

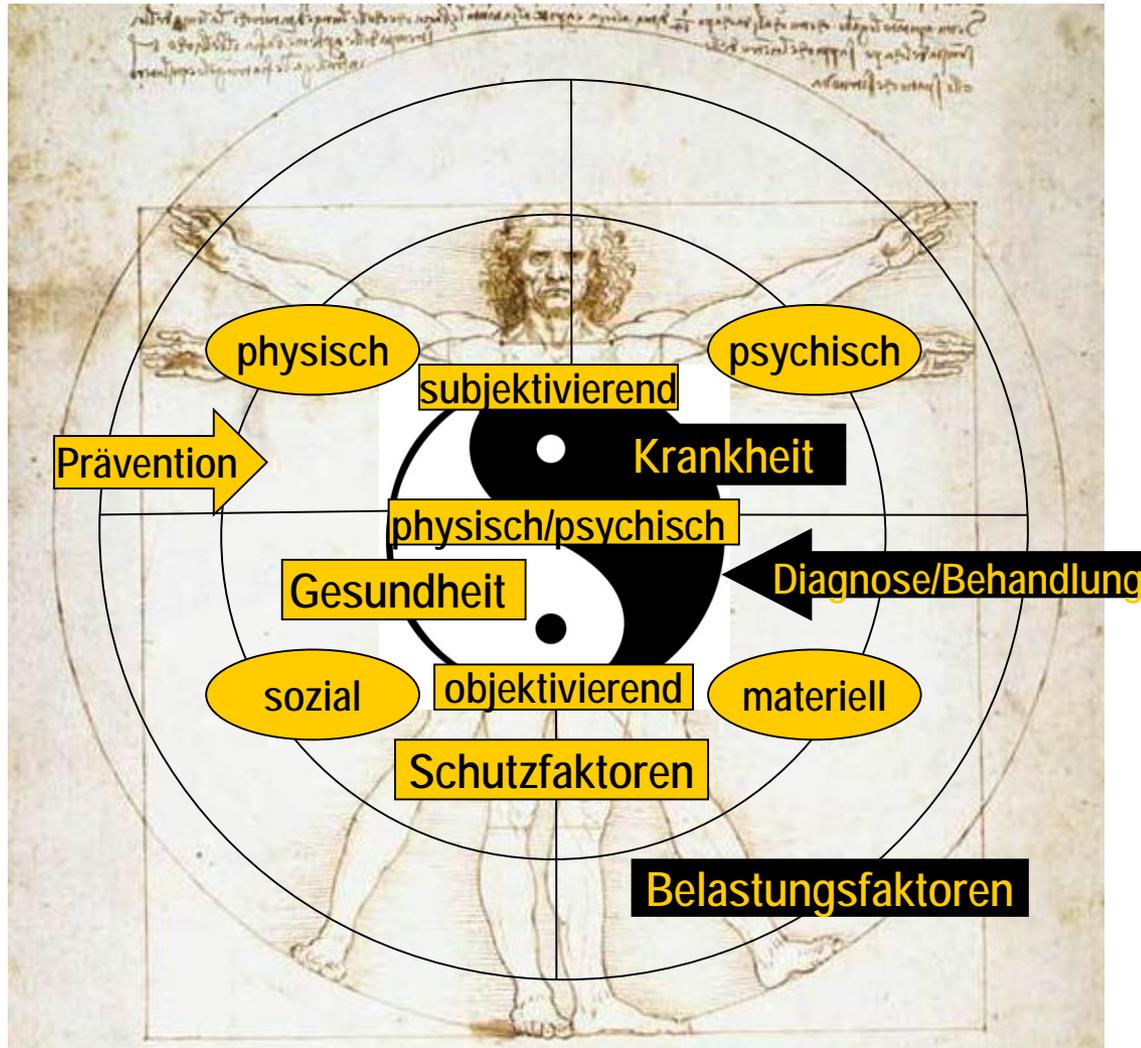
# Gesundheitskompetenz und Suchtprävention mit Blick auf die Lebenskompetenzen im Allgemeinen

Prof. Dr. Martin Hafen  
*Institut Sozialmanagement,  
Sozialpolitik und Prävention*  
martin.hafen@hslu.ch



