

## Vorwort

Der vorliegende Band ist der Gesundheitsbildung in der Schule unter besonderer Berücksichtigung der Aufgaben der Grundschule und des Sachunterrichts gewidmet. Dabei soll der Schwerpunkt nicht einfach auf dem Aufzählen von Fakten und Erkenntnissen aus Erziehungs- und Gesundheitswissenschaften liegen, sondern es soll ein theoretischer und zugleich praktischer Beitrag zur Gesundheitsbildung in der Schule geleistet werden. Mit anderen Worten: es geht uns einerseits um die Kennzeichnung eines in sich zusammenhängenden theoretischen Konzepts, welches auf abstrakt theoretischer Ebene das Wesen der Gesundheitsbildung abbildet und gleichzeitig um seine praktische Anwendung im Sinne des Aufsteigens vom Abstrakten zum Konkreten (Giest 2020). Damit ist der hohe Anspruch verbunden, Theorie und Praxis als Einheit zu entwickeln und darzustellen. Gleichzeitig wird die Voraussetzung dafür geschaffen, dass die Theorie, die ja stets mit Blick auf praktische Fragestellungen konkretisiert, d.h. angewendet werden muss, auf neu auftauchende Probleme und auf solche, die nicht im Band behandelt werden, angewandt werden kann. Insofern soll das Buch Gelegenheit zum selbstständigen Weiterlernen und Entwickeln der Theorie und Praxis der Gesundheitsbildung geben.

Im ersten Kapitel geht es daher vor allem um die abstrakte Grundlage dieser Bildung, die Begründung für Gesundheitsbildung, ihre Ziele und Inhalte sowie ihre didaktisch-methodischen Grundsätze. Die darauf folgenden weiteren Kapitel, die den größten Teil des Buches ausmachen, widmen sich praktischen Fragestellungen, wobei die zuvor entwickelte Theorie angewandt wird. Im zweiten Kapitel wird nach zentralen Gesundheitsproblemen in Gegenwart und Zukunft gefragt, um die inhaltlichen Schwerpunkte der Gesundheitsbildung begründen zu können. Das dritte und vierte Kapitel konkretisiert diese Fragestellung mit Blick auf die Kindheit und die Schule. Anschließend werden die herausgearbeiteten bedeutsamen Gesundheitsfragestellungen aus biotischer, psychischer und sozialer Sicht konkretisiert. Das Buch schließt mit einer kritischen Bilanz, die Möglichkeiten aber auch Grenzen der Gesundheitsbildung deutlich machen soll.

Welche pädagogischen Grundfragen sind zunächst zu beantworten? Offenbar handelt es sich im Falle der Gesundheitsbildung und -erziehung um ein pädagogisches Geschehen, ein bestimmtes Verhältnis zwischen Erzieher<sup>1</sup> und Zögling oder dem sich bildenden Schüler und dem mit dem entsprechenden Bildungsauftrag versehenen Lehrer. Daher muss zum Verhältnis von Bildung und Erziehung Stellung genommen werden. Grob gesagt geht es um die Einheit von Bildung und Erziehung, denn Bildung verläuft nicht voraussetzungslos. Schule hat die entsprechenden Voraussetzungen zu schaffen.

Bildung und Erziehung bilden eine Einheit, sind aber nicht identisch. Sie müssen in einen Entwicklungszusammenhang eingeordnet werden, der diese Einheit bestimmt. Bildung, darauf gerichtet, dass der sich Bildende in die Lage versetzt wird, mündig zu handeln, für sich und die Gesellschaft Verantwortung zu übernehmen, ist nicht angeboren, sondern

---

<sup>1</sup> Wir nutzen mit Blick auf die in der klassischen pädagogischen Literatur zu findenden Begriffe ebenfalls das generische Maskulinum, um den theoretischen Kontext zu wahren.

muss aktiv über Lernen erworben werden. Da aber das Leben von Beginn an in der Gesellschaft verläuft, an diese gebunden ist und die ihr entsprechenden Verhaltensweisen erforderlich macht, müssen diese zunächst auf anderem Wege als über die Bildung angeeignet werden. Dies erfolgt über die zwar auch aktive, aber durch Erziehung geführte Anpassung an die Bedingungen des Lebens in der Gesellschaft.

