

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 31 (2005)

**Heft:** 6

**Artikel:** Gemeinsam die Lebensqualität erhalten und verbessern

**Autor:** Kaempf, Monika

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-800424>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.03.2025

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

# Gemeinsam die Lebensqualität erhalten und verbessern

Den Städten und Gemeinden kommt als Lebens- Wirtschafts- und Kulturraum eine zentrale Bedeutung zu, wenn es um die Gesundheit und die Lebensqualität der Bevölkerung geht. Sie sehen sich jedoch heute mit einer Vielzahl von Problemen konfrontiert, welche die Erhaltung und Weiterentwicklung der Gesundheit und Lebensqualität für die Wohnbevölkerung in Frage stellt.

## Lebensqualität – ein multidimensionaler Begriff

Wer in Gesundheits- und Gesundheitsförderungskreisen das Stichwort «Lebensqualität» erwähnt, kann aus mindestens zwei Gründen mit Aufmerksamkeit rechnen. Einerseits erfreut sich der Begriff seit einigen Jahren als Zieldimension der Arbeit von Gesundheitsförderung und Gesundheitssystem erheblicher Popularität. Andererseits umreist «Lebensqualität» eine prominente Forschungsrichtung der medizinischen Forschung, die sich intensiv mit dem Wohlbefinden und dem Leiden von kranken oder rekonvaleszenten Personen beschäftigt.

Mit Blick auf einen umfassenden Lebensqualitätsbegriff greifen viele der existierenden Ansätze allerdings zu kurz, weil sie die Frage der Lebensqualität entweder einseitig auf individuelles, subjektives Wohlbefinden reduzieren oder aber nur gesundheitsrelevante Dimensionen im Sinne eines Umgangs mit Krankheit berücksichtigen. Auf der Grundlage eines Überblicks über exi-

stierende Ansätze und in Anlehnung an Anstrengungen, die von verschiedenen Stellen in der Schweiz vorangetrieben werden<sup>2</sup>, hat sich Gesundheitsförderung Schweiz für die Verwendung eines multidimensionalen Lebensqualitätsbegriffs entschieden, wie er in Abbildung 1 schematisch veranschaulicht ist. Lebensqualität weist in dieser Sichtweise über den Gesundheitsbereich hinaus und enthält sowohl objektive als auch subjektive Komponenten. Die «gesundheitsbezogene Lebensqualität» stellt dabei nur einen Teil der «allgemeinen Lebensqualität» dar.

## Gestaltung von Lebensweisen und Lebensbedingungen

Was können wir alle beitragen, um die Lebensqualität zu erhalten bzw. zu verbessern? – Dazu ist es wichtig, sich dem Kern des Begriffs zu nähern, dessen Bedeutungen zu klären und, darauf Bezug nehmend, Lebensqualität oder ihre Bedingungen auch zu messen. Dies schafft erst die Voraussetzung, dass geeignete individuelle und kollektive Massnahmen zur Förderung der

MONIKA KAEMPF\*

Was macht denn Lebensqualität eigentlich aus?<sup>1</sup> Der Begriff «Lebensqualität» erfreut sich seit einigen Jahren zunehmender Popularität. Verwaltungen, Unternehmungen, politische Parteien und nicht-staatliche Organisationen verweisen regelmässig darauf, dass die Förderung oder die Verbesserung der Lebensqualität der Bevölkerung zu ihren wichtigsten Zielen gehört.

\* Monika Kaempf, Gesundheitsförderung Schweiz, Avenue de la Gare 52, 1001 Lausanne, Tel : 021 345 15 62, Email: monika.kaempf@promotionsante.ch