Fachverband Sucht, Sitzung Fachgruppe Prävention  
Aarau, 12. Dezember 2017

# Was ist Gesundheit?



## Das Konzept der Gesundheitskompetenz

### Ein engeres und ein breiter gefasstes Verständnis

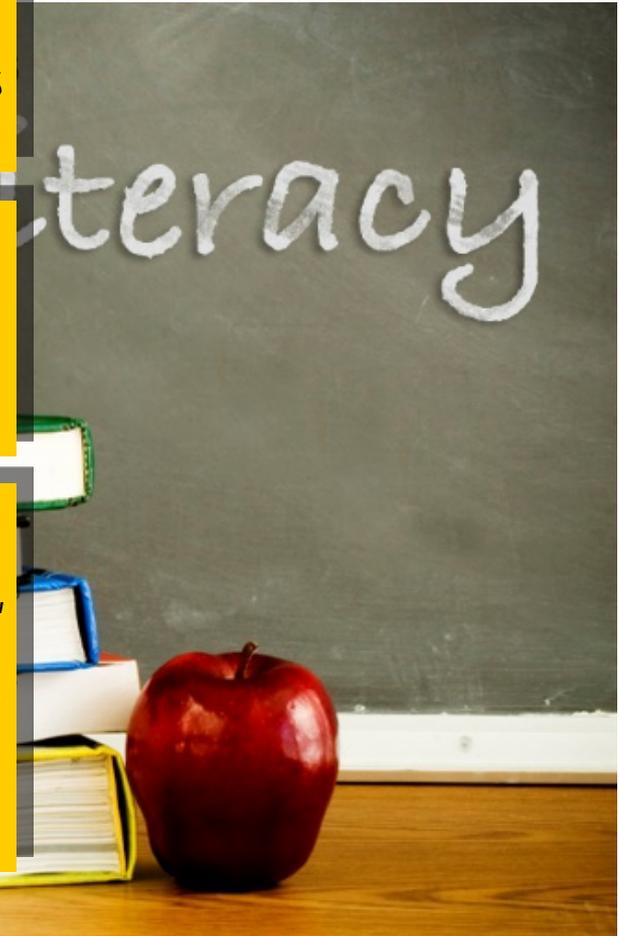
- das klinische Verständnis: Lesen von Gesundheitsinfos
- das Public Health Verständnis: die gesunde Wahl

### Die Definition von Nutbeam

- funktionale Gesundheitskompetenz
- kommunikative Gesundheitskompetenz
- kritische Gesundheitskompetenz

### Die Definition von Kickbusch

«Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit des Einzelnen, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken – zu Hause, in der Gesellschaft, am Arbeitsplatz, im Gesundheitssystem, im Markt und auf politischer Ebene.»



# Gesundheitskompetenz als wissensbasierte Kompetenz

Entscheidung als bewusste Wahl, als Ent-Scheidung

Zwei Ausprägungen von Wissen

- explizites und implizites Wissen
- deklaratives und prozedurales Wissen

Die unbewussten Aspekte der «healthy choice»

Rational choice-Theorien vs. Verhaltensökonomie

- System 1 (schnell) vs. System 2 (langsam)
- zahlreiche gesundheitsrelevante Verzerrungen

