

**Präsident**

Postfach 4 20, 79004 Freiburg  
Karlstraße 40, 79104 Freiburg  
Telefon-Zentrale 0761 200-0

**Vortrag**

Dr. Peter Neher  
Telefon-Durchwahl 0761 200-215  
Telefax 0761 200-509  
Peter.Neher@caritas.de  
www.caritas.de

Datum 24.06.2015

**„Die Rolle der Caritas in der Gesundheitsförderung – Jetzt kann's losgehen“  
Frankfurt, 24. Juni 2015**

Sehr geehrte Damen und Herren,

würden wir jetzt ein Stimmungsbild erheben, was Sie und ich unter Gesundheit verstehen, würden wir wahrscheinlich eine Vielzahl an unterschiedlichen Definitionen erhalten. Und selbst wenn wir uns auf den zwiespältigen und meiner Ansicht nach falschen Satz einigen würden, dass Gesundheit die Abwesenheit von Krankheit ist, hätten wir nichts gewonnen. Auch Krankheit lässt sich nicht allgemeingültig definieren. Das zeigen die medizinphilosophischen Debatten der letzten Jahrzehnte.<sup>1</sup> Was wir als krank oder gesund bezeichnen, hängt von vielen Faktoren ab: Dem subjektiven Empfinden, objektiv messbaren biologischen Faktoren aber auch der sozialen Wertung.

Diesen unterschiedlichen Faktoren und Dimensionen von Krankheit und Gesundheit muss auch eine angemessene Förderung von Gesundheit Rechnung tragen.

Lassen Sie mich auf drei Punkte kurz eingehen:

1. Gesundheitsförderung als gesellschaftliche Aufgabe
2. Die Verantwortung des Arbeitgebers
3. Spiritualität als Dimension der Gesundheitsförderung

**1. Gesundheitsförderung als gesellschaftliche Aufgabe**

Wenn Gesundheit mehr ist als körperliches Wohlbefinden, muss auch Gesundheitsförderung mehr sein als gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und genügend Schlaf. Gesundheitsförderung bezieht sich zwar zunächst auf das körperliche Wohl und versucht den Einzelnen mit dessen Fähigkeiten wahrzunehmen und zu unterstützen. Menschen leben aber immer in sozialen Kontexten. Deswegen würde Gesundheitsförderung zu kurz greifen, würde man die kulturellen, gesellschaftlichen, physischen und psychischen Rahmenbedingungen aus dem Blick verlieren. Erst durch die Veränderungen der Rahmenbedingungen kann gesundheitliche Chancengleichheit verbessert und Selbstbestimmung sowie Teilhabe realisiert werden. Damit der Einzelne sich um seine Gesundheit sorgen kann, braucht er unter Umständen Unterstützung. Häufig geschieht dies durch gesundheitliche Aufklärung oder Angebote, die den Einzelnen dabei unterstützen.

---

<sup>1</sup> Vgl. exemplarisch: Thomas Schramme (Hg.), Krankheitstheorien, Berlin 2012.

In diesem Anliegen, Gesundheitsförderung als gesellschaftliche Aufgabe zu begreifen, treffen sich die Ziele der Caritas mit den grundlegenden Bedingungen der Gesundheitsförderung. Soziale Gerechtigkeit, gerechte Verteilung von Ressourcen, Teilhabegerechtigkeit, Befähigungsgerechtigkeit und Bildungsgerechtigkeit haben Einfluss auf die Möglichkeiten und damit auf die Gesundheit von Menschen. Studien zeigen immer wieder, dass gerade die Menschen gesundheitlich schlechter gestellt sind, die ein niedriges Haushaltseinkommen haben und Empfänger von Transferleistungen sind. Dabei müssen allerdings die Ursachen betrachtet werden, so dass nicht einfach vom niedrigen Einkommen auf die gesundheitliche Lage geschlossen werden kann. Soziale Benachteiligung und Gesundheit stehen allerdings in einem Verhältnis zueinander. Hier hat die Caritas als zivilgesellschaftlicher Akteur und Solidaritätsstifter eine Aufgabe und Chance, einen Beitrag für die Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit zu leisten.

