

# Gesundheitskompetenz und Kommunikation in Zeiten von Corona

Peter Nowak

26. Mai 2020, virtueller Austauschworkshop der Wiener Allianz  
für Gesundheitsförderung in Gesundheitseinrichtungen

# Den Übergang schaffen nach dem Lockdown: von Compliance zur Gesundheitskompetenz von Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung

**Von der Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung**

Dr. Barbara Juen, ÖBK/Innsbruck, Mag. Monika Stöckler, ÖBK

**Derzeitige Problematik**  
In der gegenwärtigen Situation sehen wir das Problem im Übergang von der „Fremd-“ zur „Selbst-“bestimmung dahingehend, dass in der Zeit des „Lockdown“ große Teile der Bevölkerung nicht viel mehr haben mussten über die „Anleitung“ der Maßnahmen. Die Compliance war hoch, u.a. auch wegen der erschreckenden Bilder aus Italien.

**Das Problem der Übersetzung der Vorgaben in den jeweiligen Kontext**  
Jetzt in der Phase der schrittweisen Lockerungen müssen relativ allgemein gehaltene Vorgaben von „oben“ in den einzelnen Betrieben und Organisationen, aber auch von jedem/je Einzelnen quasi übersetzt werden in den eigenen Lebenskontext. Das stellt eine große Herausforderung dar und beinhaltet vom Gesichtspunkt der graphischen Gesundheits-Chancen und Risiken.

**Chance**  
Die Chance besteht darin, dass erhöhte Freiwilligkeit und Selbstwirksamkeit wesentliche Prädiktoren für besseres Stressmanagement und höhere psychische Gesundheit in Krisen sind. Gelingt es also, den Glauben der Einzelnen an die Selbstwirksamkeit, d.h. den Glauben daran, dass man selbst etwas bewirken kann, zu fördern und den Menschen Vertrauen zu geben in die eigenen Fähigkeiten zum Selbst- und Fremdschutz, ist vorläufige Präventionsarbeit gebietet und zukünftige Compliance eher garantiert als wenn dies nicht der Fall ist.

**Risiko**  
Das Risiko besteht darin, dass Einzelne und Gruppen/Betriebe/Institutionen/Organisationen den Übergang nicht schaffen, weil sie ein Konzept der Fremdbestimmung festhalten. Eindeutige Führungskräfte Vorgaben von oben im Detail nach unten hin zu regeln versuchen und damit erreichen, dass die Mitarbeiterinnen an der Basis die Selbstwirksamkeit der Maßnahmen erschaffen.

Ein zweiter Weg in die Sackgasse ist der, dass Einzelne oder Gruppen/Institutionen/Organisationen und deren Führungskräfte sich als Ganzes den von oben verordneten Maßnahmen verweigern, weil sie keine Möglichkeit einer streifenlosen Umsetzung für sich sehen und/oder die Kosten zu hoch einschätzen.

universität  
innsbruck

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ  
Aus Liebe zum Menschen.

# Wie entsteht Gesundheit? – Selbstbestimmung

---

## Ottawa-Charter 1986:

„Gesundheitsförderung zielt auf den Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an **Selbstbestimmung über ihre Gesundheit** zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“

„Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, **selber Entscheidungen zu fällen** und **Kontrolle über die eigenen Lebensumstände** auszuüben“

## Salutogenese:

### Wie entsteht Zuversicht und damit Gesundheit?

---

Was brauchen Menschen, um **Zuversicht** („Sense of coherence“) in sich und die Welt zu haben?

» **Verstehbarkeit** → sich und die Welt verstehen

» **Bedeutsamkeit** →

» **Handhabbarkeit** →

*“um es ganz einfach zu sagen, es hilft uns, **die Welt als ‚sinnvoll‘ zu sehen, kognitiv, praktisch und emotional**”*

(Antonovsky 1996)