Zum Beispiel können Verhaltensweisen (Hygiene) effektiv gewohnheitsmäßig ausgebildet werden, ohne dass der Zögling sie sich bewusst und reflexiv angeeignet hat. Darin besteht ein Vorteil der Erziehung, der Nachteil der so angeeigneten Verhaltensweisen besteht darin, dass sie nicht selbst verändert werden können oder wenn, dann nur mit größter Mühe.

Um das eigene Verhalten an sich verändernde Umweltbedingungen aktiv und flexibel anpassen oder aber diese Umweltbedingungen den eigenen Bedürfnissen entsprechend verändern zu können, bedarf es der Fähigkeit zum bewussten und reflektierten Handeln auf der Grundlage einer entsprechenden Bildung. Die Persönlichkeitsentwicklung muss sich daher bei noch fehlender Bildung von der Dominanz der Erziehung ausgehend in Richtung der Bildung vollziehen, damit Erziehung, die von außen kommt und in gewisser Weise zur Anpassung zwingt, auf das höhere Niveau der Selbsterziehung (das ist eine Wirkung von Bildung) gehoben werden. (Dies gilt generell, nicht nur für die Gesundheitserziehung und -bildung.)

Gesundheit ist an das Leben gebunden, nicht Lebendes kann weder krank noch gesund sein. Daher müssen wir uns kurz der biologischen Strukturebene der Materie (philosophisch der lebenden Materie) zuwenden. Alles Leben ist gekennzeichnet durch bestimmte Grundvorgänge: Entwicklung, Stoffwechsel, Fortpflanzung und Bewegung. Diese Grundvorgänge sind zu untersuchen und mit Blick auf den Gegenstand Gesundheit zu konkretisieren. Hauptsächlich handelt es sich beim Leben um einen Ausdruck der Aktivität, daher um ein Verhältnis zwischen Lebewesen und Umwelt.

Das uns hier hauptsächlich interessierende Lebewesen ist der Mensch. Daher interessiert uns aus biologischer Sicht zunächst die Besonderheit des Menschen hinsichtlich seiner Entwicklung, seines Stoffwechsels, seiner Fortpflanzung und Bewegung. Der Mensch ist jedoch ein sehr hoch entwickeltes Lebewesen. Ausdruck dieser hohen Entwicklung sind seine Psyche und soziale Lebensweise. Der Mensch lebt nicht nur in der natürlichen Umwelt, sondern zugleich in einer von ihm selbst geschaffenen sozialen Umwelt. Daher wird zu klären sein, welche Rolle die natürliche (innere und äußere Natur) und soziale Umwelt (Gesellschaft) sowie die Psyche des Menschen (inneres Milieu) hinsichtlich der Grundmerkmale seines Lebens spielen. Die drei genannten Aspekte bilden eine Einheit, daher wollen wir den Menschen als bio-psycho-soziale Einheit (Humanontogenetik) auffassen. Menschliche Lebensprozesse sind durch die Wechselwirkung von natürlicher, sozialer Umwelt und seiner Psyche bedingt. Sie auf nur einen oder zwei Faktoren zu reduzieren, würde bedeuten, den Menschen nicht richtig erklären zu können.

Und schließlich, in gewisser Weise damit zusammenhängend, muss auch noch entwickelt dargestellt werden, von welcher Auffassung von Gesundheit wir ausgehen wollen. Dabei wird die besondere Aktivität des Menschen (Tätigkeit) zu beachten sein. Daher gehen wir

nicht von der Frage aus, wie der Mensch krank wird (Pathogenese), sondern von der, wie er gesund bleibt bzw. wieder wird (Salutogenese).

