

Inhalt

Teil I	Einführung	13
1	Gesundheit im Brennpunkt	14
1.1	Was ist Gesundheitsförderung? Wem nützt Gesundheitsförderung? Wessen Aufgabe ist Gesundheitsförderung?	14
2	Geschichtliche Entwicklung und kulturelle Wurzeln der Begriffe „Gesundheit“ und „Krankheit“	17
Teil II	Individuum und Gesundheit	24
3	Subjektive und wissenschaftliche Vorstellungen von Gesundheit	26
3.1	Gesundheit – ein mehrdimensionaler Begriff	27
3.2	Subjektive Gesundheitsvorstellungen	33
3.3	Einflussfaktoren auf Gesundheit und Krankheit	38
3.4	Gesundheitskompetenz	52
Teil III	Prävention und Gesundheitsförderung	59
4	Prävention	60
4.1	Formen von Präventionsmaßnahmen	61
4.2	Kritik am Konzept der Prävention	67
5	Gesundheitsförderung	68
5.1	Ansätze und Methoden der Gesundheitsförderung	70
5.2	Gesundheitserziehung versus Gesundheitsförderung	74

Teil IV Gesundheitsförderung in Gesellschaft und Politik

79

6	Die Weltgesundheitsorganisation (WHO)	82
6.1	Die Geschichte der WHO	82
6.2	Meilensteine der WHO.....	84
6.3	Projekte der WHO	90

Teil V Theoretischer Hintergrund..... 96

7 Wissenschaftliche Theorien über die Entstehung von Gesundheit und Krankheit..... 97

7.1	Lerntheorien	97
7.2	Persönlichkeitstheorien	105
7.3	Stress- und Bewältigungstheorien	110
7.4	Theorien zur Interaktions- und Sozialstruktur	114

8 Zusammenfassung der wichtigsten theoretischen Hauptströmungen120

8.1	Gesundheit als Bewältigung von Anforderungen	120
8.2	Gesundheit als Stadium des Gleichgewichts	121
8.3	Relative Gesundheit	122
8.4	Gesundheit als Reaktion auf gesellschaftliche Gegebenheiten	123

9 Modelle von Gesundheit und Krankheit125

9.1	Krankheitsmodelle	126
9.2	Belastungs- und Bewältigungsmodelle.....	127
9.3	Das Devianzmodell	128
9.4	Das sozialisationstheoretische Modell nach Klaus Hurrelmann.....	129
9.5	Das Mandala-Modell nach Trevor Hancock	131
9.6	Der Setting-Ansatz	132
9.7	Das Konzept der Salutogenese nach Aaron Antonovsky	134

Teil VI	Gesundheitsförderung in der Gesundheits- und Krankenpflege	152
10	Gesundheitsförderung als neues Teilgebiet der Krankenpflege	153
10.1	School Nurse	160
10.2	Family Health Nurse.....	162
11	Die Beratung als Instrument der Gesundheitsförderung...	163
11.1	Alltagsberatung – professionelle Beratung – Therapie	165
11.2	Beratung in der Gesundheits- und Krankenpflege	168
11.3	Theorien der Verhaltensänderung und ihre Umsetzung in die Praxis.....	170
11.4	Selbstmotivation der Betroffenen	178
11.5	Strategien zur Vermehrung der Einsicht in die eigene Person	180
11.6	Strategien zur Entscheidungsfindung	183
11.7	Strategien zur Erzielung von Verhaltensänderungen	186
11.8	Die wirkungsvolle Verwendung von Strategien.....	191
12	Gesundheitsförderung im Pflegeprozess – der Gesundheitsprozess	194
12.1	Pflegeprozess versus Gesundheitsprozess	194
12.2	Der Gesundheitsprozess.....	196
Anhang		207
	Kurzbiografien bedeutender Theoretikerinnen und Theoretiker	207
	Literaturverzeichnis	212
	Stichwortverzeichnis.....	220