# Gesundheitskompetenz

18.07.2023

## Workshop an der HAW Hamburg

Team CamPuls

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

HAW HAMBURG

CamPuls

AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

# Agenda

1. Was ist Gesundheitskompetenz?
2. Nationaler Aktionsplan GK
3. Gesundheitskompetenz nach Lenartz
4. Kompetenzwerkstatt
5. HOOU-Angebote
6. Fachprojekte an der HAW
7. Beispiel anderer Hochschulen, Zertifikate, CP
8. Diskussionsteil

# 1. Was ist Gesundheitskompetenz?

erweiterte Public-Health-Perspektive:
Gesundheitskompetenz umfasst einen aktiven und konstruktiven Umgang mit gesundheitsbezogenen Informationen sowie Gesundheitsdiensten und wird definiert als die kognitiven, sozialen und motivationalen Fähigkeiten, die nötig sind, „... um
(1) Zugang zu Gesundheitsangeboten zu bekommen,
(2) diese zu verstehen und
(3) sie so zu verwenden, dass es sich gesundheitsförderlich und -erhaltend auswirkt“ (Nutbeam, 1998, S. 357)

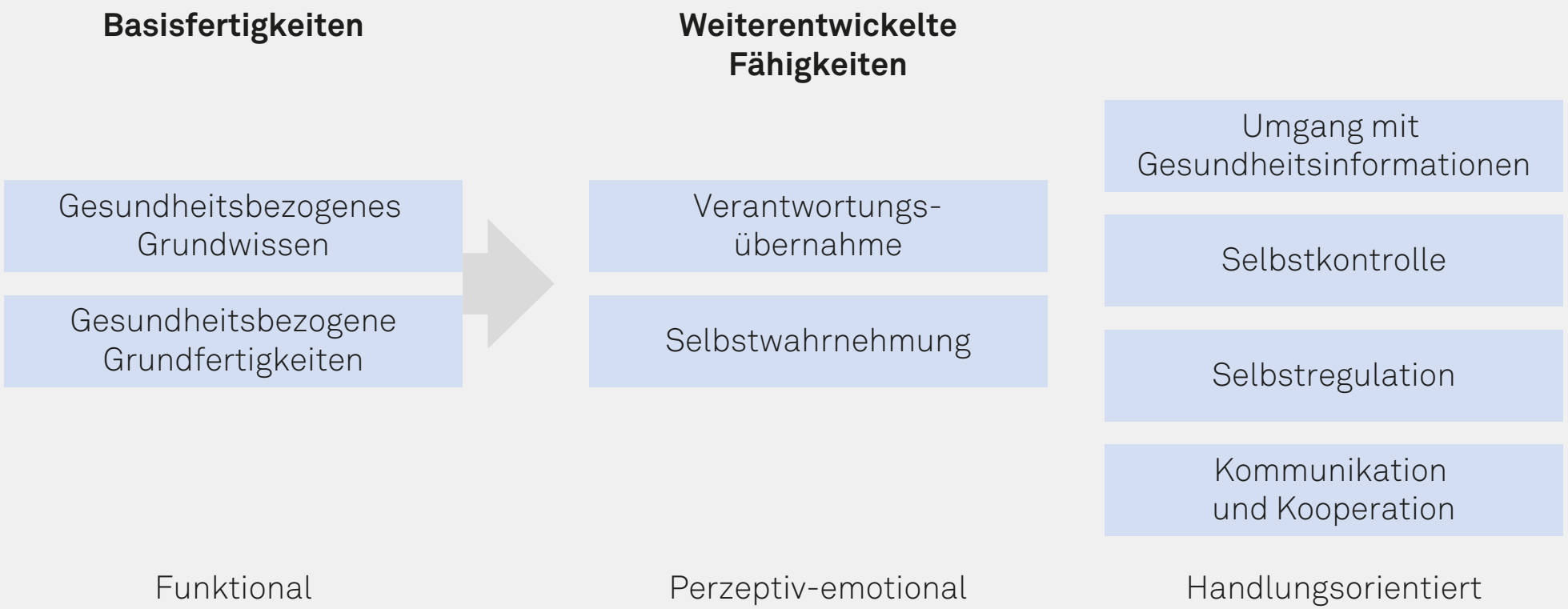
# Drei Formen der Gesundheitskompetenz
## (Nutbeam, 2000)

