

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 36 (1979)

Heft: 3

Artikel: Problem Gesundheitserziehung

Autor: Bretscher, Georges

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-994546>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Problem Gesundheits- erziehung

Dr. phil. Georges Bretscher

Dr. G. Bretscher ist Sozialpsychologe mit spezieller kommunikationswissenschaftlicher Ausbildung. Als Leiter der «Dokumentationsstelle für Gesundheitserziehung» in Zürich sieht er seine Hauptaufgabe darin, medizinisches und psychologisches Wissen so umzusetzen, dass es der breiten Bevölkerung und ausgewählten Zielgruppen zugänglich wird. Die Red.

Kaum jemand wird hierzulande ernsthafte Einwände gegen Gesundheitserziehung vorbringen, selbst Leute und Institutionen nicht, die gewissermassen «von der Krankheit leben». Aber bei den Verfahrensfragen gehen die Meinungen stark auseinander, noch liegt kein allgemein anerkanntes Konzept vor.

Im folgenden sollen einige Aspekte der Gesundheitserziehung Erwähnung finden, ohne dass wir im einzelnen untersuchen wollen, ob es sich um eine Ursache oder Auswirkung der erwähnten Konzeptlosigkeit handelt. Wahrscheinlich trifft in jedem Fall beides zu.

Warum wirkt Gesundheitserziehung nicht besser?

Seit Urzeiten hat der Mensch seiner Gesundheit nicht die nötige Sorgfalt angedeihen lassen. Für frühere Zeiten kann man diesen Umstand weitgehend mit dem Mangel an wissenschaftlichen Erkenntnissen und mit materiellen Missständen erklären. Für die heutige Industriegesellschaft ist eine derartige Erklärung nicht mehr tauglich: Die hygienischen Verhältnisse sind gut, unser Wissen um krankmachende Faktoren hat sich gewaltig vermehrt. Kaum jemand wird bestreiten, dass Tabakkonsum, übermässiger Drogenkonsum, mangelnde Bewegung, falsche Ernährung usw. krank machen. Solches Wissen hält aber selten davon ab, seiner Gesundheit Schaden zuzufügen.

Wissen genügt also nicht, daher wird in der Gesundheitserziehung der Ruf nach «Motivation» laut: Man sucht nach Argumenten, die eine positive Verhaltensänderung bewirken sollen. Trotz weitgehender Praktizierung eines solchen psychologischen Vorgehens sind wir aber nicht viel weiter gekommen: Man weicht den Argumenten aus, eine Motivierung kommt nur kurzfristig, eine Verhaltensänderung meist überhaupt nicht zustande, manchmal tritt an die Stelle des einen Fehlverhaltens ganz einfach ein anderes.

Als Grund für die oft erlebten Fehlschläge in der Gesundheitserziehung möchte ich zwei Umstände bezeichnen: Zum einen ist die Gesundheitserziehung allzusehr auf relativ kurzfristige Erfolge aus, sie steht unter Erfolgzwang. Zum anderen haben sowohl die Gesundheitserzieher

als auch die Öffentlichkeit Mühe, die menschliche Gesundheit als nicht nur individuelles, isoliertes Problem zu betrachten.

Die Atomisierung unseres Lebensbereiches

Nicht nur bei gesundheitlichen Fragen, auch in der Politik, in Wirtschaft, im Beruf, Familie und Freizeit sind einem Grossteil der Bevölkerung die aktuellen und zukünftigen Probleme über den Kopf gewachsen. Die Kompliziertheit der gesellschaftlichen Entwicklung, Leistungsdruck und Informationsflut machen es den meisten unmöglich, über den Tag hinausgehende und thematisch weiterreichende Zusammenhänge zu erkennen.

Um dennoch eine gewisse Orientierung zu erhalten, klammert man sich an den naheliegendsten und einfachsten Problemen fest. Beispielsweise überdenken die wenigsten ihre persönliche Arbeits- und Freizeitproblematik.

Mit der persönlichen Gesundheit – oder gar der Volksgesundheit – steht es nicht anders.

