



# Die Förderung von „Gesundheitskompetenz“

Grundlagen

# Impressum

Herausgeber: Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.  
Friedrich-Alfred-Str. 25  
47055 Duisburg  
www.lsb-nrw.de

Verantwortlich: Projektgruppe „Gesundheitskompetenz“ der „Aktion Zukunft Lernen“ in Nordrhein-Westfalen

Redaktion: Dr. Michael Matlik

Mitarbeit: Dr. Klaus Balster

Inhalt: Dr. Norbert Posse (Heinrich-Heine Universität Düsseldorf, Erziehungswissenschaftliches Institut)  
Prof. Dr. Edgar Beckers (Ruhr-Universität Bochum, Lehrstuhl für Sportpädagogik/Sportdidaktik)  
Hans-Georg Schulz (Landessportbund Nordrhein-Westfalen)  
Dr. Michael Matlik (Landessportbund Nordrhein-Westfalen)  
Dr. Klaus Balster (Landessportbund Nordrhein-Westfalen)

Mitarbeit: Marianne Middendorf (Geschäftsstelle Forum „Aktion Zukunft Lernen“)  
Giesbert Aluttis (IMAG Ernährung und Bewegung NRW, Innenministerium des Landes NRW)  
Harry von Bargaen (IMAG Ernährung und Bewegung NRW, Ministerium für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes NRW)  
Angela Clausen (Verbraucherzentrale NRW e.V.)  
Dr. h.c. Heinz Hundeloh (Unfallkasse NRW)  
Frauke Jacobsen (Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen)  
Hans Christian Markert (Ministerium für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes NRW)  
Sabine Schindler-Marlow (Ärztammer Nordrhein)  
Anja Schwierien (Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes NRW)  
Andreas G. Theis (IMAG Ernährung und Bewegung NRW, Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen)  
Wolfgang Werse (Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit NRW, Zentrum für Öffentliche Gesundheit)

Ausgabe: Duisburg, 2010 (06/10)

# Vorwort

Die Jahre 2005 bis 2015 sind von den Vereinten Nationen zur Weltdekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ ausgerufen. Dazu wurden in Nordrhein-Westfalen im Jahr 2006 ein Aktionsplan „Zukunft Lernen“ entwickelt und ein Forum gegründet. Im Forum „Aktion Zukunft Lernen“ sollte unter Federführung des damaligen Ministeriums für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (MUNLV) mit Beteiligung von rund 50 Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Institutionen, Organisationen, Verbände und Gruppen aus Nordrhein-Westfalen der Aktionsplan in den Themenfeldern

- Naturschutz- und Umweltbildung
- Globales Lernen
- Interkulturelle Kompetenz
- Medienkompetenz
- Gesundheitskompetenz
- Wirtschaftskompetenz

fortentwickelt werden. Im Fokus standen entsprechende Bildungsinitiativen in Kindertageseinrichtungen, Schulen, Universitäten und anderen Bildungseinrichtungen bzw. Lebenswelten oder übergreifend in den regionalen Bildungslandschaften.<sup>1</sup>

Die Projektgruppe „Gesundheitskompetenz“ unter Leitung des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen entwickelte ein Grundlagenpapier zur Verständigung über den Arbeitsauftrag und das Themenfeld. Auf dieser Basis wurde eine Matrix zur Selbstbewertung von Programmen, Initiativen und Projekten zur Förderung der Gesundheitskompetenz erarbeitet. Mit diesem Instrument wurden Beispiele guter Praxis bei den Mitgliedern des Forums sowie bei den Akteuren des Gesundheitssektors in NRW ermittelt. U.a. aus der Analyse der eingereichten Modelle wurde die Entwicklung des Themenfeldes in NRW bilanziert. Über das weitere Vorgehen wird die neue Landesregierung im Verlaufe des Jahres 2010 entscheiden.

Der Landessportbund NRW möchte diese Materialien interessierten Mitarbeitern im Sport-, Bildungs- und Gesundheitssektor zugänglich und nutzbar machen. In der vorliegenden Broschüre sind deshalb die wesentlichen Papiere zusammengestellt.

---

<sup>1</sup> Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.aktion-zukunft-lernen.de](http://www.aktion-zukunft-lernen.de)

# Inhalt

Impressum.....	2
Vorwort .....	3
Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“ für das Land Nordrhein-Westfalen.....	5
Grundlagenpapier der Projektgruppe „Gesundheitskompetenz“ der „Aktion Zukunft Lernen“ in Nordrhein-Westfalen .....	5
Raster für die Bewertung der Nachhaltigkeit von Organisation und Durchführung sowie der Gesundheitskompetenz bezogenen Inhalten von Programmen, Initiativen und Projekten.....	12
Förderung von „Gesundheitskompetenz“ in Nordrhein-Westfalen: Bilanz und Ausblick .....	14

# Handlungsprogramm 2015 „Sport und Gesundheit“ für das Land Nordrhein-Westfalen

Der Landessportbund und das Land Nordrhein-Westfalen haben das Handlungsfeld „Sport und Gesundheit“ zu einem Schwerpunkt der Sportentwicklung in Nordrhein-Westfalen gemacht. Mit dem „Handlungsprogramm 2015 ‘Sport und Gesundheit’ für das Land Nordrhein-Westfalen“ soll das Handlungsfeld zukunftsorientiert weiterentwickelt werden. „Mit dieser Offensive wollen wir insbesondere das öffentliche Bewusstsein für die Unverzichtbarkeit von Bewegung und Sport schärfen, die Angebotsstrukturen ausbauen, die Qualität sportlicher Angebote im Präventions- und Rehabilitationsbereich sichern und kontinuierlich verbessern sowie einen Beitrag leisten zur Vernetzung aller gesundheitsfördernden Bemühungen in Nordrhein-Westfalen.“<sup>2</sup> Die Sportvereine mit ihren differenzierten Sport- und Bewegungsangeboten stehen im Zentrum der Offensive. Sie gilt es zu unterstützen und in ihrer Entwicklung zu fördern. Alle Initiativen des „Handlungsprogramms 2015“ haben diese Orientierung.

Dazu gehören auch die ständige Analyse aktueller Entwicklungen und Problemstellungen im Handlungsfeld durch den LandesSportBund und die Aufbereitung und Nutzbarmachung der Ergebnisse für die Vereinsarbeit.

Die vorliegenden Materialien zum Thema „Förderung von Gesundheitskompetenz“, die in anderen Handlungsbezügen unter Federführung des Landessportbundes NRW entwickelt worden sind, können den Mitarbeitern der Sportvereine in NRW dabei unterstützen, ihre eigenen gesundheitsorientierten Programme und Angebote, Initiativen und Projekte im Hinblick auf die adäquate Berücksichtigung des Aspekts „Förderung von Gesundheitskompetenz“ zu bewerten. Dabei wurden auch Aspekte der „Nachhaltigen ökologischen Entwicklung“ berücksichtigt.