Durch ihr Engagement für sozial Benachteiligte stehen die Einrichtungen und Dienste der Caritas in Kontakt mit Menschen unterschiedlichster Milieus. Entsprechend sind alle Ebenen gefragt, die spezifischen Lebenslagen von Menschen mitzugestalten: Angefangen bei der Kinder- und Jugendhilfe bis hin zur der Pflege oder beispielsweise der Schuldnerberatung vor Ort. Darüber hinaus ist die Caritas aber auch beteiligt, wenn die Rahmenbedingungen gestaltet werden: Im Lebensumfeld, dem Sozialraum, den Stadtteilen und Dörfern; aber auch durch die politische Einflussnahme auf der kommunalen, der Landes- und der Bundesebene.

Die Perspektive caritativen Handelns ist es dabei, das Zusammenleben von Menschen so zu gestalten, dass auch diejenigen die benachteiligt sind, in die Lage versetzt werden, ihr Leben zu gestalten. Dies gilt auch für die Gesundheit. Gerade das soziale Umfeld birgt ein gesundheitsförderliches Potential in sich, wenn es gelingt, den Einzelnen in der Förderung seiner Gesundheit zu unterstützen; ob nun implizit, wie eher im privaten Umfeld oder ausdrücklich wie am Arbeitsplatz oder durch eine Kommune. Bewusst aber kann dies nur gelingen, wenn das entsprechende Umfeld Gesundheitsförderung als eigene Aufgabe erkennt und wahrnimmt. Dies gilt im Übrigen genauso für die Familie, wie für den Arbeitgeber oder die Kommune.

## **2. Die Verantwortung des Arbeitgebers**

Gesundheitsförderung als eigene Aufgabe zu begreifen, gilt auch für die Caritas. Die aktive Mitgestaltung der spezifischen Lebensbedingungen durch die Caritas ist ein entscheidender Faktor, um das Anliegen der Gesundheitsförderung voranzubringen.

Die Caritas ist aber auch als Dienstgeber in der Verantwortung, Gesundheitsförderung als ihr eigenes Anliegen zu begreifen und umzusetzen. Denn die Arbeitswelt stellt ein wichtiges Setting dar, in der Menschen einen großen Teil ihrer Lebenszeit verbringen. Dabei liegt es in der Verantwortung des Arbeitgebers, sich für eine gesunde Arbeitsumgebung mit entsprechenden Arbeitsabläufen einzusetzen. Dies entspricht seiner Personalverantwortung. Hierzu gehört die Verringerung von gesundheitschädigenden Umwelteinflüssen oder der richtige Umgang mit sozialen Konflikten und psychischen wie physischen Belastungen.

Entsprechende Angebote können erste Schritte zur Unterstützung von Mitarbeitenden sein. Häufig sind aber auch widrige Arbeitsbedingungen, psychischer Stress und Arbeitsverdichtung für gesundheitliche Beeinträchtigungen mitverantwortlich. Von daher ist es für eine erfolgreiche Gesundheitsförderung auch notwendig, die äußeren Arbeitsbedingungen in den Blick zu nehmen, mit den Mitarbeitenden zu thematisieren und nach Möglichkeit zu verändern.

Nicht nur die sozialen Rahmenbedingungen, sondern auch die Arbeitssicherheit, der betriebliche Arbeitsschutz sowie ein betriebliches Gesundheitsmanagement sind wichtige Komponenten der Gesundheitsförderung. Dies gilt gerade auch für die Einrichtungen und Dienste der Caritas, die ja selbst Verantwortung für Mitarbeitende und ehrenamtlich Engagierte tragen.

Bei aller Verantwortung des Dienstgebers darf aber nicht vergessen werden, dass es gerade auch die Verantwortung des Einzelnen ist, sich um seine gesunde Lebensführung zu sorgen und sich darum zu kümmern.

