

Arbeitsgruppe „Gesundheitskompetenz in der Erwachsenenbildung“



Leitung der Arbeitsgruppe: Marlene Schader-Pretis, [Frauengesundheitszentrum](#)

Der Begriff Gesundheit und dessen Definitionen (u.a. WHO 1948) bildeten den Ausgangspunkt des Workshops. In der Folge wurde das Konzept der Salutogenese von Aaron Antonovsky vorgestellt, bei dem es um die Frage geht, was Menschen gesund erhält. Zentral hierbei ist das Kohärenzgefühl, das sich aus drei Punkten zusammensetzt: Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit und Handhabbarkeit.

Anschließend wurde in der Runde diskutiert, welchen Stellenwert das Thema Gesundheit in der Erwachsenenbildung hat. Es wurde eine große Vielfalt an Angeboten zu Ernährung, Bewegung, Persönlichkeitsentwicklung festgehalten, ebenso der Trend zu digitalen Angeboten durch die Coronakrise und die Tatsache, dass sich Frauen eher an Gesundheitsangeboten beteiligen. Hervorgehoben wurde auch der Einfluss von Bildung auf die Gesundheitskompetenz, wenn es darum geht, sich in der Flut an Informationen und Angeboten zurechtzufinden.

Gesundheitskompetenz (engl. health literacy) beschreibt den kompetenten Umgang mit Gesundheitsinformationen, wobei Kompetenz hier als „Zuständigkeit für sich selbst“ verstanden werden kann. Es geht darum, relevante Gesundheitsinformationen zu finden, sie zu verstehen, zu beurteilen und in einem letzten Schritt auch im Alltag anzuwenden, um selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen, die die Gesundheit fördern. Folgende drei Bereiche zählen zur Gesundheitskompetenz: Krankheitsbewältigung, Gesundheitsförderung und Prävention.

Wie Studien belegten, besteht beim Thema Gesundheitskompetenz in Österreich großer Nachholbedarf (vgl. European Health Literacy Survey 2012 (HLS-EU) bzw. österreichische Gesundheitskompetenz-Erhebung 2019 (HLS₁₉-AT)). Zu den Gründen zählen einerseits unser relativ hochschwelliges Gesundheitssystem sowie die Tatsache, dass bis zu 1 Mio. Menschen in Österreich nicht sinnerfassend lesen können. Dies stellt ein großes Problem für das Gesundheitssystem dar, da Menschen mit niedriger Gesundheitskompetenz häufiger an chronischen Krankheiten leiden.

Am Ende des Workshops standen praktische Tipps und Hinweise zu Gesundheitsinfos im Zentrum:

Gute Gesundheitsinformationen ...

- ... sind einfach zu verstehen
- ... kommen von vertrauenswürdigen Einrichtungen
- ... beziehen sich auf wissenschaftliche Erkenntnisse
- ... beschreiben mehrere Möglichkeiten mit Vor- und Nachteilen
- ... machen keine Angst, sondern informieren neutral und sachlich

Linktipps zum Weiterlesen:

www.gesundheit.gv.at Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs

<http://oepgk.at/die-oepgk/gesundheitskompetenz/> Österreichische Plattform für Gesundheitskompetenz (ÖPGK)

www.gesundheitsinformation.de Website des deutschen IQWiG (Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen)

<http://www.frauengesundheitszentrum.eu/> Website des Frauengesundheitszentrums

Der Tag der Weiterbildung wurde in Kooperation des Bildungsnetzwerks Steiermark mit dem Land Steiermark (A6) durchgeführt.