## Grundlagenpapier der Projektgruppe „Gesundheitskompetenz“ der „Aktion Zukunft Lernen“ in Nordrhein-Westfalen<sup>3</sup>

### Die Förderung von „Gesundheitskompetenz“

erarbeitet von: Dr. Norbert Posse, Prof. Dr. Edgar Beckers, Hans-Georg Schulz, Dr. Michael Matlik, Dr. Klaus Balster

Leitung: Landessportbund Nordrhein-Westfalen

Stand: 15.06.2010

### Ausgangspositionen

- Wir halten es für **sinnvoll**, dass Menschen stärker als bisher über die Folgen ihrer Entscheidungen nicht nur für sich selbst und für das eigene Wohlergehen, sondern auch für ihr Umfeld oder sogar „für die Welt“ und damit auch für zukünftige Generationen „nachdenken“!
- Wir halten es für **notwendig**, auch und gerade im Bildungsbereich durch geeignete Maßnahmen zu helfen, dass Menschen ihre Möglichkeiten („Kompetenzen“) zu einer selbstbestimmten Lebensführung erweitern. Dass ihnen bei den ständig wechselnden und steigenden Anforderungen und immer kürzer überschaubaren Planungsabschnitten ein

<sup>2</sup> Dr. Ingo Wolf, Innen- und Sportminister des Landes Nordrhein-Westfalen, und Walter Schneeloch, Präsident des LandesSportBundes Nordrhein-Westfalen, in: Sport und Gesundheit. Handlungsprogramm 2015 für das Land Nordrhein-Westfalen. Duisburg 2005, S. 5

<sup>3</sup> Bestätigt durch die Projektgruppe am 14.09.2009

Leitung: Dr. Klaus Balster (Landessportbund Nordrhein-Westfalen)

Geschäftsführung: Dr. Michael Matlik (Landessportbund Nordrhein-Westfalen), Marianne Middendorf (Geschäftsstelle Forum „Aktion Zukunft Lernen“)

Mitglieder: Harry von Barga (IMAG Ernährung und Bewegung NRW, Ministerium für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes NRW), Angela Clausen (Verbraucherzentrale NRW e.V.), Andreas G. Theis (IMAG Ernährung und Bewegung NRW, Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen), Giesbert Aluttis (IMAG Ernährung und Bewegung NRW, Innenministerium des Landes NRW), Dr. h.c. Heinz Hundeloh (Unfallkasse NRW), Sabine Schindler-Marlow (Ärztchamber Nordrhein), Wolfgang Wersé (Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit NRW, Zentrum für Öffentliche Gesundheit), Hans Christian Markert (Ministerium für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes NRW), Frauke Jacobsen (Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen), Anja Schwieren (Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes NRW)

entsprechendes „Handwerkszeug“ dazu fehlt (z.B. adäquater Umgang mit Stress durch Arbeitslosigkeit, Arbeitsplatzwechsel, lebenslanges Lernen, ...), ist nicht neu, verschärft sich aber in Zeiten einer globalen wirtschaftlichen Krise!

- Wir halten es daher für **erforderlich**, im Hinblick auf das Thema „Gesundheit“ vor allem das Subjekt und seine Handlungsmöglichkeiten in den Blick zu nehmen, Fördermöglichkeiten aufzuzeigen und gleichzeitig die politischen Entscheidungsträger anzuhaltend, dafür geeignete Rahmenbedingungen zu schaffen!
- Wir halten es aber für **fahrlässig**, wenn die „Rettung der Welt“ durch die Auflage neuer „Schlechte-Gewissen-Programme“ auf die Schulter gerade der zukünftigen Generation(en) verlagert wird, die eigentlich von unserem verantwortlichen Handeln profitieren sollen. Die „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung“ muss daher bei der „Bildung“ der aktuellen Entscheidungsträger (Politik, Zivilgesellschaft, Wirtschaft etc.) anfangen, nur dann entwickeln Programme, die sich der Nachhaltigkeit verschrieben haben, ihre Attraktivität!

## Erziehung, Bildung und Nachhaltigkeit

Die UN-Dekade steht unter dem Anspruch „Bildung für eine nachhaltige Entwicklung“. Im Sinne der o.g. Ausgangspositionen bedeutet dies, einerseits die Verantwortung für die zukünftige Welt anzuerkennen, andererseits die Verantwortung für das individuelle Leben zu übernehmen. Beide Aufgaben weisen durchaus eigene Ziele und Inhalte auf. Während die Verantwortung für die zukünftige Welt auf allgemeingültige Grundsätze und Regeln ausgerichtet sein soll und daher als (normativer) Prozess der Erziehung zu begreifen ist, wird die Verantwortung für das eigene Leben an individuelle Fähigkeiten, Möglichkeiten und Intentionen gebunden bleiben. Dies zu unterstützen ist Aufgabe eines (selbstbestimmten) Prozesses, den wir Bildung nennen. Die Politik muss die grundlegenden Voraussetzungen zur Umsetzung dieser Aufgaben schaffen.

Verantwortung für die zukünftige Welt	Aufgabe der Erziehung	Politik muss Voraussetzungen zur Ermöglichung schaffen (Kohärenz)
Verantwortung für das individuelle Leben	Aufgabe der Bildung	

Abb.1: Zusammenhänge von Erziehung, Bildung und Nachhaltigkeit

Für die Entwicklung von Kriterien zur Beurteilung von Programmen, Initiativen und Projekten unter dem Gesichtspunkt der „Nachhaltigkeit“ bedeutet dies, in folgende Richtungen zu denken:

Sind Organisation und Durchführung der Programme, Initiativen und Projekte selbst an den Grundsätzen der „Nachhaltigkeit“, also Umgang mit Energie, Rohstoffen (Papier!), CO2-Bilanz usw. (zum Beispiel: Reisekosten, Materialver(sch)wendung, Papiertüten, ...) orientiert und schaffen sie damit die Voraussetzungen für die Übernahme individueller Verantwortung?

Thematisieren die Inhalte der Projekte die Grundsätze der (a) „individuellen Nachhaltigkeit“ und (b) „globalen Nachhaltigkeit“ (zum Beispiel: Herkunft der Nahrungsmittel, „Folgekosten“ von Entscheidungen, zukünftige individuelle, soziale, ökonomische, ökologische, klimatische, ... Belastungen von Entscheidungen, ...)?

## Kompetenz und Gesundheitskompetenz

Der Begriff „Kompetenz“ ist einer der am häufigsten verwendeten in aktuellen Diskussionen. Dennoch ist seine Auslegung unklar und umstritten. Um über theoretische Vorstellungen hinaus konkrete Programme, Initiativen und Projekte beurteilen sowie Maßnahmen planen und umsetzen zu können, muss eine Verständigung darüber erzielt werden, was unter „Kompetenz“, insbesondere auch im Hinblick auf „Gesundheitskompetenz“ verstanden werden soll (vgl. hierzu auch Anhang).

