtlich unserer Gesundheit, Linz 1997.

Internet:

APA-OTS - Originaltext Service, Wien

<http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20070406_OTS0018>

[15.10.2009 12:13]

Austria Forum, Fakultät für Informatik, TU Graz, Graz, 2009

<http://austria-forum.org/wbtmaster/threads/aeiou/glossary/j639423_htm.htm>

[19.10.2009 18:45]

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Berlin

<<http://www.bmfsfj.de/Publikationen/genderreport/8-Gesundheitsstatus-und-gesundheitsrisiken-von-frauen-und-maennern/8-1-einleitung.html>>

[15.10.2009 14:36]

Fonds Gesundes Österreich, Gesundheit Österreich GmbH, Wien, 2005

<<http://www.fgoe.org/>> [14.10.2009 21:45]

„Kindernest“ gem. GmbH, Klagenfurt

<<http://www.kindernest.or.at>> [21.10.2009 17:45]

Universität Freiburg, Freiburg

<<http://www.unifr.ch/spc/UF/94avril/el-giamal.html>> [20.10.2009 17:03]

7. Abbildungsverzeichnis

WM – Berichtsheft, WM – Software, Pegnitz, Deutschland

Deckblatt: URL: http://wm-berichtsheft.de/Eckersdorf/k_bilder/gesundheit.jpg

[19.10.2009 18:53]

Eridanos, Zentrum für Salutogenese und Tenerife, Candelaria, Teneriffa, 2007

Abb.1: URL: <http://www.centro-eridanos.com/images/asklepiosundhygieia.jpg>

[19.10.2009 18:50]

Ge.on Team GmbH, Gesundheitsmanagement, Bremen, Deutschland

Abb.2: URL: <http://www.geonteam.de/UserFiles/Image/Salutogenese.jpg>

[20.10.2009 14:13]

Bundesministerium für Gesundheit, Wien, Österreich

Abb.3: URL: http://www.bmg.gv.at/cms/site/attachments/8/3/5/CH0776/CMS1201517162723/logo2_mittel.jpg

[20.10.2009 14:17]

Kindernest gem. GmbH, Klagenfurt, Österreich

Abb.4: URL: http://www.kindernest.or.at/images/index_02_start.png

[20.10.2009 14:30]