(1) **eine funktionale Fo**rm, die grundlegende Fähigkeiten zum Lesen und Verstehen gesundheitsbezogener Informationen umfasst

(2) eine **kommunikative, interaktive Form**, die soziale und kognitive Fähigkeiten fokussiert, welche für eine adäquate Kommunikation und Interaktion mit dem Gesundheitssystem und den Dienstleistenden notwendig sind

(3) eine **kritische Form**, die Kompetenzen beschreibt, welche für eine aktive und kritische Auseinandersetzung mit gesundheitsrelevanten Informationen und Angeboten wichtig sind  (wichtig für Empowerment).

# Komponenten des Strukturmodells der Gesundheitskompetenz



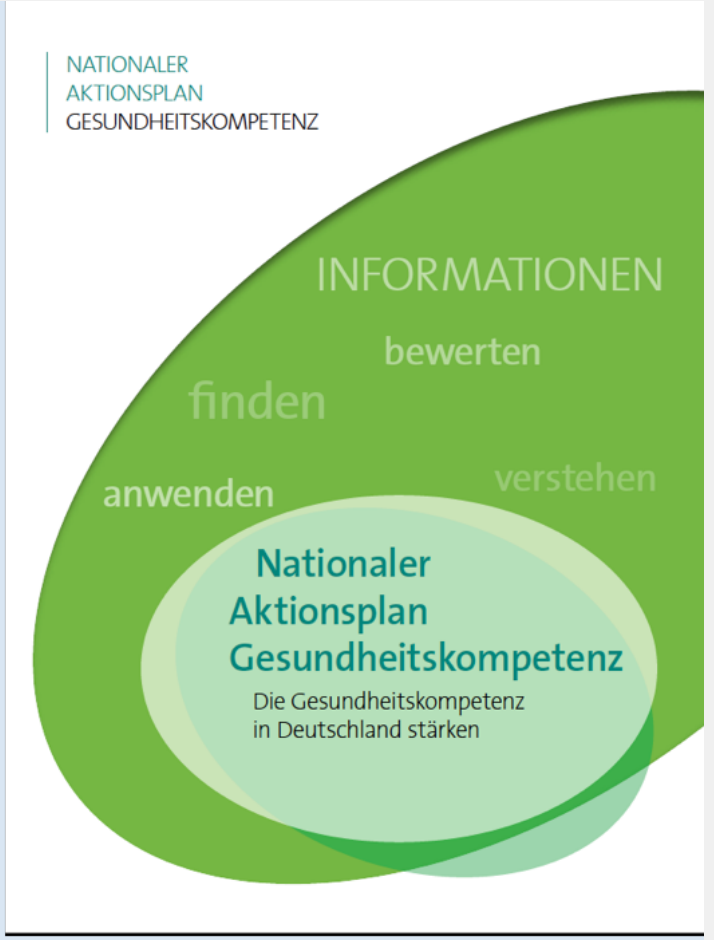

Quelle: Kohlmann, C-W, Salewski, C & Wirtz MA (2018): Psychologie in der Gesundheitsförderung. Göttingen: Hogrefe

# 2. Nationaler Aktionsplan GK

zivilgesellschaftlichen Initiative: einem Expertenkreis von Wissenschaftlern unterschiedlicher Disziplinen, einigen Vertretern der Praxis und einigen Repräsentanten der Politik.

