



Toppeltümpel

Salutogenese kennen und verstehen¹

CLAUDIA MEIER MAGISTRETTI

Salutogenese ist die Wissenschaft von den Bedingungen, die Gesundheit ermöglichen, aufrechterhalten und wiederherstellen. Im Unterschied zur Pathogenese, die sich mit Ursachen von Krankheit beschäftigt, fokussiert Salutogenese die Ursachen von Gesundheit. Dieses Gebiet der Gesundheitswissenschaft gründet auf der Theorie der Salutogenese von Aaron Antonovsky, die inzwischen mehrheitlich empirisch validiert ist und über eine mittlerweile mehr als 40-jährige Tradition weltweiter Forschung verfügt. Mit der globalen Arbeitsgruppe zur Salutogenese der internationalen Gesellschaft für Gesundheitsförderung (IUHPE) hat sich das Wissensgebiet zu einem Schwerpunkt in Public Health mit Lehrstühlen für Salutogenese, früher an der Universität Trondheim in Norwegen, heute unter anderem mit dem Zentrum für Salutogenese an der Universität Zürich, entwickelt.

Im deutschen Sprachraum wurde die Theorie der Salutogenese in den 1990-er Jahren breit rezipiert. Seither sind vorwiegend themenspezifische Bücher zu einzelnen Fragestellungen oder Anwendungsgebieten erschienen. Es fehlt ein aktualisiertes umfassendes Grundlagenwerk zur Salutogenese, welches Theorie, Empirie und Praxis auf dem gegenwärtigen Wissensstand zusammenfassend darstellt und neue Entwicklungen in diesem Gebiet aufzeigt. Diese Lücke soll das vorliegende Buch schliessen.

Das Buch richtet sich sowohl an eine wissenschaftlich interessierte Leserschaft als auch an Praktikerinnen, Studierende und Dozierende im interdisziplinären Feld der Gesundheitsförderung. Es soll informieren, Orientierung geben und anregen, vor

allem aber auch ermutigen: Als ich als junge Studentin Aaron Antonovsky in einem Referat am Gesundheitsförderungskongress in Berlin zuhörte, war ich begeistert, beeindruckt und fühlte mich am Tor zu einer neuen Welt. Ich ging auf Aaron Antonovsky zu und fragte ihn, wo ich das, worüber er gesprochen habe, lernen könne. Antonovsky antwortete mit einem Lächeln: «Sie sollen nicht lernen. Nehmen Sie die Theorie und entwickeln Sie sie weiter». Das zu tun (und zu wagen), wünschen wir allen, die dieses Buch lesen. Damit soll keiner beliebigen Ratgeberrezeption das Wort geredet werden, in der «alles, was gut ist, auch Salutogenese ist und umgekehrt» (wie Soo Downe in Kapitel 10 des Buches kritisch bemerkt), sondern eine fundierte, wissenschaftsbasierte und praxisbezogene Auseinandersetzung in vielfältigen Forschungs- und Praxisfeldern angeregt werden. Dafür enthält das vorliegende Buch Beiträge von Autorinnen und Autoren aus Deutschland, Österreich und der Schweiz sowie deutsche Übersetzungen von internationalen Übersichtskapiteln aus dem 2016 erschienen Internationalen Handbuch zur Salutogenese zu verschiedenen Aspekten der Salutogenese, zu den folgenden Themengebieten:

Teil 1: Von der Anatomie der Gesundheit zur Architektur des Lebens

Herzstück und erster Teil des Buchs ist die aktualisierte deutsche Übersetzung des „Hitchhiker’s Guide to Salutogenesis“ von Bengt Lindström und Monica Eriksson. Das Buch ist 2010 in Englisch²

¹ Nachdruck des Einleitungskapitels zu dem von der Autorin herausgegebenen Buch „Salutogenese kennen und verstehen“, Bern 2019 mit freundlicher Genehmigung des Hogrefe-Verlags, bei dem wir uns herzlich bedanken.