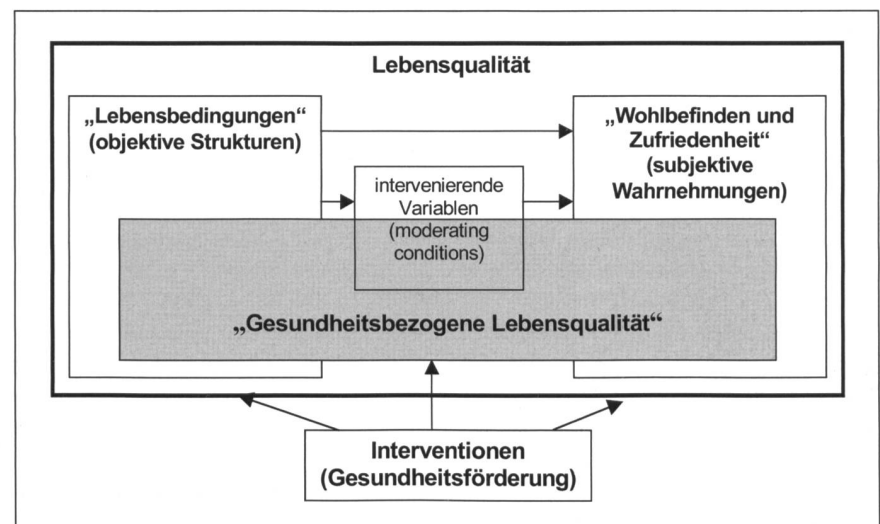


Abbildung 1: Der Lebensqualitätsansatz von Gesundheitsförderung Schweiz<sup>3</sup>



Lebensqualität geschaffen und deren Wirksamkeit überprüft werden kann. Der «Rohstoff» für die Steigerung von Lebensqualität sind die Stärken und Ressourcen des Einzelnen und/oder einer Gesellschaft, die bewahrt oder gefördert werden können. In Fachdiskursen zur Lebensqualität fällt auf, dass je nach Kontext mehr die Lebensbedingungen (bzw. «objektive Strukturen») oder mehr subjektives Wohlbefinden und Zufriedenheit von Einzelnen in einem bestimmten Lebenszusammenhang (bzw. dessen «subjektive Wahrnehmungen» der Bedingungen) angesprochen werden.

### Die Bedeutung der sozialen Faktoren

Lebensqualität unterliegt dem Einfluss zahlreicher Faktoren unterschiedlichen Ursprungs. Ebenso bedeutend wie subjektive Befindlichkeiten des Einzelnen sind Rahmenbedingungen, die von staatlichen wie nichtstaatlichen Institutionen, der Wirtschaft und den Verbänden in zahlreichen Handlungsfeldern vorgegeben werden – so etwa im Bildungs-, Sozial-, Gesundheits- und Umweltbereich. Das macht die Aufgabe, Lebensqualität zu fördern, anspruchsvoll. Zum Gelingen des Prozesses ist deshalb die Sensibilisierung aller notwendig.

Umfragen zum Thema Lebensqualität in der Schweiz zeigen: Angst, Stress, Konflikte und schädliche Umwelteinflüsse sind jene Belastungen, denen sich Schweizer/innen am stärksten ausgesetzt fühlen. Die ersten drei Faktoren gehören zum psycho-sozialen Bereich und sind eng miteinander verknüpft. Offenbar sind sie Ausdruck einer Lebensweise, die dem Menschen und seinen Bedürfnissen immer weniger gerecht wird. Sie beeinträchtigen das subjektiv empfundene Wohlbefinden, führen zu Gesundheitsproblemen – mit anderen Worten: Sie schränken die Lebensqualität ein. Zunehmend wird deutlich, dass sich aus einer ehemals individuellen Problematik eine gesellschaftlich brisante Frage entwickelt hat.

In einer Gemeinde/Stadt beinhaltet Gesundheitsförderung sowohl eine gesundheitspolitische Orientierung wie auch einen praktischen Handlungsansatz vor Ort. Sie stellt die Prinzipien der Partizipation und der Selbstbestimmung in den Mittelpunkt. Ressourcen der Person und des Umfeldes werden aktiviert und erhalten; Empowerment, gegenseitige Unterstützung und Chancengleichheit werden gefördert. Im Zentrum steht die Gestaltung von Lebensweisen und Lebensbedingungen zur Verwirklichung von sozialem, psychischem und körperlichem Wohlbe-

finden, ebenso die Schaffung gesundheitsfördernder Strukturen.

### Wie können Ergebnisse aufgezeigt werden?

Versuche, Lebensqualität zu messen, haben aufgezeigt, dass dies angesichts der Vielschichtigkeit dieses Begriffs ein schwieriges Unterfangen ist. Gesundheitsförderung Schweiz hat zusammen mit Experten/innen und ausgehend von zwei kanadischen Ansätzen ein Messinstrument mit dem Namen «Toolbox Lebensqualitätsindikatoren» entwickelt, mit dem wichtige Ebenen der Lebensqualität in der Gemeinde erfasst werden können.