Empfehlungen konzentrieren sich auf 4 Handlungsfelder: Gesundheitskompetenz in den Lebenswelten, gesundheitskompetentes Gesundheitssystem, Gesundheitskompetenz und chronische Erkrankung und Forschung zur Gesundheitskompetenz. Übergabe an den Gesundheitsminister im Frühjahr 2018 endete die Arbeit der Expertengruppe, Umsetzung folgt


- Schaeffer, D., Hurrelmann, K., Bauer, U. und Kolpatzik, K. (Hrsg.) (2018): Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz. Die Gesundheitskompetenz in Deutschland stärken. Berlin: KomPart.
- Schaeffer, D., Gille, S., Hurrelmann, K. (2020) Der Nationale Aktionsplan Gesundheitskompetenz geht in die zweite Phase der Umsetzung, Gesundheitswesen, 82: 818–820, DOI 10.1055/a-1288-6968

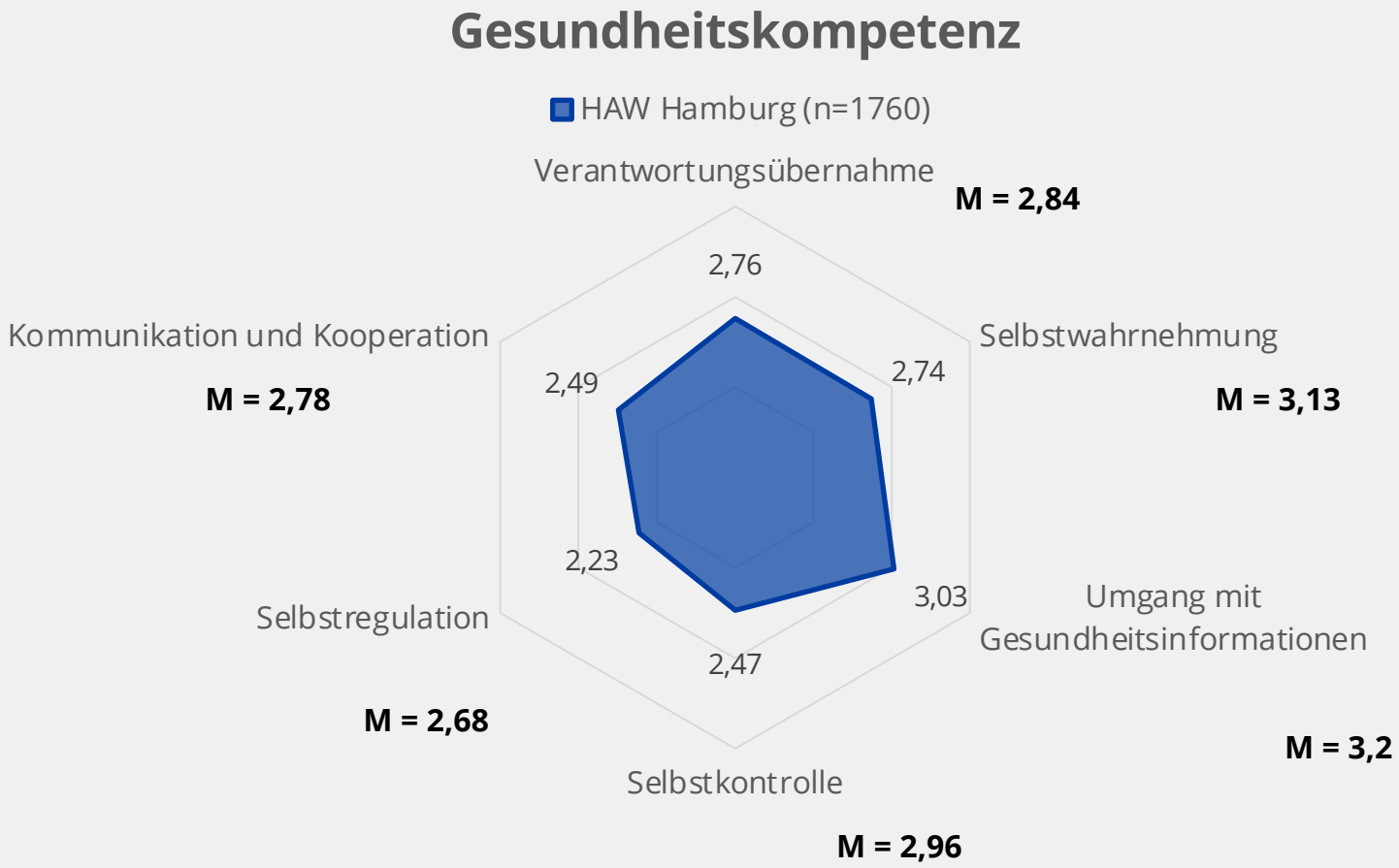



# 2. Nationaler Aktionsplan GK

Aus dem nationalen Aktionsplan Gesundheitskompetenz erwächst auch für Hochschulen die Aufgaben, die Gesundheitskompetenz Studierender zu ermitteln und zu fördern.