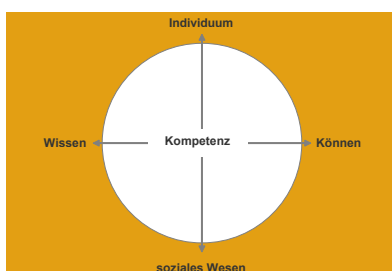


Abb. 2: Kompetenznetz zur Bewältigung der alltäglichen Lebensanforderungen

In einem allgemeinen pädagogisch-didaktischen Grundmodell können die zu erwerbenden Kompetenzen eines Menschen auf zwei Achsen abgebildet werden, die in rechtem Winkel zueinander stehen: zum einen die Achse Individuum und soziales Wesen und zum anderen die Achse Wissen und Können. Zwischen diesen vier Eckpunkten spannt sich das Netz von Kompetenzen aus, das ein Mensch zur Bewältigung der alltäglichen Lebensanforderung benötigt.<sup>4</sup>

<sup>4</sup> Vergleiche hierzu Philipp, E., Posse, N. 2000

Unter Kompetenzen werden in einem ersten Zugriff also die Fähigkeiten und Fertigkeiten verstanden, die Menschen benötigen, um ihr alltägliches Leben individuell angemessen und sinnvoll bewältigen zu können.

Das GeWeBe-Modell (Beckers) hat dies mit dem Begriff „individuelle Gestaltungsfähigkeit“ als zentrales Element einer selbstbestimmten und sinnhaften Lebensgestaltung beschrieben, aus der Gesundheit entsteht. Diese Gestaltungsfähigkeit umfasst wiederum sieben Teilkomponenten.

Entsprechend kann das GeWeBe-Modell der Gesundheitsbildung<sup>5</sup> als spezifische Ausrichtung auf den Begriff der Gesundheitskompetenzen „gelesen“ werden. Demnach sind die in der Gesundheitsbildung beschriebenen Bereiche der Funktionsfähigkeit (Können), sozialen Leistungsfähigkeit (Sollen) und Gestaltungsfähigkeit (Wollen) Elemente einer umfassenden Gesundheitskompetenz, die in der Auseinandersetzung mit den Anforderungen des alltäglichen Lebens Gesundheit als Prozess der Lebensführung ergibt. Dabei müssen die individuellen Gesundheitskompetenzen auf eine kohärente Umwelt (Dürfen) treffen, um dem Individuum im Sinne der Nachhaltigkeit eine individuelle Lebensgestaltung zu ermöglichen.

Um eine Klärung des Begriffs „Gesundheitskompetenz“ hat sich der „Arbeitsbereich Evaluation, Qualitätssicherung und Qualitätsmanagement in Erziehungswissenschaft und Psychologie“ an der FU Berlin (Söllner) im Rahmen eines DFG-Projekts bemüht. Nach dessen Verständnis umfasst Gesundheitskompetenz „die Gesamtheit der Fähigkeiten und Fertigkeiten, über die jemand verfügen muss, um im Alltag und im Umgang mit dem Gesundheitssystem so handeln zu können, dass es sich positiv auf seine Gesundheit und sein Wohlbefinden auswirkt“.

Zur Beantwortung der Frage, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten für dieses Ziel benötigt werden, ist eine „Clusterlösung“ mit insgesamt acht „Kompetenzkomponenten“ als „theoretisches kognitives Strukturmodell der Gesundheitskompetenz“ entwickelt worden. Das ebenfalls ermittelte Cluster „förderliche Persönlichkeitseigenschaften“ wird als notwendiger „Mediator für die Gesundheitskompetenz“ jedoch von dem Modell ausgeklammert, obwohl letztendlich nur durch diese Komponente aus „Gesundheitskompetenz“ angemessene und sinnvolle (gelingende) Alltagsbewältigung resultiert.

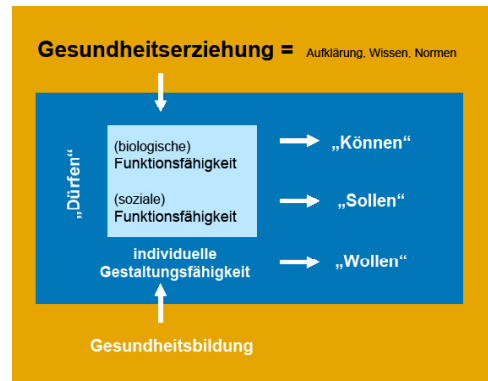


Abb. 3: Das GeWeBe-Modell als Modell der Gesundheitskompetenz

## Bildung für nachhaltige Entwicklung: Die Förderung von „Gesundheitskompetenz“

„Bildung für nachhaltige Entwicklung strebt an, jedem Menschen Möglichkeiten zu eröffnen, sich als Persönlichkeit frei zu entfalten und sich dabei Werte und Haltungen sowie Wissen, Fachkenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten - also Handlungskompetenz - anzueignen, die er oder sie benötigt, um zu einer menschlichen, sozial gerechten, wirtschaftlich leistungsfähigen und ökologisch verträglichen Zukunft beitragen zu können. Bildung für nachhaltige Entwicklung fördert den Respekt vor den natürlichen Lebensgrundlagen und das Wissen um ihre Zusammenhänge. Sie ruft zu lokaler und globaler Verantwortlichkeit auf und regt zu zukunftsorientiertem, vorausschauendem Denken und Handeln an. Bildung für nachhaltige Entwicklung stärkt die Einsicht in die weltweiten Folgen und Wechselwirkungen unseres Handelns. Zugleich vermittelt sie die Bedeutung des kulturellen Reichtums der Menschheit und den Respekt vor Religionen und Weltanschauungen.“ Die „Aktion Zukunft Lernen“ will Menschen dafür gewinnen, „zukunftsfähige Lebensstile zu entwickeln, die einen tragfähigen Ausgleich der umweltbezogenen und wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Prozesse auf der Erde ermöglichen.“ (aus: Forum „Aktion Zukunft Lernen“: Eckpunkte für die gemeinsame Arbeit. Entwurf September 2009) Vor diesem Hintergrund muss die Förderung von „Gesundheitskompetenz“ in einer Synthese der in Abschnitt 1 und 2 dargestellten Ansätze gesehen werden. Die gesellschaftlichen Bezüge, das selbstbestimmte Individuum und die Komponenten einer umfassenden Gesundheitskompetenz, die zu einem gelingenden, Aspekte der Nachhaltigkeit mitberücksichtigenden Handeln des Individuums angesichts der verschiedenen Herausforderungen des Alltags beitragen, müssen Berücksichtigung finden.