Um die Ergebnisse von Gesundheitsförderungs- und Präventionsprojekten systematisch erfassen und aufzeigen zu können, wurde des weiteren ein Kategoriensystem ausgearbeitet, das als «Modell zur Typisierung von Ergebnissen der Gesundheitsförderung und Prävention» (kurz Ergebnismodell<sup>4</sup>) bezeichnet wird. Es ist eine Weiterentwicklung des bekannten Outcome-Modells für Gesundheitsförderung von Don Nutbeam<sup>5</sup>. Die Grundannahme dieses Modells ist, dass Gesundheit als Endziel von Prävention und Gesundheitsförderung nicht direkt, sondern über Zwischenstufen erreicht wird. Gesundheitsförderung wird in diesem

Sinne als gesellschaftlicher Lernprozess verstanden, welcher sich auf der Ebene von Individuen, Gruppen und Organisationen, manifestiert. Das Modell kann auf verschiedenen Ebenen eingesetzt werden: auf Projektebene, auf Programmebene, auf Institutionsebene oder gar zur Planung und Evaluation von Strategien.

### **Das Projekt «Lebensqualität in Gemeinden»**

Gesundheitsförderung Schweiz hat in seinem Bereich der Projekte mit Gemeinden das nationale Projekt «Lebensqualität in Gemeinden» aufgebaut. Im Projekt wird gemeinsam mit der Gemeindeexekutive/ Stadtrat ein auf die lokalen Bedürfnisse abgestimmter Beteiligungsprozess der Bürger und Bürgerinnen durchgeführt.

Der BürgerInnen-Beteiligungsprozess kann je nach Gemeinde ganz verschieden aussehen. Jeder Prozess wird den lokalen Bedürfnissen angepasst. Die Leitidee besteht in der Aktivierung der Bevölkerung, ihre Anliegen, Verbesserungswünsche, -ideen und Vorschläge zur Verbesserung ihrer Lebensqualität zu entwickeln und vorzubringen. Die Resultate dieser Konsultation der Bürger und Bürgerinnen werden mit der

Gemeindeexekutive, der Verwaltung und mit Vertretern/innen der Bürger/innen geprüft und bearbeitet, damit konkrete Projekte für die Gemeinde umgesetzt werden.

Es ist wichtig, dass Bürgerinnen und Bürger zahlreiche Möglichkeiten haben, ihre Meinung, Interessen und Talente für eine bessere Gestaltung ihres Stadtteils, ihres Arbeits- und Ausbildungsortes einzubringen, dies jedoch nicht bloss zu ihrem Eigennutz tun, sondern sich auch für die Lebensqualität der gesamten Bevölkerung engagieren.

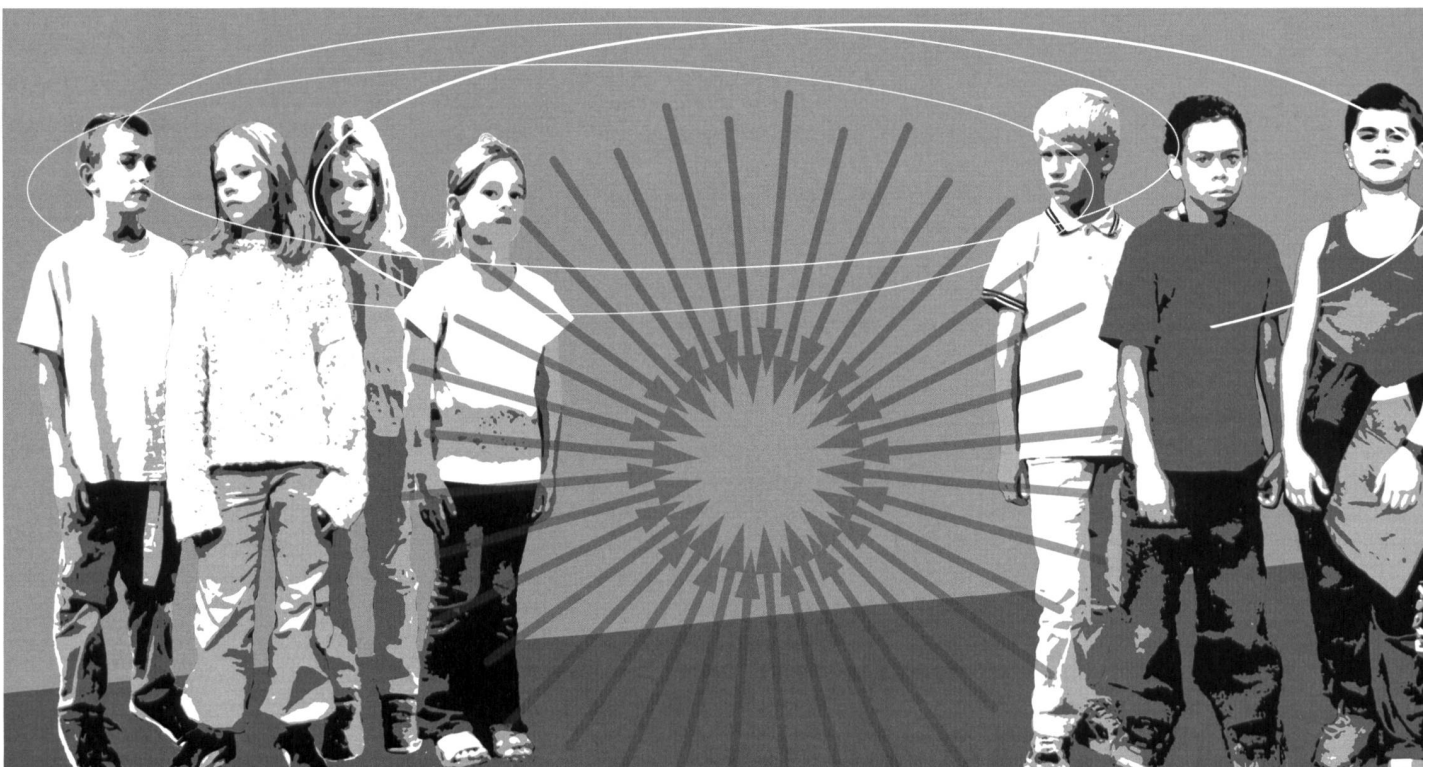
Dies ist eine grosse Herausforderung, nicht nur an das Projekt, sondern auch für die Politiker/innen. Eines der wichtigsten Prinzipien/Kriterien dieses Projektes ist es, dass die gesamte Exekutive hinter dem Projekt steht, sich auch aktiv dafür einsetzt und bei dem Prozess mitmacht. Nur durch eine intersektorale Zusammenarbeit ist eine kohärente Zielerreichung möglich.