Verlässliche und weniger verlässliche Intuition

Gesundheitskompetenz und Lebenskompetenzen



## Die Form von Kompetenzen im Allgemeinen

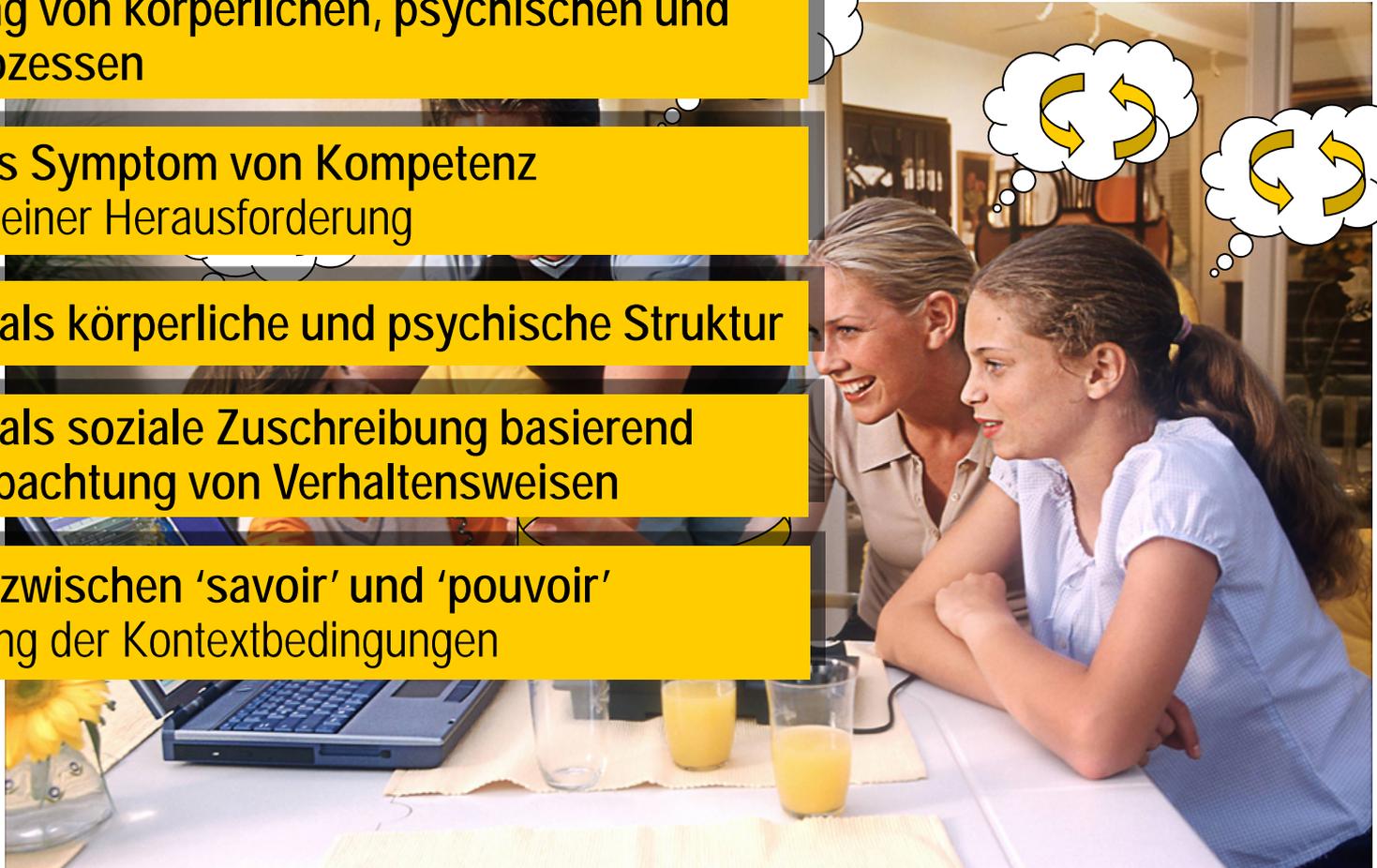
Die Trennung von körperlichen, psychischen und sozialen Prozessen

Verhalten als Symptom von Kompetenz  
Bewältigung einer Herausforderung

Kompetenz als körperliche und psychische Struktur

Kompetenz als soziale Zuschreibung basierend auf der Beobachtung von Verhaltensweisen

Kompetenz zwischen 'savoir' und 'pouvoir'  
Die Bedeutung der Kontextbedingungen



## Der Aufbau von Kompetenzen

Bewusste und unbewusste Erfahrungen im Zuge der Auseinandersetzung mit der Umwelt als Basis

Je konsistenter die Erfahrung, desto stabiler der der Aufbau oder Nichtaufbau von Kompetenzen als Aspekte der Persönlichkeit eines Menschen

Die Selbstorganisation des psychischen System und und die Dynamik seiner Umwelt

Die Konsequenz: Kompetenzen können nicht gelehrt, sondern nur durch Erfahrung erworben werden.