<b>Gesellschaft</b>	<b>→ Gesundheitskompetenz</b>	<b>← Individuum</b>	<b>→ gelingendes individuelles Handeln</b>	<b>← kohärentes gesellschaftlich/politisches Umfeld</b>
- Kultur - Erziehung - Bildung	- Werterhaltung - Kognitionsnutzung - Gestaltungsfähigkeit			

Abb. 4: Bedingungsgefüge für das gelingende individuelle Handeln

<sup>5</sup> Vergleiche hierzu und im Folgenden Beckers u.A. 1986

**Ein umfassendes Verständnis von Gesundheitskompetenz beinhaltet drei verschiedene Dimensionen:**

- Wertehaltung, die die individuellen Eigenschaften und Bereitschaften eines Menschen im Guten konkretisiert und das Eingebettetsein des Individuums in die soziale Gemeinschaft inkl. der Verantwortlichkeit für Nachhaltigkeit berücksichtigt
- Kognitionsnutzung, die handlungsrelevantes Wissen und Fachkenntnisse umfasst sowie
- Gestaltungsfähigkeit, die auf Persönlichkeitskompetenzen zielt, die für ein gelingendes Handeln unerlässlich sind.

In Orientierung an die o.g. Ergebnisse des Berliner Arbeitsbereichs und des GeWeBe-Modells der Gesundheitsbildung lassen sich diese drei Dimensionen der Gesundheitskompetenz mit folgenden Handlungskompetenzen füllen:

Wertehaltung	Kognitionsnutzung	Gestaltungsfähigkeit
Würde des Menschen	Gesundheitssystemwissen und -handeln	Gesundheitsverständnis
Freiheit	Gesundheitsbezogene Grundfertigkeiten	Selbstwahrnehmung und Selbstregulation
Zivilcourage	Gesundheitsbezogene Informationsbeschaffung	Muster des Verhaltens
Toleranz	Gesundheitsbezogene Informationsverarbeitung	Regeln des Verhaltens
Verantwortung (Nachhaltigkeit)	Kommunikationsfähigkeit zu gesundheitsrelevanten Inhalten	Können-Wollen-Sollen
Achtsamkeit		Alltagsübertragung/ Lebensweltbezug
Vertrauen		Dauerhaftigkeit
Maß/Besonnenheit		
Solidarität		

Die Förderung der Gesundheitskompetenz muss sich immer festmachen an Phänomenen des Alltags, denn dort realisiert sich „Gesundheit“ im individuellen Handeln. Dies können beispielsweise sein:

- Bewegung
- Ernährung
- Psychische Beanspruchung/Stress
- Äußere (körperliche) und innere Haltung (Einstellung)
- Altern
- u.a.

Auf der Basis dieser Überlegungen kann eine Zuordnung von bereits bestehenden Programmen, Initiativen und Projekten vorgenommen werden, um sie einerseits in der Matrix „Verantwortung“ für die zukünftige Welt oder für das individuelle Leben zu verorten und andererseits ihre jeweils angestrebten Gesundheitskompetenzen zu identifizieren. In einem weiteren Schritte könnten dann zusätzliche relevante Themenbereiche festgestellt und Grundstrukturen ihrer Umsetzung erarbeitet werden.



## Beispiel: Förderung der Gesundheitskompetenz durch Bewegung und Sport

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen hat basierend auf dem Verständnis von Gesundheit und Gesundheitsförderung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und dem GeWeBe-Modell von Gesundheitsbildung Praxismodelle entwickelt. Dabei werden Bewegung und Körper einerseits als Medium der Gesundheitsbildung (nach Einschätzung vieler Experten das mit Abstand geeignetste Medium zur Initiierung von Prozessen zur Gesundheitsbildung), andererseits als Gegenstand der Gesundheitserziehung und als Mittel der Gesundheitsprophylaxe bzw. Gesundheitswiederherstellung (Rehabilitation) verstanden und genutzt.

Ausgehend von den möglichen Beiträgen von Bewegung und Sport zu drei fundamentalen Aspekten von Gesundheit werden die Zielbereiche und die zu vermittelnden Gesundheitskompetenzen der verschiedenen gesundheitsorientierten Programme abgeleitet.

a) Bewegung, Spiel und Sport können einen Beitrag leisten zur Erhaltung und Verbesserung einer allgemeinen körperlichen, psychischen und sozialen Leistungsfähigkeit, die nicht nur im Sport demonstriert wird, sondern Auswirkungen hat auf die Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit im beruflichen und im privaten Leben und damit auf das psychosoziale Empfinden und die Lebensqualität. Hierzu tragen pädagogisch und trainingswissenschaftlich fundierte sportartübergreifende und sportartbezogene Inhalte bei.

b) Bewegung, Spiel und Sport leisten einen Beitrag zur Bewältigung (im Rahmen der Rehabilitation) bzw. Vermeidung (im Rahmen der Prophylaxe) von Krankheiten bzw. von Wiedererkrankungen, durch die diagnostizierbare Schädigung entstanden sind oder entstehen können. Entsprechende funktionale Inhalte von Sport- und Bewegungsangeboten tragen zur Wiederherstellung, Erhaltung, Verbesserung der organischen Funktionsfähigkeit bei. Hier finden sich die klassischen Ansätze der „Prävention“ und „Prophylaxe“ sowie der „Rehabilitation“ wieder.

c) Bewegung, Spiel und Sport leisten einen Beitrag zur Entwicklung einer „individuellen Gestaltungsfähigkeit“ und zum Aufbau psychosozialer Gesundheitsressourcen. Dies umfasst die Fähigkeit zur Bewältigung alltäglicher Lebenssituationen genauso wie die eigenverantwortliche Gestaltung der individuellen Gesundheit und die Fähigkeit, Gesundheitsressourcen aufzubauen, zu festigen und zu nutzen. Dazu geeignete sportpraktische Inhalte müssen von Themen des Alltags (z.B. Bewegungsverhalten, Haltung, Stress, Altern oder Ernährung) ausgehen. In ihrem Mittelpunkt stehen themenbezogene Erfahrungen, die über Körper und Bewegung zugänglich sind. Hier finden sich die klassischen Ansätze der „Gesundheitsbildung“ und der „Gesundheitsförderung“ wieder.

Am Beispiel des Programms „Gesundheitsförderung für Ältere“ des LandesSportBundes (2009) lassen sich die aus diesen Grundlagen abgeleiteten Ziele und die zu vermittelnden Gesundheitskompetenzen darstellen.