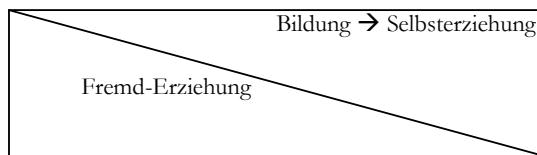
Damit sind die Kernpunkte der Theorie umrissen, die wir unserem Ansatz der Gesundheitsbildung zugrunde legen wollen.

#### *Begriffliche Klärung:*

*Aufgabe der Grundschule* = Grundlegung der Bildung im Sinne des Erwerbs von Lern- und Handlungskompetenz bzgl. der Gestaltung des eigenen Lebens in der Gesellschaft sowie hinsichtlich des weiteren Bildungsganges, was alle Persönlichkeitseigenschaften (PersönlichkeitSENTwicklung) betrifft.

*Aufgaben des Sachunterrichts* = Kinder in die Lage versetzen, sich ihre Lebenswirklichkeit zu erschließen, d.h. sich als Kind (sich kulturell entwickelnder junger Mensch) aktiv mit ihrer natürlichen, sozialen Um-Welt und der eigenen psychischen In-Welt – diese tätig/kompetent gestaltend – auseinander zu setzen sowie Voraussetzungen für den weiteren Bildungsgang in der Schule (z.B. bezüglich des Fachunterrichts) zu erwerben.

*Einheit von Bildung und Erziehung* = Bildung und Erziehung, wie auch Gesundheitserziehung und -bildung müssen in einen Entwicklungszusammenhang eingeordnet werden: oberstes Bildungsziel ist die Mündigkeit (Kompetenz auf der Basis erworbener Bildung und deren eigenständige Erweiterung – Selbsterziehung/ Selbsttätigkeit –, bestimmte Entscheidungen treffen und eigenständig und verantwortlich handeln zu können); Bildung ist notwendiges Mittel, um Mündigkeit erwerben zu können. Da die kindliche Entwicklungsaufgabe der Bildungserwerb ist, kann eigenverantwortliches Handeln und Verhalten z.B. mit Blick auf die Förderung von Gesundheit (u.a. in Bezug auf Ernährung, Bewegung, soziale und psychische Anforderungen) nicht schon vorausgesetzt werden. Kompensiert werden die entwicklungsbedingten Bildungsdefizite über Erziehung, in deren Rahmen über Information und Gewohnheitsbildung gesundheitsrelevante Verhaltensweisen (ohne eine tiefgehende sinnstiftende Begründung) anerzogen werden. Erziehung zielt vorrangig auf Verhalten, Bildung auf Kompetenz bzw. Handeln. Durch Gesundheitsbildung wird es möglich, Gesundheitserziehung im eigenverantwortlichen Gesundheitshandeln („Selbsterziehung“) aufzuheben.



*Gesundheit* = die Fähigkeit (und nicht die Eigenschaft!) eines Menschen, ein Gleichgewicht zwischen den Abwehrmechanismen und Potenzialen des Organismus und der Psyche (den vorhandenen Ressourcen) und den krankmachenden Einflüssen der natürlichen und sozialen Umwelt zu erhalten bzw. immer wieder herstellen zu können (vgl. Antonovskij 1997a, b, Wulffhorst & Hurrelmann 2009, Franzkowiak & Hurrelmann 2022). Gesundheit ist a) von den biotischen, psychischen und sozialen Lebensbedingungen der Menschen und b) von ihrer eigenen Aktivität (Verhalten, Tätigkeit) abhängig.

*Gesundheitsbildung* = Erwerb der/und Kompetenz, bestimmte auf den Erhalt und die Förderung von Gesundheit gerichtete Entscheidungen treffen und eigenständig und verantwortlich handeln zu können.

*Gesundheitserziehung* = Erwerb von auf den Erhalt und die Förderung von Gesundheit gerichtetem Verhalten zunächst im Sinne der Anpassung an die vom Erzieher/der vor allem sozialen Umwelt gesetzten Verhaltensregeln und zunehmend aufgehoben in der Selbsterziehung auf der Grundlage von Bildung.

