

Inhalt

Teil I Einführung 13

1 Gesundheit im Brennpunkt14

- 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 Präventionsmaßnahmen66
- 4.2 Prävention – eine kritische Betrachtung.....73

5 Gesundheitsförderung 75

- 5.1 Ansätze und Methoden der Gesundheitsförderung76
- 5.2 Gesundheitserziehung versus Gesundheitsförderung81
- 5.3 Gesundheitsförderung versus Selbstoptimierung 84

87

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 Krankenpflege182
- 11.3 Theorien der Verhaltensänderung
und ihre Umsetzung in die Praxis185
- 11.4 Selbstmotivation der Betroffenen.....193
- 11.5 Strategien zur Vermehrung der Einsicht
in die eigene Person195
- 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 Gesundheitsprozess209

- 12.1 Pflegeprozess versus Gesundheitsprozess 209
- 12.2 Der Gesundheitsprozess 210

Anhang 221

- Kurzbiografien bedeutender Theoretiker*innen 221
- Literaturverzeichnis 226
- Stichwortverzeichnis..... 235
- Abbildungsverzeichnis239
- Tabellenverzeichnis 240