### **3. Spiritualität als Dimension der Gesundheitsförderung**

Lassen Sie mich abschließend auf die seelische bzw. spirituelle Dimension der Gesundheitsförderung eingehen. Gesundheit hängt auch mit der eigenen Wahrnehmung sowie der psychischen Verfassung des Einzelnen zusammen. Neben der Schaffung gesundheitsförderlicher äußerer Rahmenbedingungen, sollte der Blick auch auf die Bedingungen gelenkt werden, die zur Stärkung der Stressbewältigung und dem Aufbau von Resilienz, im Sinne persönlicher Widerstandsressourcen, beitragen.

Das Gefühl, angenommen zu sein bzw. die Übereinstimmung mit sich und anderen, kann die seelische Zufriedenheit und damit die Gesundheit qualitativ fördern. Aber auch das Gefühl, gebraucht zu werden, kann zu einer gesunden Gesamtkonstitution beitragen. In diesem Sinne kann das Engagement für und mit anderen Menschen gesundheitsförderlich wirken und den Einzelnen in der Bewältigung des Alltags bestärken.

Dass es hierfür genügend Möglichkeiten im Bereich der Caritas bzw. im sozialen und kirchlichen Umfeld gibt, liegt auf der Hand. Schließlich handelt es sich hierbei um Bereiche, in denen Menschen sich begegnen und so die eigene Lebenswelt und damit die Gesundheit positiv beeinflussen können. Denn Gesundheitsförderung fängt im Alltag an.

Und dennoch kann die beste Förderung von Gesundheit ins Leere laufen, wenn sie nicht wahrgenommen wird. Denn wie schon gesagt, Menschen können und müssen Verantwortung auch für ihre eigene Gesundheit übernehmen. Und trotz aller Unterstützung, aller Vorsorge und achtsamen Umgangs mit sich, können wir Menschen von Krankheit und Leid betroffen werden, ganz einfach deshalb, weil wir Menschen sind.

Zur Förderung von psychischer und physischer Gesundheit gehört auch das Eingeständnis, dass nicht alles geleistet werden kann und muss. Oft genug sind Menschen genötigt, in ihrem Leid und unter Einschränkungen, Perspektiven für ihr Leben zu entwickeln. Gesundheit ist und bleibt auch ein Geschenk.

Ein kirchlicher Verband, wie die Caritas, der sich aus religiösen Motiven heraus den Menschen auch in ihren Nöten und in ihrem Leid zuwendet, kann hier einen wesentlichen Beitrag leisten, damit Menschen Perspektiven, Sinn und Hoffnung für ihr Leben entwickeln können – auch und gerade im Angesicht von Leid, Not und Tod. Die Caritas weiß sich dabei einem menschenfreundlichen und liebenden Gott verbunden, der nicht nur Freude, sondern auch Trauer und Angst mit dem Menschen teilt. Gesundheitsförderung in einem caritativen Verband bedeutet deshalb auch, eingeschränkte Möglichkeiten zu berücksichtigen und Menschen beizustehen, selbst darin noch Lebensqualität zu entdecken; oder vielleicht manchmal auch nur noch die Not auszuhalten oder laut zu klagen!

**Fazit**

Gesundheitsförderung ist also ein wichtiger Ansatz, die Gesundheit und damit die Lebensqualität von Menschen zu erhalten, zu verbessern und präventiv zu stärken. Gesundheitsförderung hat dabei das soziale Umfeld und den Einzelnen mit seinen Möglichkeiten im Blick. Das Umfeld mit einzubeziehen ist dabei nötig, damit Menschen in die Lage versetzt werden, Verantwortung für ihre eigene Gesundheit zu übernehmen. Dass dies auch ein inneres Anliegen caritativer Arbeit ist, liegt nahe. Wenn wir uns nämlich schon von Berufs wegen für zwischenmenschliche Solidarität einsetzen, dann haben wir ja schon von daher mit der Gesundheit und Lebensqualität von Menschen zu tun.

Prälat Dr. Peter Neher  
Präsident