Die Bedeutung des Kompetenzerwerbs in der ersten Lebensphase



# Teilkompetenzen der Gesundheitskompetenz

Selbstregulationsfähigkeit

Selbstwirksamkeitserwartung

Risikokompetenz

Sprachkompetenz

Intelligenz

Konfliktfähigkeit

weitere Lebenskompetenzen



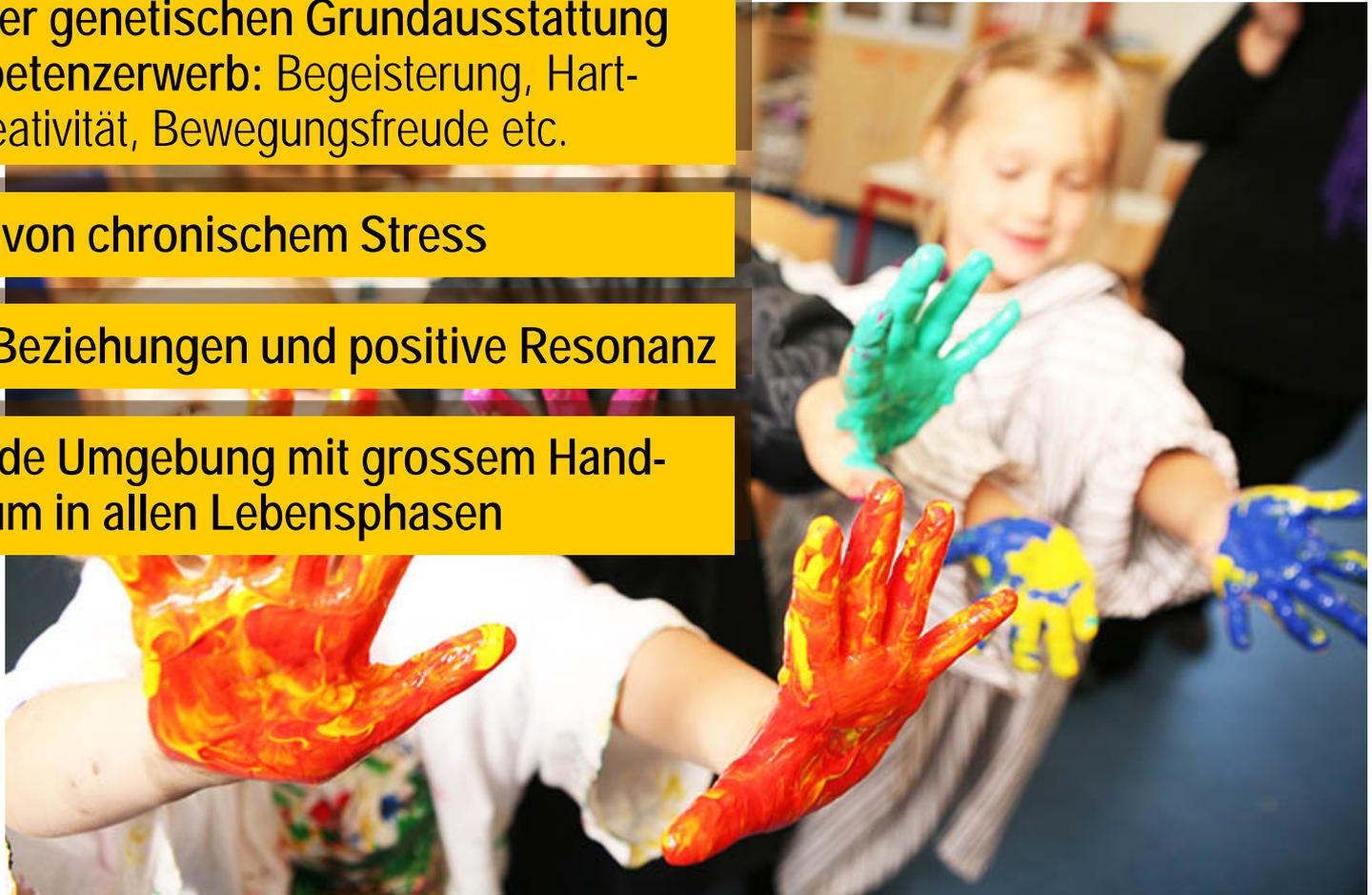
## Die Umweltbedingungen für den Kompetenzaufbau

Bewahrung der genetischen Grundausstattung für den Kompetenzerwerb: Begeisterung, Hartnäckigkeit, Kreativität, Bewegungsfreude etc.