Im Projekt haben wir die Konzeption nach Lenartz ausgewählt, die sechs Dimensionen abdeckt: Selbstregulation, Selbstkontrolle, Selbstwahrnehmung, Verantwortungsübernahme, Kommunikation und Kooperation und Umgang mit Gesundheitsinformationen.

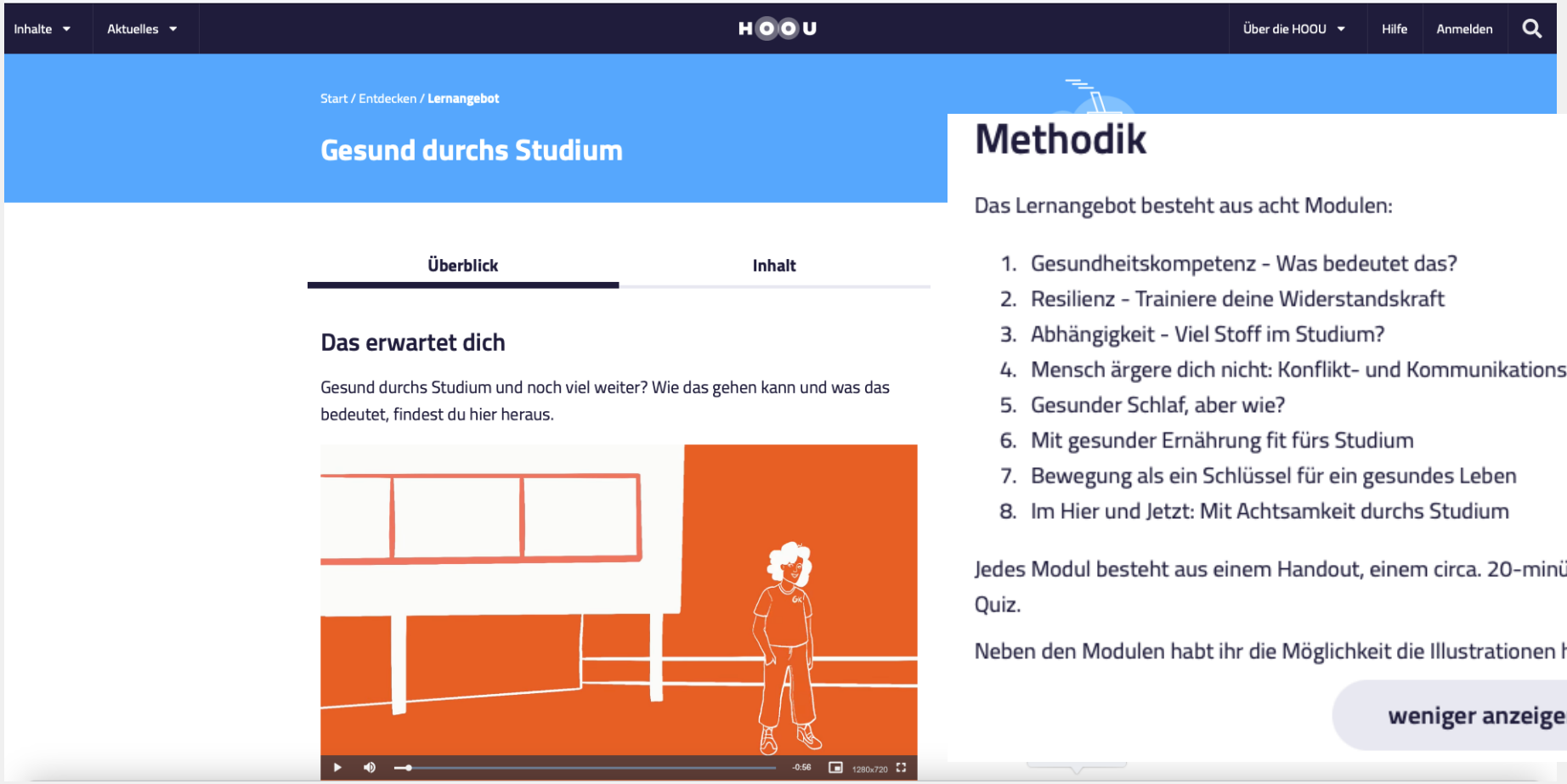
# 3. Gesundheitskompetenz nach Lenartz




Vergleichsdaten aus Normstichprobe (Lenartz, 2012)