² Lindström, B., & Eriksson, M. (2010). *The Hitchhiker’s Guide to Salutogenesis*. Salutogenic pathways to health promotion. Helsinki.

erschienen und inzwischen ins Spanische (2011)³, Französische (2012)⁴, Norwegische (2015)⁵ und Italienische⁶ übersetzt worden. Das Buch verdichtet die Komplexität des vorhandenen Wissens zur Salutogenese in kurze Kapitel und spricht eine grosse Breite von Themen an. Es bietet einen kompakten Überblick zu Theorie, Empirie, Methodik und Praxis der Salutogenese. Dazu fasst es grundlegende Studien und aktuelle Evidenzen nach themenspezifischen Schwerpunkten (z. B. psychische Gesundheit) zusammen und stellt systematische Bezüge her zur Praxis der Gesundheitspolitik, zu Grundlagen der Ottawa-Charta, zu Konzepten der Lebensqualität und der Chancengerechtigkeit. Es nimmt Abgrenzungen vor zu verwandten Ansätzen wie z. B. der Resilienz und beleuchtet auch ausführlich kritische Punkte des Salutogenese-Ansatzes und dessen Einbettung in aktuelle wie zukünftige Entwicklungen und Problemlagen der Gesundheitsförderung. Für die deutsche Übersetzung haben Bengt Lindström, Monica Eriksson und Claudia Meier Magistretti wesentliche Teile des englischen Originals überarbeitet, aktualisiert und ergänzt.

Teil 2: Neue Entwicklungen in der Theorie der Salutogenese

Der zweite Teil in «Salutogenese kennen und verstehen» bietet einen Einblick in die Weiterentwicklung der Theorie der Salutogenese aus der Perspektive verschiedener Autorinnen und Autoren aus unterschiedlichen Disziplinen. Hier werden neue Fragestellungen adressiert, welche die Entstehung des Kohärenzsinn und dessen «Genese» in der frühen Kindheit, im Lebenslauf und (im Zusammenhang mit den generalisierten Widerstandsressourcen) im Alltag darstellt. Daneben werden neue Konzepte skizziert, welche die Bedeutung der sozialen Gesundheit in der Theorie der Salutogenese und die Fähigkeit von Fachpersonen der Praxis thematisieren, die zur Stärkung des Kohärenzsinn beitragen.

Teil 3: Salutogenese in Evidenzen und empirischen Befunden

2016 ist das erste internationale Handbook zur Salutogenese⁷ erschienen, das unter anderem die bisher nur disperse und schwierig zugängliche europäische Forschungsliteratur in deutscher Sprache aufgearbeitet und die internationale Evidenz aktualisiert hat. Der dritte Teil des vorliegenden Buches enthält überarbeitete Kurzversionen ausgewählter Kapitel aus dem „Handbook of Salutogenesis“ von Mittelmark et al. (2016) in deutscher Sprache, die jeweils den aktuellen Forschungsstand in unterschiedlichen

Settings (Organisationen, Gemeinden, Quartieren und Familien) wiedergeben.

Teil 4: Salutogenese in der Praxis der Gesundheitsförderung

Lange war die praktische Umsetzung und Anwendung der sehr zahlreichen empirischen Befunde zur Salutogenese lediglich ein Postulat. In der Englischen Originalfassung des «Hitchhiker's Guide to Salutogenesis» schrieb Bengt Lindström: «Wir hoffen, dass die Forschungsergebnisse noch vermehrt in der Praxis umgesetzt werden». Das ist inzwischen in vielen Gebieten und auf unterschiedlichen Ebenen geschehen, wie der vierte Teil dieses Buches zeigt. Hier befassen sich Autorinnen und Autoren aus ganz unterschiedlichen Praxisfeldern mit der wissenschaftsbasierten salutogenen Praxis in der Gesundheitspolitik, in der Geburtshilfe, in der Sozialen Arbeit und in der Beratungstätigkeit. Diese Kapitel sind über die spezifischen Arbeitsfelder hinaus relevant, weil sie grundsätzlich aufzeigen, wie salutogene Praxis gestaltet und geschaffen werden kann.

Teil 5: Salutogenese und Bildung

Teil 5 des Buches befasst sich mit Salutogenese und Bildung und betritt damit – auch im internationalen Kontext betrachtet – teilweise Neuland. Während Salutogenese in Schulen bereits ein etabliertes Thema der Salutogenese-Forschung ist, sind die Übertragung der Theorie der Salutogenese in die Hochschullehre und in die Berufsbildung ebenso neu wie die Darstellung eines salutogenen Lernprozess aus der Perspektive einer Studierenden. Hierzu finden sich Kapitel von Autoren und Autorinnen aus Deutschland und aus der Schweiz, die wichtige Anstösse zu Innovationen bieten.