Was die Situation zusätzlich erschwert, ist die weitgehende «Delegierung der Gesundheit» an Instanzen, die sich dafür anbieten: Ärzte, Spitäler, Apotheker, Versicherungen, Gesetzgeber werden für die persönliche Gesundheit als zuständig erachtet. Es handelt sich dabei tatsächlich um eine weitgehende Delegierung, nicht um eine teilnehmende, kollektive Stützung dieser Institutionen. Auch eine echte Individualisierung gesundheitlicher Probleme kommt nicht zustande; sie stolpert an der Tendenz, Krankheit zu verdrängen.

Wege aus dem aktuellen Dilemma

Die Gesundheitserziehung in der Schweiz bedarf eines Konzeptes, wenn sie nicht weiterhin ein Schattendasein führen soll. Die folgenden Stichworte mögen hierzu einen Diskussionsbeitrag leisten:

Langfristige Ziele:

Viele Gesundheitserzieher möchten innert kürzester Zeit sichtbare Wirkungen erzielen. In den allermeisten Fällen darf jedoch realistischerweise nicht damit gerechnet werden. Gesundheitserziehung ist ein langfristiger Prozess, greifbare Ergebnisse sind oft erst nach Jahren oder Jahrzehnten zu erwarten. Der Komplexität menschlichen Fehlverhaltens in einer sich stets verändernden Umwelt lässt sich nur mit anhaltender, flexibler Erziehungstätigkeit begegnen.

«Erziehung» breiter fassen:

Die Gesundheitserziehung beschränkt sich noch weitgehend auf das «klassische» erzieherische Vorgehen: Einfache, isolierte Fakten und

Ratschläge, versucht man mittels herkömmlicher – oft ungeeigneter – Methodik traditionellen Zielgruppen beizubringen (zum Beispiel in einem Schulfach wie «Lebenskunde»). Natürlich müssen diese Wege nach wie vor beschritten werden. Erziehung im Sinn von «Beeinflussung» benötigt jedoch auch andere, noch viel zu wenig benutzte Kanäle und neue Zielgruppen: So bildet beispielsweise die politische, das heißt strukturelle Einflussnahme eine nicht zu unterschätzende Strategie. Neben den üblichen Ziel- und Risikogruppen (zum Beispiel Kinder, Berufstätige, Drogenabhängige) wären auch ganze Familien, Entscheidungsträger in Wirtschaft und Politik, unter Leistungsdruck stehende Menschen usw. gezielt anzugehen.

Infiltration aller Lebensbereiche:

Die nahezu völlige Nichtexistenz von «Gesundheit» in zahllosen Lebensbereichen (zum Beispiel Konsumverhalten, Politik, Zusammenleben am Arbeitsplatz) verhindert eine frühzeitige Einflussnahme und führt letztlich zu jener Symptombekämpfung, mit der man sich zu oft herumschlagen muss. Eine derartige «Infiltration» bereitet den Boden für gezielte Programme vor, fördert die Eigenkreativität oder sensibilisiert zumindest für gesundheitserzieherische Probleme. Ein subtiles Vorgehen hilft überdies mit, den negativen Beigeschmack von Gesundheitserziehung («Sektierertum») zu beseitigen. In der Schule wäre Gesundheitserziehung selbstverständlich fächerübergreifend zu betreiben.

Interdisziplinarität und Kooperation:

Zweifellos benötigen wir Stellen, die sich ganz speziell mit einzelnen Problemkreisen wie zum Beispiel der Drogenprophylaxe oder der Unfallverhütung befassen. An kompetenten Leuten und Institutionen fehlt es nicht. Nur vermisst man in den Arbeiten dieser Stellen sehr oft eine Bezugnahme auf andere Probleme. Jede Information sollte vom Adressaten mit dem richtigen Stellenwert für seine Lebensführung versehen werden können. Aufklärung über Suchtgefährden beispielsweise muss auf krankmachende Faktoren der sozialen Umwelt und deren Veränderbarkeit eingehen. Um dabei auch praktikable «Rezepte» anbieten zu können, sollten jeweils zuständige Fachleute – vom Betriebswirt bis zum Ökologen – beigezogen werden.

