

# Inhalt

<b>Teil I Einführung</b>	<b>13</b>
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
<b>Teil II Individuum und Gesundheit</b>	<b>24</b>
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
<b>Teil III Prävention und     Gesundheitsförderung</b>	<b>59</b>
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**

<b>6 Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) .....</b>	<b>82</b>
6.1 Die Geschichte der WHO .....	82
6.2 Meilensteine der WHO.....	84
6.3 Projekte der WHO .....	90
<b>Teil V Theoretischer Hintergrund.....</b>	<b>96</b>
<b>7 Wissenschaftliche Theorien über die Entstehung von Gesundheit und Krankheit.....</b>	<b>97</b>
7.1 Lerntheorien .....	97
7.2 Persönlichkeitstheorien .....	105
7.3 Stress- und Bewältigungstheorien .....	110
7.4 Theorien zur Interaktions- und Sozialstruktur .....	114
<b>8 Zusammenfassung der wichtigsten theoretischen Hauptströmungen .....</b>	<b>120</b>
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
<b>9 Modelle von Gesundheit und Krankheit .....</b>	<b>125</b>
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**

<b>10 Gesundheitsförderung als neues Teilgebiet der Krankenpflege .....</b>	<b>153</b>
10.1 School Nurse .....	160
10.2 Family Health Nurse.....	162
<b>11 Die Beratung als Instrument der Gesundheitsförderung...163</b>	
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
<b>12 Gesundheitsförderung im Pflegeprozess – der Gesundheitsprozess .....</b>	<b>194</b>
12.1 Pflegeprozess versus Gesundheitsprozess .....	194
12.2 Der Gesundheitsprozess.....	196

## **Anhang**

**207**

Kurzbiografien bedeutender Theoretikerinnen und Theoretiker .....	207
Literaturverzeichnis .....	212
Stichwortverzeichnis.....	220