Präventives/gesundheitsförderndes Bewegungsangebot für Ältere	
Zielbereich	Handlungskompetenzen
<b>Förderung der körperlichen Leistungsfähigkeit und Funktionsfähigkeit im Alterungsprozess</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewältigung von physischen Beschwerden und Missbefindenszuständen</li> <li>• Verminderung von physischen Risikofaktoren</li> <li>• Stärkung von physischen Gesundheitsressourcen (Schutzfaktoren)</li> </ul>	Trainingsformen zur Förderung der <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Kraft und Kraftausdauer</li> <li>• Beweglichkeit (Mobilisation)</li> <li>• Koordination</li> <li>• Entspannungsfähigkeit</li> </ul> Bewegungstechniken und Trainingssteuerung unter Berücksichtigung des Alterungsprozesses
<b>Förderung der psychosozialen Leistungsfähigkeit und Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen im Alterungsprozess</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewältigung von psychosozialen Beschwerden und Missbefindenszuständen</li> <li>• Verminderung von psychosozialen Risikofaktoren</li> <li>• Stärkung von psychosozialen Gesundheitsressourcen im Alterungsprozess (Schutzfaktoren)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sozialfähigkeit im Alterungsprozess</li> <li>• Selbstwirksamkeitsüberzeugung</li> <li>• Leistungsbereitschaft/Beharrlichkeit im Alterungsprozess</li> <li>• Zielgerichtetheit des Verhaltens</li> <li>• Wechsel von Spannung und Entspannung</li> <li>• Wohlbefinden im Alterungsprozess</li> <li>• Handlungs- und Effektwissen (wird unter „Förderung des Gesundheitswissens“ gesondert abgehandelt)</li> </ul>

<p><b>Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit im Alterungsprozess</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auseinandersetzung mit den Veränderungen im Alterungsprozess</li> <li>• Fähigkeit zur Bewältigung alltäglicher Lebenssituationen im Alterungsprozess</li> <li>• Stärkung und Entwicklung einer eigenverantwortlichen Gestaltung der individuellen Gesundheit im Alterungsprozess</li> <li>• Fähigkeit Gesundheitsressourcen im Alterungsprozess aufzubauen, zu festigen und zu nutzen</li> <li>• Aufbau von Bindung an Bewegung, Spiel und Sport</li> <li>• Verbesserung der Bewegungsverhältnisse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsverständnis (Gesundheit selber gestalten)</li> <li>• Wahrnehmung des Körpers im Alterungsprozess</li> <li>• Muster des Gesundheits- und Bewegungsverhaltens im Alterungsprozess</li> <li>• Können-Wollen-Sollen im Alterungsprozess</li> <li>• Alltagsübertragung</li> <li>• Dauerhaftigkeit</li> </ul>
<p><b>Förderung von Gesundheitswissen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermittlung von gesundheitspraktischem Handlungs- und Effektwissen zur selbständigen Umsetzung gesundheitsförderlicher Aktivität</li> <li>• Bearbeitung von Grundlagen zur gesunden Lebensführung im Alterungsprozess</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsaspekte im Alterungsprozess</li> <li>• Risiko- und Schutzfaktoren für die Gesundheit</li> <li>• Ein Plus für Bewegung im Alterungsprozess</li> <li>• Die Aufgaben des Alterns</li> <li>• Die Stärke des Alters</li> <li>• Bewegungstechniken</li> <li>• Beweglichkeits-, Koordinations- und Muskeltraining</li> <li>• Belastungs-/Trainingssteuerung im Alterungsprozess</li> <li>• Fitness fürs Gehirn</li> <li>• Entspannung</li> <li>• Ernährungstipps im Alterungsprozess</li> <li>• Mehr Bewegung im Alltag und in der Freizeit</li> </ul>

Abb. 5: Ziele und Handlungskompetenzen des Programms „Gesundheitsförderung für Ältere“ mit den Mitteln des Sports

Der Abgleich mit den im Kapitel 3 festgelegten Komponenten und Handlungskompetenzen der Gesundheitskompetenz zeigt Parallelen, aber auch Entwicklungspotenziale bei den Dimensionen „Werte“ und „Kognition“. So werden Aspekte der Verantwortlichkeit, insbesondere gegenüber der natürlichen und sozioökologischen Umwelt im Sinne der Nachhaltigkeit, oder Aspekte der Informationsbeschaffung und -verarbeitung sowie des Wissens zum Gesundheitssystem weder im Allgemeinen noch in Bezug auf das Thema „Altern“ berücksichtigt. Die Weiterentwicklung des Programms im Hinblick auf die Anforderungen von „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ muss hier ansetzen.

## Literatur/Quellen

- Beckers, E. u.a. (1986): Gesundheitsbildung durch Wahrnehmungsentwicklung und Bewegungserfahrung. Theoretische Grundlagen. Köln
- Benedikt XVI (2009): Caritas in Veritate - Sozialenzyklika. Augsburg
- Forum „Aktion Zukunft Lernen“ (2009): Eckpunkte für die gemeinsame Arbeit. Unveröffentlicht
- Freie Universität Berlin, Arbeitsbereich Evaluation, Qualitätssicherung und Qualitätsmanagement in Erziehungswissenschaft und Psychologie (2009): Gesundheitskompetenz. Modellentwicklung und Validierung. [www.ewi-psy.fu-berlin/einrichtungen/arbeitsbereiche/eval-qs-qm/forschung/dfg-projekt-gesundheit/index.html](http://www.ewi-psy.fu-berlin/einrichtungen/arbeitsbereiche/eval-qs-qm/forschung/dfg-projekt-gesundheit/index.html) (Abruf: 10.08.2009)
- Huber, W. (2007) : Im Geist der Freiheit. Freiburg
- Huber, W. (2005): Vertrauen erneuern. Freiburg
- LandesSportBund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2003): Sport, Bewegung und Gesundheit. Grundlagen und Leitziele zur Praxis gesundheitsorientierter Sport- und Bewegungsangebote in Nordrhein-Westfalen. Positionspapier. Eigenverlag. Duisburg
- LandesSportBund Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2009): Sport in der Prävention/Gesundheitsförderung. Ein Manual für den Angebotsbereich „Gesundheitsförderung für Ältere“. Eigenverlag. Duisburg
- Lehmann, K. (2008): Mut zum Dialog. Freiburg

Opaschowski, H.W. (2003): Vom Wertewandel zur Sinnsuche - Die Wertewelt 2030. In: ders. Deutschland 2030 - Wie wir in Zukunft lernen. München. S. 566 - 615

Philipp, E., Posse, N. (2000): Erziehung und Bildung. In: MATERIAL. Die Grundschulzeitschrift 131/2000. S. 32ff.

Ratzinger, J. (2005): Werte in Zeiten des Umbruchs. Freiburg

## Anhang zu den Grundlagen

### Annäherung an den Begriff „Gesundheitskompetenz“ aus wissenschaftlicher Sicht

Der international gebräuchliche Terminus, der dem Begriff „Gesundheitskompetenz“ zugrunde liegt, ist health literacy: „Health literacy represents the cognitive and social skills which determine the motivation and ability of individuals to gain access to, understand and use information in ways which promote and maintain good health.“ (WHO-Definition in: Nutbeam, 1998).

Der Begriff „health literacy“ ist schwer zu übersetzen. Der Begriff „Gesundheitskompetenz“ ist eng an die Aussage der Ottawa-Charter gebunden: Gesundheit wird im alltäglichen Lebensumfeld hergestellt. Vor diesem Hintergrund bezeichnet „Gesundheitskompetenz“ die Fähigkeit des Einzelnen, im täglichen Leben Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken - zu Hause, am Arbeitsplatz, im Gesundheitssystem und in der Gesellschaft. „Gesundheitskompetenz“ stärkt die Gestaltungs- und Entscheidungsfreiheit in Gesundheitsfragen und verbessert die Fähigkeit, Gesundheitsinformationen zu finden, zu verstehen und in Handeln umzusetzen (vgl. Kickbusch 2006).

