

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.....	34
3.3 Einflussfaktoren auf Gesundheit und Krankheit	39
3.4 Gesundheitskompetenz	56
Teil III Prävention und Gesundheitsförderung	64
4 Prävention	65
4.1 Formen von Präventionsmaßnahmen	66
4.2 Prävention – eine kritische Betrachtung.....	73
5 Gesundheitsförderung	75
5.1 Ansätze und Methoden der Gesundheitsförderung	76
5.2 Gesundheitserziehung versus Gesundheitsförderung.....	81
5.3 Gesundheitsförderung versus Selbstoptimierung	84

Teil IV Gesundheitsförderung in Gesellschaft und Politik

87

6 Die Weltgesundheitsorganisation (WHO)	90
6.1 Die Geschichte der WHO	90
6.2 Meilensteine der WHO	92
6.3 Projekte der WHO.....	98

Teil V Theoretischer Hintergrund

107

7 Wissenschaftliche Theorien über die Entstehung von Gesundheit und Krankheit	108
7.1 Lerntheorien.....	108
7.2 Persönlichkeitstheorien	116
7.3 Stress- und Bewältigungstheorien.....	120
7.4 Theorien zur Interaktions- und Sozialstruktur	125
8 Zusammenfassung der wichtigsten theoretischen Hauptströmungen	131
8.1 Gesundheit als Bewältigung von Anforderungen.....	131
8.2 Gesundheit als Stadium des Gleichgewichts.....	132
8.3 Relative Gesundheit	133
8.4 Gesundheit als Reaktion auf gesellschaftliche Gegebenheiten.....	134
9 Modelle von Gesundheit und Krankheit	136
9.1 Krankheitsmodelle.....	137
9.2 Belastungs- und Bewältigungsmodelle.....	138
9.3 Das Devianzmodell.....	139
9.4 Das sozialisationstheoretische Modell nach Klaus Hurrelmann	140
9.5 Das Mandala-Modell nach Trevor Hancock	142
9.6 Der Setting-Ansatz	143
9.7 Das Konzept der Salutogenese nach Aaron Antonovsky.....	145

Teil VI Gesundheitsförderung in der Gesundheits- und Krankenpflege

163

10	Gesundheitsförderung als neues Teilgebiet der Krankenpflege.....	164
10.1	School Nurse.....	171
10.2	Family Health Nurse	173
10.3	Community Health Nurse	175
11	Die Beratung als Instrument der Gesundheitsförderung.....	176
11.1	Alltagsberatung – professionelle Beratung – Therapie	179
11.2	Beratung in der Gesundheits- und Krankenpflege	182
11.3	Theorien der Verhaltensänderung und ihre Umsetzung in die Praxis	185
11.4	Selbstmotivation der Betroffenen.....	193
11.5	Strategien zur Vermehrung der Einsicht in die eigene Person	195
11.6	Strategien zur Entscheidungsfindung	198
11.7	Strategien zur Erzielung von Verhaltensänderungen.....	201
11.8	Die wirkungsvolle Verwendung von Strategien	206
12	Gesundheitsförderung im Pflegeprozess – der Gesundheitsprozess	209
12.1	Pflegeprozess versus Gesundheitsprozess	209
12.2	Der Gesundheitsprozess	210
Anhang		221
	Kurzbiografien bedeutender Theoretiker*innen	221
	Literaturverzeichnis	226
	Stichwortverzeichnis.....	235
	Abbildungsverzeichnis	239
	Tabellenverzeichnis	240