Teil 6: Die Salutogenese und ihre Menschen

Die Salutogenese, die bahnbrechend neue Paradigmen begründet und initiiert hat, verdanken wir letztlich den überlebenden Frauen des Holocaust in Israel. Wir verdanken sie aber auch Aaron Antonovsky, der die Aussergewöhnlichkeit dieser Frauen, ihrer Geschichten, ihrer Leistungen und ihrer Gesundheitsbiografien erkannt, gewürdigt, zutiefst ernst genommen und sie zum Ausgangspunkt für seine Theorie der Salutogenese gemacht hat. Dass Antonovsky deswegen geachtet und verehrt wird, gebührt ihm. Die Ansätze des Personenkults, die sich in simplifizierenden Rezeptionen seiner Theorie und Arbeit zuweilen finden, wären ihm aber sicherlich zutiefst zuwider gewesen. Dies zeigt das Kapitel zu Antonovsky's Leben und Werk, das wir seinem Sohn, Avishai Antonovsky, verdanken. Er zeigt darin – gestützt auf viele Gespräche mit Aaron Antonovsky's Studierenden, Mitarbeitenden, Weggefährten und Kolleginnen – wie Antonovsky's wissenschaftliche Tätigkeit mit seiner Person verbunden und von ihr geprägt war.

3 Lindström B, Eriksson M. (2011). *Guia del autoestopista salutogénico: camino salutogénico hacia la promoción de la salud*. Documenta Universitaria

4 Lindström B, Eriksson M. (2012). *La Salutogenese. Petit guide pour promouvoir la santé*. Les Presses de l'Université Laval

5 Lindström B, Eriksson M. (2015). *Haikerens guide til salutogenese, helsefremmende arbeid i et salutogent perspektive*. Gyldendal. Oslo

6 Lindström, B. & Eriksson, M (2018). *Salutogenesis. Una guida per promuovere la salute*. A cura di Guiseppa M. Masanotti. Cultura e salute editore, Perugia.

7 Mittelmark, M.B., Sagy, S., Eriksson, M., Bauer, G., Pelikan, J.M., Lindström, B., Espnes, G.A. (Eds.) (2016): *The International Handbook of Salutogenesis*. Berlin, Heidelberg: Springer. <http://www.springer.com/de/book/97833190459>

Die weiteren Kapitel dieses Buchteils bezwecken, Einsteigenden, Interessierten und Studierenden die historischen und aktuellen Entwicklungen der Salutogenese-Forschung im deutschen Sprachraum aufzuzeigen und als «Who is who» der Salutogenese-Forschung Vernetzungen zu erleichtern.

Wie jedes Buch ist auch dieses nur dank den Beiträgen vieler Menschen entstanden. An dieser Stelle geht mein besonderer Dank an:

- **Bengt Lindström** für die gemeinsame Konzeption des Buchs,
- **Bengt Lindström und Monica Eriksson** für ihr Vertrauen in die Übersetzungsarbeit, ihre Arbeit bei der Aktualisierung und Überarbeitung des «Hitchhiker's Guide to Salutogenesis» und für die vielen bereichernden Begegnungen und Gespräche entlang dieses Buches,
- Den **Autorinnen und Autoren** der deutschen Kapitel, die bereit waren, Ihre Studien, Konzepte, Gedanken und Ideen in konzentrierte kurze Kapitel zu verdichten sowie den Verfasserinnen und Verfassern der übersetzten Kapitel, welche die Mühe auf sich genommen haben, die Kurzfassungen auf Deutsch oder in der Rückübersetzung zu prüfen und zu autorisieren,
- **Jürgen StremLOW** für die Ermöglichung des Buchprojekts,
- **Sarah Auerbach** und **Miro Velgo** für die Unterstützung bei der Übersetzungsarbeit sowie **Marianne Müller, Valentin Ender** und **Michael Mikolasek** für die Mithilfe bei der Schlussredaktion und
- **Hans Magistretti** für seine unermüdliche Geduld und die liebevolle Begleitung (auch) dieses Projekts und dafür, dass er der erste und kritischste Leser der Manuskripte war.

Luzern und Bern, im Sommer 2019

Claudia Meier Magistretti

Prof. Dr. Claudia Meier Magistretti

ist Psychologin FSP und Forschungsverantwortliche am Institut für Sozialpädagogik und Bildung der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Sie beschäftigt sich seit vielen Jahren mit Themen der Wirksamkeitsforschung von Prävention und Gesundheitsförderung, der Salutogenese, der Chancengerechtigkeit u. a. in der frühen Kindheit. Sie war Leitungsmittglied zweier EU-COST (Cooperation of Scinecs and Technology)-Aktionen zu Themen rund um die Geburt und um die erste Lebenszeit von Kindern. Sie ist Mitglied der Global Working Group of Salutogenesis und Vizedirektorin für Globale Partnerschaft im Executive Board der IUHPE (International Union for Health Promotion and Education). Sie ist Autorin mehrerer Bücher und Lehrbeauftragte an verschiedenen Hochschulen und Universitäten in Europa.



Quelle: Autor