# 4. Kompetenz-werkstatt

# 5. Hamburg Open Online University




## Methodik

Das Lernangebot besteht aus acht Modulen:

1. Gesundheitskompetenz - Was bedeutet das?
2. Resilienz - Trainiere deine Widerstandskraft
3. Abhängigkeit - Viel Stoff im Studium?
4. Mensch ärgere dich nicht: Konflikt- und Kommunikationsmanagement
5. Gesunder Schlaf, aber wie?
6. Mit gesunder Ernährung fit fürs Studium
7. Bewegung als ein Schlüssel für ein gesundes Leben
8. Im Hier und Jetzt: Mit Achtsamkeit durchs Studium

Jedes Modul besteht aus einem Handout, einem circa. 20-minütigem Podcast sowie einem abschließenden Quiz.

Neben den Modulen habt ihr die Möglichkeit die Illustrationen herunterzuladen.

weniger anzeigen

https://www.hoou.de/projects/gesund-durchs-studium/preview

# 6. Fachprojekte an der HAW Hamburg

- Kompetenzwerkstatt 2019-2022 (studentisches Projekt mit Förderung BWFGB)
- Fachprojekte Ökotrophologie/Gesundheitswissenschaften, Soziale Arbeit, Maschinenbau und Produktionstechnik (geplant)
- studentisches Projekt 2023/24: House of Health (gefördert von der Claussen-Stiftung)

# 7. Beispiele anderer Hochschulen

- **Uni Göttingen**: Zertifikatsprogramm Gesundheitskompetenz: Gesund leben und studieren (Pflicht- und Wahlpflichtmodule 18 CPs)
- **Uni Paderborn**: Gesundheitspass und Gesundheitszertifikat, mein beneFIT@upb.de - Dein Studentisches Gesundheitsmanagement an der Uni Paderborn
- **Uni Lübeck**: Lübeck University Students Trial (LUST) seit 2011
- **KIT Karlsruhe**: House of Competence zentrale wissenschaftliche Einrichtung für Schlüsselkompetenzen verbindet die Stärken einer akademischen Schlüsselkompetenzeinrichtung mit den Handlungsfeldern des KIT: Forschung, Lehre und Innovation.

# Mögliche Ansätze für die Diskussion:

- Wie kann eine gezielte Förderung der sechs Aspekte der Gesundheitskompetenz erfolgen?
- Motivation der Zielgruppe stärken, sich mit Gesundheitskompetenz als überfachlicher Kompetenz zu beschäftigen => Creditpoints, Zertifikate, Pflichtmodul, …
- Gesundheitskompetenz und Verhältnisprävention (Organisationsverantwortung der Hochschulen)
- ….

# Gibt es noch Fragen?

Gesundheitskompetenz an der HAW Hamburg

Prof. Dr. Wolf Polenz

Wolf.Polenz@haw-hamburg.de
campuls@haw-hamburg.de

HAW HAMBURG

CamPuls

AOK
AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

# Literatur


- Kohlmann, C-W, Salewski, C & Wirtz MA (2018): Psychologie in der Gesundheitsförderung. Göttingen: Hogrefe
- Lenartz, N. (2012). *Gesundheitskompetenz und Selbstregulation*. V&R unipress, University Press.
- Nutbeam, D. (1998).Health promotion glossary. Health Promotion International, 13, 349 – 364
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. Health Promotion International, 15 (3), 259-267
- Schaeffer, D., Hurrelmann, K., Bauer, U. und Kolpatzik, K. (Hrsg.) (2018). Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz. Die Gesundheitskompetenz in Deutschland stärken. Berlin: KomPart.