*Entwicklung* = generell die Veränderung als Funktion der Zeit, in unserem Kontext die „im Verlauf der Ontogenese auftretenden regelhaften Veränderung der Erlebnis- und Handlungsmöglichkeiten“ des Kindes (Weinert & Weinert 2017, 127, Wirtz 2017, 487ff.).

*Ernährung/ Stoffwechsel/Metabolismus* = Aufnahme und Verarbeitung (chemische Umwandlungen) von Stoffen im Körper von Lebewesen zum Aufbau, Abbau und Ersatz bzw. Erhalt der Körpersubstanz (Baustoffwechsel) sowie der Energiegewinnung für energieverbrauchende Aktivitäten (Energiestoffwechsel) und damit der Aufrechterhaltung der Körperfunktionen und somit des Lebens.

*Fortpflanzung (Reproduktion)/ Sexualität* = Erzeugung neuer, eigenständiger Nachkommen eines Lebewesens (geschlechtliche Fortpflanzung – zwei Geschlechter paaren sich, ungeschlechtliche Fortpflanzung ohne Paarung)/ Gesamtheit der auf das Geschlecht bezogenen Verhaltensweisen und Lebensäußerungen. (Es wird zwischen biologischem Geschlecht und sozialem, rechtlichem Geschlecht = Gender unterschieden.)

*Bewegung/ körperliche Aktivität* = aktive Ortsveränderung eines Individuums mit oder ohne Hilfsmittel, angetrieben aus eigener Kraft durch geeignete Bewegung von Gliedmaßen oder anderer anatomischer Teile bzw. Geräte. Formen sind Laufen, Gehen, Klettern, Hangeln, Kriechen, Schwimmen, Fahrradfahren, Skilaufen, Skaten, Rollschuhfahren u.a.

*Natur* = Gegenbegriff zur Gesellschaft, alles was ohne Zutun des Menschen existierte und existiert bzw. von diesem nicht geschaffen wurde.

*Kultur* = Gesamtheit der im sozialen Verkehr der Menschen durch deren Tätigkeit geschaffenen ideellen und materiellen Tätigkeitsprodukte (Dinge, Werte, Vorstellungen ...), die das Leben in der menschlichen Gesellschaft ausmachen (und nicht die für bestimmte Kulturregionen relevanten Besonderheiten).

*Gesellschaft* = Gemeinschaft von Menschen, die durch ihr Zusammenwirken in der Lage ist, mittels bestimmter sozialer Funktionen (z.B. Arbeit) die menschlichen Bedürfnisse zu befriedigen.

*Psyche* = Gesamtheit aller hirnbasierten (Hirn = Organ der Psyche) internen Eigenschaften und Persönlichkeitsmerkmale eines Individuums oder speziell eines Menschen. Psyche ist als Ergebnis und Funktion des Hirns ideell – im Gegensatz zum Hirn selbst, welches Bestandteil der Materie ist.

*Vertiefende Literatur:*

Franzkowiak, P. & Hurrelmann, K. (2022): Gesundheit. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.): Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden. <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4>

i023-1.0.

Zum philosophischen, methodologischen bzw. auch allgemein psychologischen Ansatz vgl. Giest, H. (2025): Auf dem Weg zu einer Allgemeinen Kulturhistorischen Psychologie. Tätigkeitstheorie, 16; <http://www.ich-sciences.de/pages/de/journal.php>.

*Lesehinweis:* Das Buch richtet sich vor allem an Studierende und Lehrkräfte der Unter- und Mittelstufe. Sein Ziel besteht darin, ein für den Unterricht unabdingbares Überblickswissen zu präsentieren. Spezialwissen aus medizinischer, psychologischer und sozialwissenschaftlicher Sicht wird nicht dargestellt. Basisinformationen werden im Text durch Zusatz- bzw. vertiefende Informationen ergänzt (Kästen). Hinweise auf vertiefende Literaturempfehlungen wurden aufgenommen.

Wir danken Herrn Dr. med. Henning Giest für die humanmedizinische Beratung.