

Begriffsbestimmungen

Psychische Gesundheit (mental health)

Psychische Gesundheit beinhaltet Aspekte wie Wohlbefinden, Zufriedenheit, Selbstbewusstsein, Beziehungsfähigkeit, Alltagsbewältigung und Arbeitsfähigkeit (Bundesamt für Gesundheit, BAG, 2014, S. 8). Im Sinne der WHO ist psychische Gesundheit ein vielschichtiger Prozess: die Fähigkeit, sich emotional und intellektuell zu entfalten, Lebensbelastungen zu bewältigen, erfüllend tätig zu sein und an der Gesellschaft teilzuhaben ((Public Health Schweiz 2014, S. 2). Voraussetzungen dafür sind nebst individuellen Aspekten auch gesellschaftliche, kulturelle, wirtschaftliche und politische Verhältnisse (Public Health Schweiz 2014, S. 2).

Im Kontext der Gesundheitspolitik umfasst der Begriff den Schutz, die Förderung, den Erhalt und die Wiederherstellung der psychischen Gesundheit. Darin eingeschlossen sind Prävention und Früherkennung psychischer Erkrankungen sowie die Schnittstellen zur Versorgung und Betreuung von Personen mit einer psychischen Erkrankung (Bundesamt für Gesundheit, BAG, 2014, S. 7).

Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung zielt darauf ab, bei allen Menschen persönliche Ressourcen wie Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, Autonomie, Optimismus, Gefühlsbewusstsein und Beziehungsfähigkeit zu stärken. Zudem hat Gesundheitsförderung zum Ziel Lebensbedingungen zu schaffen, dank welcher sich die genannten psychischen Ressourcen bestmöglich auf- bzw. ausbauen lassen (Public Health Schweiz, 2013, S. 2).

Prävention

Prävention beabsichtigt bezüglich psychischer Gesundheit, Belastungen (schädlichen Stress, soziale Abwertung und Ausschluss etc.) und Beeinträchtigungen (Depression, Sucht, Angststörungen und weitere psychische Störungen) zu vermeiden oder zu mindern. Prävention baut individuelle Widerstandskräfte auf, erkennt und minimiert belastenden Einflüsse und Lebensbedingungen (ebd., S. 2). Während sich Massnahmen der universellen Prävention an die Allgemeinheit richten, zielen Massnahmen der selektiven Prävention auf Gruppen, für die ein höheres Risiko besteht, eine bestimmte Problematik zu entwickeln. Massnahmen der indizierten Prävention richten sich schliesslich an Personen mit manifesten Risikofaktoren bzw. an gefährdete Personen (Fachverband Sucht, 2008, S. 22).

Früherkennung und Frühintervention

Früherkennung bedeutet das rechtzeitige Wahrnehmen von Anzeichen einer schwierigen Situation oder Belastung durch Aussenstehende.

Frühintervention ist das Anbieten einer passenden Unterstützung oder einer geeigneten Intervention, sie orientiert sich dabei nicht nur an den gegebenen Risiken, sondern auch an den vorhandenen Ressourcen (Fabian & Müller, 2010). Die Begriffe Früherkennung und Frühintervention sind handlungsorientiert und als Elemente in der indizierten Prävention enthalten (Fachver-

band Sucht, 2008, S. 22). Im Setting Schule stehen bei Früherkennungs- und Frühinterventionsprojekten die Struktur- und Organisationsentwicklung der Schulen im Vordergrund (Sensibilisierung für Verhaltensweisen und Anzeichen, Entwicklung gemeinsamer Ziele/pädagogischen Haltung/Regeln sowie strukturelle Verankerung von Abläufen und Zuständigkeiten (Fabian und Müller, 2010, 6).

Gesundheitskompetenz

Gesundheitskompetenz ist die Fähigkeit, Kenntnisse über die Erhaltung und Wiedererlangung des körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens so in persönliche und kollektive Entscheide und Handlungen umzusetzen, dass sie sich positiv auf die eigene Gesundheit und die Gesundheit anderer sowie auf die Lebens- und Umweltbedingungen auswirken (Bildung und Gesundheit Netzwerk Schweiz, b+g, o. Jahr).

Quellenverzeichnis:

Bildung und Gesundheit Netzwerk Schweiz (o. Jahr). Definition von Gesundheitskompetenz. [Retrieved 2.1.2015 <http://bildungundgesundheit.jimdo.com/deutsch/produkte/>]

Bundesamt, für, Gesundheit, & (BAG) (Eds.). (2014). *Bericht "Dialog-Projekt Psychische Gesundheit", Entwurf Dezember 2014*. Bern.

Fabian, C., & Müller, C. (2010). *Früherkennung und Frühintervention in Schulen. Lessons learned*. Bern: Radix, Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention.

Fachverband Sucht (Hrsg.)(2008). "Jugendliche richtig anpacken - Früherkennung und Frühintervention bei gefährdeten Jugendlichen". Bundesamt für Gesundheit, Bern.

Public Health Schweiz (Eds.). (2014). *Schweizer Manifest für Public Mental Health*. Olten.

World Health Organization (WHO) (2003): *Investing in mental health*. Geneva.