Abwesenheit von chronischem Stress

Verlässliche Beziehungen und positive Resonanz

Eine anregende Umgebung mit grossem Handlungsspielraum in allen Lebensphasen



## Im Fokus: Lebenskompetenzen im Lehrplan 21

Frühe Selektion und Leistungsdruck

Fokussierung auf Fehlervermeidung

Der Fokus auf Schwächen statt Stärken

Geringer Einfluss auf Lerninhalte

Zu wenig individuumsgerecht

Zu wenig Bewegung und Kreativität

Konkurrenz statt Solidarität

Fazit: der LP 21 ist ok, aber nicht im Kontext der gängigen Schulstrukturen.



# Gesundheits-/Lebenskompetenzen in der Suchtprävention

Lebenskompetenzen als Schutzfaktoren

Viele der Lebenskompetenzen einer erweiterten Fassung von Gesundheitskompetenz schützen auch vor Sucht

Die Schwierigkeit der Kompetenzvermittlung

Die Bedeutung der Umweltbedingungen



## Abschliessende Bemerkungen

Das Konzept der Gesundheitskompetenz ist tendenziell zu reduktionistisch.

In einer erweiterten Fassung umfasst Gesundheitskompetenz zahlreiche Lebenskompetenzen

Viele dieser Lebenskompetenzen sind auch für die Suchtprävention von Bedeutung.

Kompetenzen können nicht gelehrt, sondern nur auf Basis von Erfahrungen erworben werden.

Es geht darum, in allen Lebensphasen Gelegenheiten für solche Erfahrungen zu schaffen.

Ich danke für die Aufmerksamkeit



## Zitierte und weiterführende Literatur

- Abel, Thomas; Sommerhalder, Kathrin (2007). *Gesundheitskompetenz: Eine konzeptuelle Einordnung*. Bericht zuhanden des Bundesamtes für Gesundheit. Bern: Universität Bern, Institut für Sozial- und Präventivmedizin.
- Abel, Thomas & Bruhin, Eva (2003). Health Literacy / Wissensbasierte Gesundheitskompetenz. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.), *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung* (S. 128-131). Schwabenstein a. d. Selz: Peter Sabo.
- Anderson, Kathryn H.; Foster, James E. & Frisvold, David E. (2010). Investing in health: the long-term impact of head start on smoking. *Economic Inquiry*, Vol. 48, No. 3, July 2010: 587–602.
- Barnett, W. Steven (2011). Effectiveness of Early Educational Intervention. *Science*, Vol. 333, August 2011: 975-978.
- Bauer, Joachim (2007). *Lob der Schule. Sieben Perspektiven für Schüler, Lehrer und Eltern*. Hamburg: Hoffmann&Campe.
- Blakemore, Sarah-Jayne (2012). *Imaging brain development: The adolescent brain*. *NeuroImage* 61: 397–406.
- Bühler, Anneke; Thurl, Johannes (2013). *Expertise zur Suchtprävention. Aktualisierte und erweiterte Neuauflage der ‚Expertise zur Prävention des Substanzmissbrauchs‘*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.
- Chisolm, Deena J.; Manganello, Jennifer A.; Kelleher, Kelly J. & Marshal, Michael P. (2014). Health literacy, alcohol expectancies, and alcohol use behaviors in teens. *Patient Education and Counseling*, Volume 97, Issue 2, November 2014, Pages 291–296.
- Departemente «Bildung, Kultur und Sport» (BKS) & «Gesundheit und Soziales» (DGS) des Kantons Aargau (Hrsg.) (2012). *Schwerpunktprogramm «gesund und zwäg i de Schuel»*. Aarau: BKS/DGS.
- Gigerenzer, Gerd (2013). *Risiko: Wie man die richtigen Entscheidungen trifft*. München: Bertelsmann.
- Hafen, Martin (2013). *Grundlagen der systemischen Prävention. Ein Theoriebuch für Lehre und Praxis*. Zweite, vollständig überarbeitete Auflage, Heidelberg: Carl Auer.
- Hafen, Martin (2014). *„Better Together“ - Prävention durch Frühe Förderung. Präventionstheoretische Verortung der Förderung von Kindern zwischen 0 und 4 Jahren*. Überarbeitete und erweiterte Version des Schlussberichtes zuhanden des Bundesamtes für Gesundheit. Luzern: Hochschule Luzern - Soziale Arbeit.
- Hafen, Martin (2015a). *Zur Bedeutung professioneller Arbeit im Kleinkindbereich - ein Argumentarium mit Blick auf theoretische Überlegungen, empirische Evidenz und erfolgreiche Praxis*. Bericht im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz. Bern/Lausanne: Gesundheitsförderung Schweiz.
- Hafen, Martin (2015b). Selbst- und Sozialkompetenzen in Ausbildungsgängen der Sozialen Arbeit. *Schweizerische Zeitschrift für Soziale Arbeit* 18, 7-23.