„Gesundheitskompetenz“ wird als wissensbasierte Voraussetzung für eine gesundheitsförderliche Lebensführung verstanden. Sie wird primär über Kultur, Erziehung und Bildung vermittelt bzw. weitergegeben und umfasst neben „alltagspraktischen auch spezialisiertes Wissen z.B. über individuelle und kollektive Gesundheitsrisiken oder über Maßnahmen zur Verbesserung der gesundheitlichen Lebensbedingungen“ (Abel, Bruhin, 2003).

Nach Kickbusch (vgl. Kickbusch 2006) umfasst „Gesundheitskompetenz“ mehrere Bereiche:

1. persönliche Gesundheit: Individuelle Gestaltung der Gesundheit, Wissen und Anwendung von entsprechendem Verhalten
2. Systemorientierung: Die Fähigkeit, sich um Gesundheitssystem zurechtzufinden und als kompetenter Partner der Gesundheitsberufe aufzutreten
3. Konsumverhalten: die Fähigkeit, Konsum- und Dienstleistungsentscheidungen unter gesundheitlichen Gesichtspunkten zu treffen
4. Arbeitswelt: die Fähigkeit, z.B. eine Balance zwischen Beruf und Privatleben zu finden
5. Gesundheitspolitik: die Fähigkeit, gesundheitspolitisch informiert zu handeln.

Die Kerndimension der Entwicklung von „Gesundheitskompetenz“ ist demnach eine umfassende Förderung der individuellen und sozialen Gestaltungsfähigkeit. Da sie auf eine individuelle Gestaltung der Lebensführung im Alltagskontext abzielt, kann der Begriff der Wissensbasierung offen verstanden werden und die Erfahrungs-, Selbstregulations- und Handlungsorientierung integrieren.

### Literatur zu „Gesundheitskompetenz“

Abel, T.; Sommerhalder, K. (2007): Gesundheitskompetenz: Eine konzeptuelle Einordnung, Institut für Sozial- und Präventivmedizin. Eigenverlag Universität Bern. Bern

Abel, T.; Bruhin, E. (2003): Health literacy /Wissensbasierte Gesundheitskompetenz, in: Leitbegriffe der Gesundheitsförderung. Peter Sabo. Schwabenstein

Kickbusch, I. (2006): Gesundheitskompetenz, in: Public Health News 3-2006, auf: [www.public-health.ch](http://www.public-health.ch)

Kickbusch, I. (2006): Die Gesundheitsgesellschaft. Verlag für Gesundheitsförderung. Gamburg

Nutbeam, D. (1998): WHO-Definition von Gesundheitskompetenz, in: Health promotion glossary

# Raster für die Bewertung der Nachhaltigkeit von Organisation und Durchführung sowie der Gesundheitskompetenz bezogenen Inhalten von Programmen, Initiativen und Projekten

erarbeitet von: Dr. Norbert Posse, Prof. Dr. Edgar Beckers, Hans-Georg Schulz, Dr. Michael Matlik, Dr. Klaus Balster  
 Leitung: Landessportbund Nordrhein-Westfalen  
 Stand: 15.06.2010

## Raster für die Bewertung der *Organisation und Durchführung* von Programmen, Initiativen und Projekten

Sind Organisation und Durchführung des Programms, der Initiative oder des Projekts selbst an den Grundsätzen der „Nachhaltigkeit“, also Umgang mit Energie, Rohstoffen (Papier!), CO<sub>2</sub>-Bilanz usw. (zum Beispiel: Anreizekosten, Materialver(sch)wendung, Papiertüten, ...) orientiert und schaffen sie damit die Voraussetzungen für die Übernahme individueller Verantwortung?

① = konsequent    ② = weitestgehend    ③ = ansatzweise    ④ = gar nicht

Nachhaltigkeitsaspekt	Umsetzung im Programm bzw. in der Initiative						
	Wird dieser Aspekt bei der Umsetzung des Programms, Projekts bzw. der Initiative berücksichtigt?				Über welche Formulierung ist dieser Aspekt im Konzept berücksichtigt?	Wie wird dieser Aspekt umgesetzt?	Wie werden die Effekte überprüft?
	①	②	③	④			
Umgang mit Energie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Umgang mit Rohstoffen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
CO <sub>2</sub> -Bilanz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Umgang mit der Natur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Umgang mit Nahrungsmitteln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

## Raster für die Bewertung von Gesundheitskompetenz bezogen auf die *Inhalte* von Programmen, Initiativen und Projekten

Thematisieren die Inhalte des Programms, der Initiative oder des Projekts die Grundsätze der (a) „individuellen Nachhaltigkeit“ und (b) „globalen Nachhaltigkeit“ (zum Beispiel: Herkunft der Nahrungsmittel, „Folgekosten“ von Entscheidungen, zukünftige individuelle, soziale, ökonomische, ökologische, klimatische, ... Belastungen von Entscheidungen, ...)?

① = konsequent    ② = weitestgehend    ③ = ansatzweise    ④ = gar nicht

Komponenten der Gesundheitskompetenz	Umsetzung im Programm, im Projekt bzw. in der Initiative						
	Wird dieser Aspekt bei der Umsetzung des Programms, Projekts bzw. der Initiative berücksichtigt?				Über welche Formulierung ist dieser Aspekt im Konzept berücksichtigt?	Über welche Arrangements/ Methoden wird dieser Aspekt vermittelt?	Wie wird der Effekt des Erziehungs-/Lern-/Bildungsprozess in Bezug auf diesen Aspekt nachgewiesen?
	①	②	③	④			
Wertehaltung							
Würde des Menschen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Freiheit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Zivilcourage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Toleranz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Verantwortung (Nachhaltigkeit)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Achtsamkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Vertrauen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Maß/Besonnenheit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Solidarität	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

Komponenten der Gesundheitskompetenz	Umsetzung im Programm, im Projekt bzw. in der Initiative						
	Wird dieser Aspekt bei der Umsetzung des Programms, Projekts bzw. der Initiative berücksichtigt?				Über welche Formulierung ist dieser Aspekt im Konzept berücksichtigt?	Über welche Arrangements/ Methoden wird dieser Aspekt vermittelt?	Wie wird der Effekt des Erziehungs-/Lern-/Bildungsprozess in Bezug auf diesen Aspekt nachgewiesen?
Kognitionsnutzung	①	②	③	④			
Gesundheitssystemwissen und -handeln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Gesundheitsbezogene Grundfertigkeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Gesundheitsbezogene Informationsbeschaffung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Gesundheitsbezogene Informationsverarbeitung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Kommunikationsfähigkeit zu gesundheitsrelevanten Inhalten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