Vermehrte Koordination und Kooperation wäre nicht nur mit einem höheren Wirkungsgrad verbunden, sie würde auch die Stellung der primären Prophylaxe als Stiefkind der kurativen Medizin entscheidend verbessern.

Leistungsfähiger mit korrektem KRAFT-TRAINING

Eine Anleitung für Trainer, Athleten und Fitness-Sportler mit 62 Abbildungen

Dieses Handbuch zeigt, wie wichtig und unentbehrlich das Krafttraining für jeden ist und zu jeder Fitness gehört.

Im Buch- und Fachhandel. Fr. 18.80

Erschienen im Copypress Verlag,
Postfach 153, 8035 Zürich.
Tel. 01. 26 49 59

Werner Kieser — Neuerscheinung

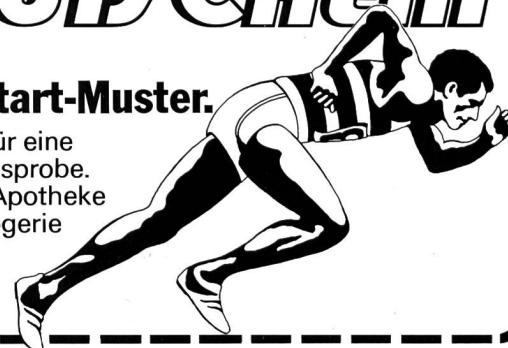


»i

GUTSCHEIN

für 5
Top Start-Muster.

Genug für eine Wirkungsprobe.
In Ihrer Apotheke oder Drogerie einlösen.



Top fit mit Top Start und Top Ten.

Jetzt gibt es neben Top Ten – dem leistungsfördernden Energieschub aus der Flasche – ein neues Galactina Produkt für Sportler: Top Start.

Eine Massage-Emulsion mit Tiefenwirkung. Ideal kurz vor dem Start. Denn Top Start sorgt dank seinen hyperämisierenden Wirkstoffen für eine optimale Durchblutung der Muskeln. Und verringert so das Risiko von Krämpfen, Zerrungen und Muskelrissen.

Ideal aber auch am Ziel. Denn nach einem Wettkampf oder harten Training angewandt, bekämpft es den lästigen Muskelkater: es hilft, die Ermüdungsstoffe schneller auszuscheiden. Zahlreiche Spitzensportler haben Top Start getestet und sind davon überzeugt.

In Flaschen
zu 150 ml für Fr. 8.40
und 1 Liter für Fr. 39.75.

TOP START Galactina

Damit Sie Ihr Ziel erreichen.

FIT STEIN-IN SETIN



Um eine Idee voraus

merboso

Merboso AG, Industrie Nord, 8902 Urdorf, Tel. 01/734 12 27

WYSIGOR

Herztätigkeit?

Nachweis und Überwachung am einfachsten mit dem handlichen batteriebetriebenen

Cardiophone

Die Herzaktion wird mit Hilfe des EKG-Signals (QRS-Komplex) nachgewiesen, das heisst optisch und akustisch angezeigt; bei Brady- und Tachykardie wird Alarm ausgelöst.

Anwendungsbereiche: Das Gerät eignet sich für ein breitgestreutes Feld von Anwendungsfällen, sowohl in der ärztlichen Praxis als auch im Gelände, für das Rettungswesen und für erste Hilfe (Schwimmbäder, Saunas, Schulen, Betriebe, usw.). Als typische Anwendungsbeispiele seien genannt:

Nachweis der Herztätigkeit:

- nach Unfällen.

Überwachung der Herztätigkeit:

- beim Transport von Kranken und Schwerverletzten,
- bei künstlicher Beatmung,
- während Transfusionen,
- während Hämodialyse,
- bei Lokalanästhesien und leichten Allgemeinanästhesien

Kontrolle der Herzfrequenz:

- beim sportlichen Training,
- bei Kreislaufregulationstests (zum Beispiel Schellong-Test).

Erkennung der Herzrhythmusstörungen:

- bei körperlicher Belastung (Arbeitsversuch),
- bei der Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankten.

Preislich sehr günstig – Verlangen Sie Prospekt.

Alleinvertrieb:
IZOVAL S.A., 1522 Lucens, Tel. 021 / 95 85 39