- Heckman, James J.; Masterov, Dimitriy V. (2007). The Productivity Argument for Investing in Young Children. *Review of Agricultural Economic*, Vol. 29, No. 3: 446-493.
- Hoff, Tanja; Klein, Michael; Arnaud, Nicolas; Bühler, Annekke; Hafen, Martin; Kalke, Jens; Lagemann, Christoph; Moesgen, Diana; Schulte-Derne, Frank & Wolstein, Jörg (2014): *Memorandum Evidenzbasierung in der Suchtprävention – Möglichkeiten und Grenzen*. Köln: Deutsches Institut für Sucht- und Präventionsforschung der Katholischen Hochschule NRW, Abt. Köln.
- Hüther, Gerald & Krens, Inge (2008). *Das Geheimnis der ersten neun Monate. Unsere frühesten Prägungen*. Weinheim und Basel: Beltz.
- Hüther, Gerald & Pilz, Jürgen (2012). *Nicht die Schule, sondern das Gehirn ist der Ort, wo gelernt wird*. proJugend 4/12: 4-9.
- Kahneman, Daniel (2012). *Schnelles Denken, langsames Denken*. München: Siedler..
- Kickbusch, Ilona (2006). *Die Gesundheitsgesellschaft*. Gamburg: Verlag für Gesundheitsförderung.
- Luhmann, Niklas (1994). *Soziale Systeme. Grundriss einer allgemeinen Theorie*. 5. Aufl. Frankfurt a. M.: Suhr-kamp.
- Luhmann, Niklas (2000). *Organisation und Entscheidung*. Opladen/Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Moffitt, Terrie E.; Arseneault, Louise; Belsky, Daniel ... & Caspi, Avshalom (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7): 2693–2698.
- Nutbeam, Dan (2000). *Health Literacy as a public goal*. *Health Promotion International*, 15 (3): 259-267.
- Polanyi, Michael (1967). *The Tacit Dimension*. New York: Anchor Books.
- Robinson, Ken (2015). *Creative Schools: The Grassroots Revolution That's Transforming Education*. In Zusammenarbeit mit Lou Aronica. New York: Viking.
- Roth, Gerhard (2012). *Persönlichkeit, Entscheidung und Verhalten. Warum es so schwierig ist, sich und andere zu verändern*. 7. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Ruhe, Inke (2013). Mehr Sicherheit für die Kleinsten. Gefahrenbewusstsein und Risikokompetenz fördern in der Krippe. *klein&groß, Zeitschrift für Frühpädagogik* 7/2013: 28-31.
- Shonkoff, Jack P. & Garner, Andrew S. (2012). The Lifelong Effects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress. In: *Pediatrics* 2012;129: e232–e246.
- Soellner, Renate; Huber, Stefan; Lenartz, Norbert & Rudinger, Georg (2010). Facetten der Gesundheitskompetenz – eine Expertenbefragung. *Zeitschrift für Pädagogik*, 56 Jg. 2010, Beiheft 56: 104-114.
- World Health Organization WHO (Hrsg.) (1998). *Health Promotion Glossary*. Geneva: WHO.