Komponenten der Gesundheitskompetenz	Umsetzung im Programm, im Projekt bzw. in der Initiative						
	Wird dieser Aspekt bei der Umsetzung des Programms, Projekts bzw. der Initiative berücksichtigt?				Über welche Formulierung ist dieser Aspekt im Konzept berücksichtigt?	Über welche Arrangements/ Methoden wird dieser Aspekt vermittelt?	Wie wird der Effekt des Erziehungs-/Lern-/Bildungsprozess in Bezug auf diesen Aspekt nachgewiesen?
Gestaltungsfähigkeit	①	②	③	④			
Gesundheitsverständnis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Selbstwahrnehmung und Selbstregulation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Muster des Verhaltens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Regeln des Verhaltens	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Können-Wollen-Sollen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Alltagsübertragung/Lebensweltbezug	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			
Dauerhaftigkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			

## Begriffserläuterung

Wertehaltung	
Würde des Menschen	Eigenschaft und Bereitschaft, kein Handeln zu diskriminieren
Freiheit	Eigenschaft und Bereitschaft, frei zu handeln und an Geschehnissen teilzunehmen
Zivilcourage	Eigenschaft und Bereitschaft, sich öffentlich einzumischen und kritisch wachsam zu sein
Toleranz	Eigenschaft und Bereitschaft, andere in ihrem Anderssein anzuerkennen und Beziehungen einzugehen
Verantwortung (Nachhaltigkeit)	Eigenschaft und Bereitschaft, für etwas einzutreten und Eingetroffenes zu verantworten
Achtsamkeit	Eigenschaft und Bereitschaft, auf andere eine unverstellte Aufmerksamkeit zu haben
Vertrauen	Eigenschaft und Bereitschaft, über sich selbst hinauszusehen und sich auf etwas einzulassen
Maß/Besonnenheit	Eigenschaft und Bereitschaft, eigenes Handeln zu reflektieren und eigenes Vermögen anzuerkennen
Solidarität	Eigenschaft und Bereitschaft, sich mit jemandem zu verbünden und für etwas gemeinsam Verantwortung zu übernehmen
Kognitionsnutzung	
Gesundheitssystemwissen und -handeln	Fähigkeit innerhalb des Gesundheitssystems handeln zu können und über das dazu notwendige Systemwissen zu verfügen
Gesundheitsbezogene Grundfertigkeiten	gesundheitsbezogene Grundfertigkeiten, insbesondere die Fähigkeit, gesundheitsrelevante Texte lesen und verstehen zu können und gesundheitsrelevante Aufgabenstellungen lösen zu können
Gesundheitsbezogene Informationsbeschaffung	Fähigkeit sich gesundheitsrelevante Informationen beschaffen zu können
Informationsverarbeitung	Fähigkeit, gesundheitsrelevante Informationen angemessen verstehen und interpretieren zu können
Kommunikationsfähigkeit zu gesundheitsrelevanten Inhalten	Fähigkeit zur Kommunikation und Kooperation zu gesundheitsrelevanten Inhalten

Gestaltungsfähigkeit	
Gesundheitsverständnis	Bewusstsein der subjektiven Bedeutung von Gesundheit und Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme für die eigene Gesundheit
Selbstwahrnehmung	Fähigkeit zur Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse und Gefühle sowie ein hohes Körperbewusstsein
Muster des Verhaltens	Fähigkeit die eigenen Muster im Leben zu erkennen, über Alternativen zu verfügen und sie situationsgerecht anwenden zu können
Regeln des Verhaltens	Fähigkeit die eigenen Regeln im Leben zu erkennen und mit ihnen adäquat umgehen zu können
Können-Wollen-Sollen	Fähigkeit das eigene Können und Wollen in Einklang mit den Erwartungen meiner Mitwelt zu bringen
Alltagsübertragung/ Lebensweltbezug	Fähigkeit in verschiedenen Lebensbezügen variabel und angemessen reagieren zu können
Dauerhaftigkeit/ Selbstregulation	Fähigkeit zur Selbstregulation und Selbstdisziplin um ein bestimmtes Verhalten langfristig umsetzen zu können

## Förderung von „Gesundheitskompetenz“ in Nordrhein-Westfalen: Bilanz und Ausblick

Projektgruppe „Gesundheitskompetenz“ des Forums „Aktion Zukunft Lernen“ in Nordrhein-Westfalen

Entwurf  
Stand: 14.12.2010 ma/ba

Projektgruppenleitung: Dr. Klaus Balster (Landessportbund Nordrhein-Westfalen)  
Geschäftsführung: Dr. Michael Matlik (Landessportbund Nordrhein-Westfalen)  
Frauke Kramer (Geschäftsstelle Forum „Aktion Zukunft Lernen“)

Mitglieder: Harry von Barga (IMAG NRW IN FORM, Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes NRW)  
Prof. Dr. Edgar Beckers (Ruhr-Universität Bochum, Lehrstuhl für Sportpädagogik/Sportdidaktik)  
Angela Clausen (Verbraucherzentrale NRW e.V.)  
Andreas G. Theis (IMAG NRW IN FORM, Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen)  
Giesbert Aluttis (IMAG NRW IN FORM, Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes NRW)  
Dr. h.c. Heinz Hundeloh (Unfallkasse NRW)  
Dr. Norbert Posse (Heinrich-Heine Universität Düsseldorf, Erziehungswissenschaftliches Institut)  
Sabine Schindler-Marlow (Ärztchamber Nordrhein)  
Wolfgang Werse (Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit NRW, Zentrum für Öffentliche Gesundheit)  
Hans Christian Markert (ehemals Ministerium für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes NRW)  
Frauke Jacobsen (Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen)  
Anja Schwierien (Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes NRW)

### Bilanz und Ausblick der Förderung von „Gesundheitskompetenz“ in Nordrhein-Westfalen

#### Verankerung, Bündelung und Weiterentwicklung in allen Bildungsbereichen

Die Menschen in unserem Land müssen stärker als bisher die Folgen ihrer Entscheidungen nicht nur für sich selbst, das eigene Wohlergehen und das ihrer Familie, sondern ebenso für ihr Umfeld oder sogar „für die Welt“ und damit auch für zukünftige Generationen prüfen. Auch und gerade im Bildungsbereich müssen deshalb die Menschen durch geeignete Maßnahmen von Anfang an unterstützt werden, Kompetenzen und Möglichkeiten für eine selbstbestimmte Lebensführung, so auch im Hinblick auf Aspekte der ökologischen Nachhaltigkeit, ein Leben lang zu erweitern.

