

Theorien und Konzepte des Gesundheitssports in Deutschland

VAK 11-56-2-M31-1a

Prof. Dr. Dietrich Milles
Dr. Hans-Jürgen Schulke

04.06.2007

Risiko und Risikogesellschaft

Risiko – Wagnis (etwas wagen, herausfordern)

Grundthese nach Ulrich Beck

„In der fortgeschrittenen Moderne geht die gesellschaftliche Produktion von Reichtum einher mit der gesellschaftlichen Produktion von Risiken.“

Die Verteilungsprobleme und –konflikte der Mangelgesellschaft werden durch die Probleme und Konflikte überlagert, die aus der Verteilung wissenschaftlich-technisch produzierter Risiken entstehen.“

→ Risikoverteilung ist anders gelagert: klassenunspezifisch, es kann jeden treffen

So wird Unsicherheit zu einem gesellschaftlichen allgemeinen Strukturprinzip

→ Probleme der Risikoverteilung werden wichtiger als die Konflikte der Reichtumsverteilung (Wer übernimmt die Verantwortung?)

Auswirkungen der „Modernisierung“ der Moderne:

- technologische Rationalisierung (Rationalisierung, Spezialisierung von Arbeits-Prozessen)
- Veränderung der Arbeit und Organisation
 - Wandel der Sozialcharaktere, Normalbiographien, Lebensstile, Einfluss- und Machtstrukturen, Politik

Der Mensch wird aus den traditionellen Zwängen und der damit vorhersehbaren Lebensführung und Lebensstrukturierung herausgelöst und ergeben sich daraus neue Risiken und Unsicherheiten.

Was ist Risiko?

Unsicherheit als soziales und technisches Problem:

- naturwissenschaftliche Schadstoffverteilungen
- soziale Gefährdungen (Arbeitslosigkeit)
- „Fremdwissenabhängigkeit“; Verlust der Wissensouveränität

Risikosysteme:

Verbrennungsmotor

Ehe

Unternehmen

Kernkraftwerk

Folgen für die Gesellschaft:

Psychisch:

- ausgeliefert sein, machtlos sein
- Leistungsdruck
- Angst (Unfall, Verlust des Arbeitsplatzes)
- Verlust sozialer Kontakte durch Arbeit
- Inflation „gefühlter Risiken“ führt zur Gleichgültigkeit

Körperlich

- Krankheit (Umweltgifte)
- geringere körperliche Kraft/ Fitness den Alltag zu meistern, Leistungsdruck auszuhalten
- Verlust von körperlicher Fitness durch Arbeitalltag (Büroarbeit)

Literatur

Beck, U. (1986) *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne.*

Suhrkamp. Frankfurt a. Main.

Bonß, W. (1995) *Vom Risiko. Unsicherheit und Ungewissheit in der Moderne.*

Hamburger Edition. Hamburg

Das Modell der Salutogenese

von Aaron Antonovsky (1923-1994) Soziologe, Medizinsoziologe, Stressforscher

Fragestellung:

Wie entsteht Gesundheit? oder Was hält Menschen gesund?

Warum bleiben Menschen trotz gesundheitsschädlicher Einflüsse gesund?

Wie schaffen es Menschen, sich von Krankheiten wieder zu erholen?

Warum werden Menschen trotz extremer Belastungen nicht krank?

Grundannahmen:

Krankheit und Gesundheit werden in einem Organismus nie als absolut angesehen.

Gesundheit wird als Prozess verstanden.

Ein Organismus muss Gesundheit in stetiger Auseinandersetzung mit der „Unordnung“ (Entropie) wieder aufbauen.

Hauptthese:

Ein stark ausgeprägtes Kohärenzgefühl ist für die erfolgreiche Bewältigung allgegenwärtiger Anforderungen und Stressoren, und damit für den Erhalt der Gesundheit der entscheidende Faktor. Das Kohärenzgefühl ist eine relativ stabile Eigenschaft, die durch individuelle, historische, soziale und kulturelle Bedingungen geprägt ist.

Elemente des Modells der Salutogenese:

Kohärenzgefühl:

Zusammenhang und Stimmigkeit von Ressourcenmobilisierung auf äußere Reizeinwirkung zur Wiederherstellung von Gesundheit

Gesundheits-Krankheits-Kontinuum:

Gesundheit und Krankheit als gegenüberstehende Pole, die nie absolut erfüllt werden können

Stressoren und Spannungszustände:

Stresserzeugende Reize, Stimuli, die ein Spannungszustand/ Ungleichgewicht im Organismus erzeugen und zu einer Belastung für den Organismus werden können

Generalisierte Widerstandsressourcen:

Potential von Faktoren zur Bewältigung von Spannungszuständen

Meine Definition:

Das Kohärenzgefühl beschreibt den *Zusammenhang* zwischen den auf den Organismus einwirkenden negativen Reizen und dem dementsprechenden Mobilisieren von Ressourcen zur Erhaltung bzw. Wiederherstellung von Gesundheit und die

Angemessenheit/ Stimmigkeit (Spezifität) in wiefern Strategien der Ressourcenmobilisierung auf die eintreffenden Reize erfolgen.

Einflussgrößen:

- Lebenserfahrung
- kulturelles Umfeld (Erziehung, Sozialisation)
- persönliche Einstellungen
- zufällige Ereignisse

Einfluss des Kohärenzgefühls auf die Gesundheit

Direkte Bewertung von Informationen (Reizen) und Abwägung deren Wirkung

→ Filter bei Informationsverarbeitung

Mobilisierung vorhandener Ressourcen

Gezieltes Entscheiden für gesundheitsfördernde Prozesse

Anwendungsgebiete:

Gesundheitsförderung und Prävention

Bsp.. Kontinuierlicher, Personengruppen übergreifender gesundheitsbezogener Entwicklungsprozess an Institutionen; Maßnahmen sollen soziale, ökonomische und kommunale Aspekte einbeziehen

Psychosomatik und Psychotherapie

Psychosomatische Krankheitsbilder, denen psychische Traumata zugrunde liegen

Einfluss von psychischen Prozessen auf Krankheitsverarbeitung und –verlauf

Rehabilitation

Verknüpfung von somatischen, funktionellen, beruflichen und psychosozialen

Maßnahmen Abbau Risikofaktoren, Risikoverhalten, Motivation zu eigenverantwortlichem Verhalten

Literatur

Bengel, J.; Strittmacher, R.; Willmann, H. (2001). *Was erhält Menschen gesund?*

Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert.

In: Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung Band 6. Köln.