# Gesundheitskompetenz ist der zentrale Ansatzpunkt für Entwicklung von Zuversicht und Gesundheit

---

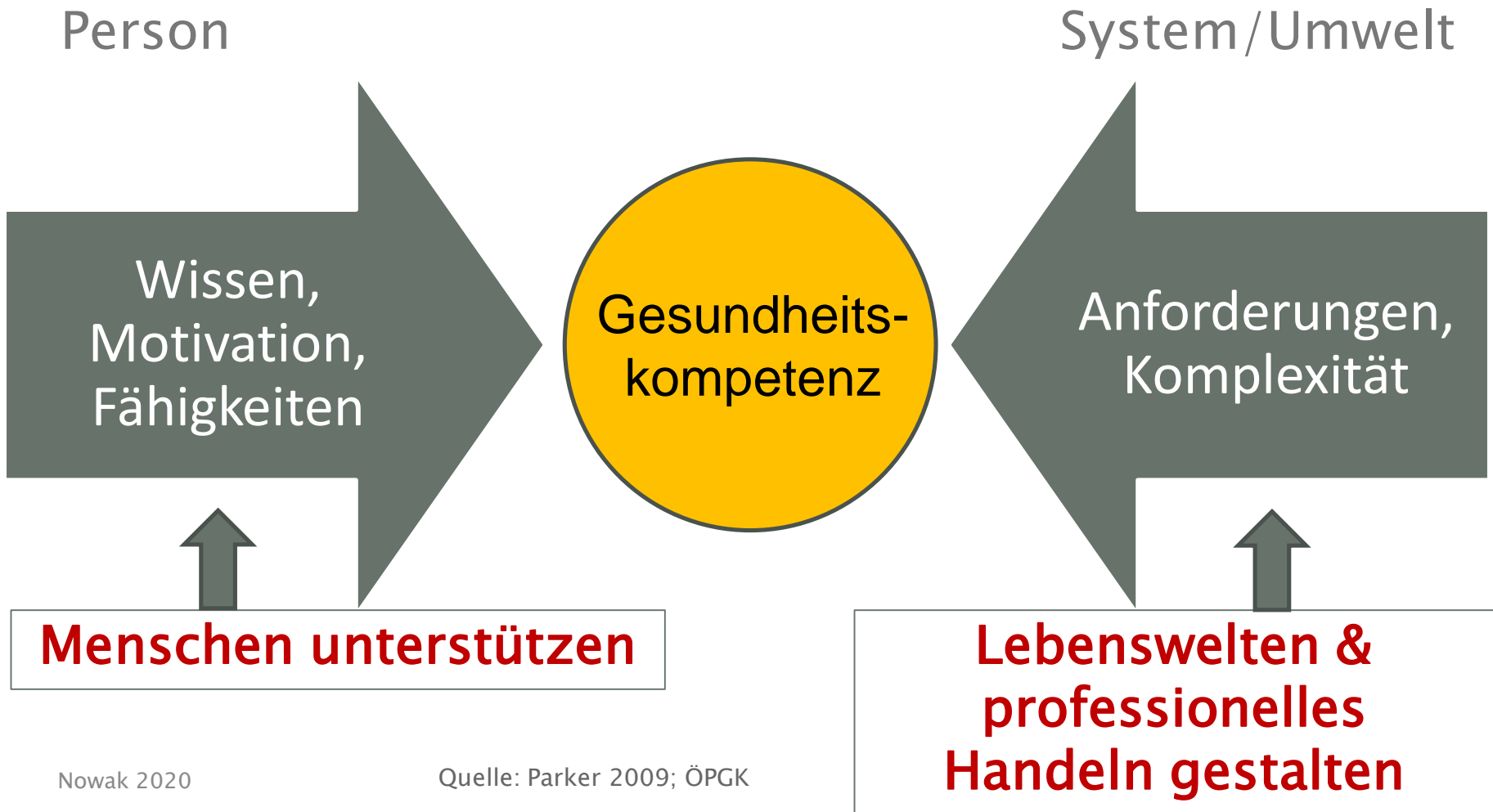
Gesundheitskompetenz gründet auf allgemeiner Bildung und umfasst

- das Wissen, **→ Verstehbarkeit**
- die Motivation und **→ Bedeutsamkeit**
- die Fähigkeiten **→ Handhabbarkeit**  
von Menschen,

relevante Gesundheitsinformationen

- zu finden,
- zu verstehen,
- zu beurteilen und
- anzuwenden.

# Gesundheitskompetenz entsteht im Verhältnis zwischen Person **UND** Umwelt





## Making every contact count

- » **Mitarbeiter\*innen und Patient\*innen** brauchen gute Informationen und Gespräche, um die „Corona-Welt“ zu **verstehen**.
- » **Gesundheitsförderung** ist auch für Corona-Bewältigung hoch relevant.
- » Jeder Kontakt ist eine Chance **Zuversicht** und **Gesundheit** zu stärken.
- » Zuhören, Information und Anleitung sind **zentrale Aufgaben** der Führung und aller Gesundheitsfachkräfte.