„Gesundheitskompetenz“ ist dabei eine Schlüsselkompetenz. Sie ist in einer vitalen Bürgergesellschaft Voraussetzung dafür, das alltägliche Leben individuell angemessen und sinnvoll bewältigen zu können und ggf. Gewohnheiten und Verhaltensweisen zu verändern. Ausgangspunkt für die Entwicklung einer „Gesundheitskompetenz“ ist eine umfassende Förderung der Werthaltung, der Kognitionsnutzung sowie der Gestaltungsfähigkeit. Die Förderung dieser drei Dimensionen von „Gesundheitskompetenz“ muss sich wiederum festmachen an Phänomenen des Alltags wie beispielsweise „Bewegung“, „Ernährung“, psychische Beanspruchung/Stress, „äußere“ (körperliche) und „innere“ (Einstellung) Haltung oder „Altern“. Durch den Körper und dabei insbesondere über Bewegung können Prozesse zur Initiierung und Entwicklung der „Gesundheitskompetenz“ leicht erfahrbar gemacht werden.

Die Förderung der Gesundheitskompetenz muss in allen formalen und non-formalen Bildungseinrichtungen und Organisationen berücksichtigt werden. Maßnahmen zur Gesundheitsförderung, zur Prävention und zur Rehabilitation müssen noch stärker als bisher unter dem Blickwinkel der Förderung von Gesundheitskompetenz gesehen und gestaltet werden. Zudem sind Organisation und Durchführung entsprechender Programme, Initiativen oder Projekte an den Grundsätzen der ökologischen Nachhaltigkeit (u.a. Umgang mit Energie, Rohstoffen, CO<sub>2</sub>-Bilanz) zu orientieren. Die Maßnahmen müssen allen Bürgerinnen und Bürgern unabhängig der unterschiedlichen Motivlagen in themenspezifischer Ausrichtung auf die Alltagsphänomene zugänglich sein. Sie müssen sich zudem auf einem vergleichbaren und überprüfbareren Qualitätsniveau bewegen. In den Bildungsportalen genauso wie in den Portalen zur Gesundheitsförderung müssen die Grundlagen der Förderung von Gesundheitskompetenz und Beispiele guter Praxis Berücksichtigung finden.

### **Vernetzung der Akteure**

Um allen Bürgerinnen und Bürgern in Nordrhein-Westfalen bedarfsgerechte Möglichkeiten der Entwicklung einer individuellen Gesundheitskompetenz zu eröffnen und ihnen den Zugang zu den thematisch vielfältigen Angeboten zu ermöglichen, sind tragfähige interdisziplinäre und intersektionale Netzwerke mit stabiler Infrastruktur Voraussetzung. Nur dadurch sind flächendeckende und nachhaltige Angebotsstrukturen möglich, die über qualifizierte Leitungen verfügen und nach vergleichbaren Standards umgesetzt werden. Solche Netzwerke müssen jedoch politisch gewollt, koordiniert und verlässlich finanziert werden, damit sie stabil und transparent, qualitätsgesichert und intentional vergleichbar arbeiten. Bereits vorhandene Netzwerke wie „Kommunale Gesundheitskonferenz“ und „Kommunale Bildungslandschaft“ sind dabei zu nutzen.

### **Verbesserung der öffentlichen Wahrnehmung**

Die Bedeutung der Gesundheitskompetenz für eine zukunftsfähige Gesellschaft einerseits und für eine gelingende individuelle Lebensgestaltung andererseits wird zunehmend erkannt. Dieses Wissen kann aber nicht von allen Bürgerinnen und Bürgern in Nordrhein-Westfalen und oft nicht ausreichend in konkrete Handlung überführt werden. Neben einem systematischen Aufbau von niedrigschwellig zugänglichen Angeboten zur Förderung der Gesundheitskompetenz (vgl. 1.1) bedarf es auch einer Verbesserung der öffentlichen Wahrnehmung. Alle modernen Möglichkeiten zum Marketing und zur Kommunikation der Bedeutung der Gesundheitskompetenz müssen daher für Zielgruppen differenzierte Ansprachen genutzt, nachhaltig gepflegt und möglichst ausgebaut werden. Insbesondere im Hinblick auf Heranwachsende und ihre Eltern ist eine Neujustierung der Kommunikationswege mit entsprechender Sozial- und Bildungsraumorientierung nötig, um allen Kindern und Jugendlichen gleiche Bildungs- und Gesundheitschancen zu ermöglichen.

Die im Rahmen der Initiative „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ in NRW entwickelten Organisationsstrukturen „Forum“ und „Projektgruppe“ haben sich als Basis für eine Bearbeitung des Themenfeldes „Gesundheitskompetenz“ bewährt. Sie sind Erfahrungs- und Meinungsplattform für die beteiligten Akteure des Bildungssystems. Ihre Serviceleistungen wie Information, Beratung und Begleitung für Bildungsakteure sowie Bürgerinnen und Bürger sollten im Hinblick auf die Förderung der Gesundheitskompetenz im Verbund mit anderen Entwicklungen bedarfsgerecht ausgebaut werden.

### **Internationale Zusammenhänge**

Der international gebräuchliche Terminus, der dem Begriff „Gesundheitskompetenz“ zugrunde liegt, ist „health literacy“. Hier liegen international vielfältige wissenschaftliche Erkenntnisse vor. In vielen Ländern existieren gelungene Modelle der Implementierung von Maßnahmen zur Förderung der „health literacy“. Diese müssen bezüglich einer möglichen Nutzbarmachung für die Weiterentwicklung des Aktionsplans und fortgeschriebener Zielstellungen in NRW systematisch gesammelt und kommuniziert sowie auf Übertragbarkeit geprüft und ggf. adaptiert werden. Die in NRW gemachten Erfahrungen sollen in internationale Netzwerke zur Förderung der „health literacy“ eingespeist werden.

### **Projektgruppe „Gesundheitskompetenz“: Bilanz der Arbeit**

In einem gemeinsam erarbeiteten Grundlagenpapier wurde Verständigung erzielt über den Begriff „Gesundheitskompetenz“, den Arbeitsauftrag und die daraus resultierenden Ziele. Auf dieser Basis wurde ein Instrument zur Erhebung von Good-Practice-Modellen zur Förderung der Gesundheitskompetenz in Nordrhein-Westfalen entwickelt. Die Mitglieder des Forums und der Landesgesundheitskonferenz wurden um Einreichung gebeten. Im Dezember 2009 wurde die Sammlung der eingereichten Good-Practice-Modelle vom Landessportbund NRW zusammengestellt und diente als eine Grundlage für die Formulierung einer Bilanz der Projektgruppenarbeit.

Es wird angestrebt, die im bisherigen Prozess erarbeiteten theoretischen Grundlagen modellhaft in der Umsetzung anhand eines noch zu identifizierenden Feldes der Gesundheitskompetenz und/oder einer bestimmten Zielgruppe auf ihre Tauglichkeit zu überprüfen.





Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.

Friedrich-Alfred-Straße 25  
47055 Duisburg

Tel. 0203 7381-777

Fax 0203 7381-616  
Info@lsb-nrw.de

www.lsb-nrw.de



Im Sportverein bewegen. Gesundheit stärken!

unterstützt durch

Ministerium für Familie, Kinder,  
Jugend, Kultur und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen



**BKK** vor Ort