### **Das Beispiel Stans**

Die Gemeinde Stans ist als Pilotgemeinde in das Projekt Lebensqualität in Gemeinden eingestiegen. Die Gemeinde besitzt ein Leitbild, welches den Behörden, aber auch der Bevöl-

kerung eine Vision aufzeigt, wie das Leben in der Gemeinde sich auf der politischen Ebene, aber auch auf der persönlichen und der Einwohnerebene entwickeln kann. Einige Massnahmen wurden schon geplant, in Angriff genommen und durchgeführt.

Zur Ausführung der Gemeindeaufgaben in Hinblick auf Gesundheitsförderung hatte sich die Sozial- und Gesundheitskommission neben dem strukturellen Aufbau bisher auf die Durchführung von Einzelprojekten beschränkt, wobei diese Projekte aus der Suchtprävention vermehrt in die ganzheitlich betrachtete Gesundheitsförderung übergegangen sind. Zum Ausbau der Gesundheitsförderung fehlte jedoch eine umfassende Analyse sowie ein Aufgaben- und Massnahmenkatalog, welche die Grundlage für ein zukünftig strategisch gut überlegtes und effizientes Handeln mit möglichst breiter Wirkung erlaubt. Die Kommission und die Gemeindeverwaltung verfügten über keine Ressourcen, um diese Grundlagen zu schaffen. Diese wichtige Arbeit wird nun durch das Projekt Lebensqualität in Gemeinden von Gesundheitsförderung Schweiz unter Mitarbeit von Radix unterstützt und wird zurzeit zusammen mit der Bevölkerung von Stans in Angriff genommen.





## Ausgangspunkt Befragung

Zu Beginn des Projekts wurden drei unterschiedliche Befragungen durchgeführt: Besonderes Gewicht wurde auf eine aktivierende Befragung gelegt. Bei 120 Einwohner/-innen aus verschiedenen Bevölkerungskreisen wie junge Erwachsene, Familien, Senioren und Seniorinnen, Migrant/-innen wurden Befindlichkeiten zur eigenen Lebensqualität eingeholt. Auf eine «Blitzumfrage Lebensqualität», die im lokalen Blatt «Stans!» veröffentlicht war und an der Gemeindeversammlung in Form eines Talons auflag, antworteten 76 Bewohner/innen. Und mittels eines Fragebogens, der an Hand von Indikatoren die Lebensqualität einer Gemeinde untersucht, wurden gezielt 79 Schlüsselpersonen von Gewerbe, Vereinen, Verwaltung und Politik zur Lebensqualität in Stans angeschrieben. Auffallend war, dass die Blitzumfrage wie auch die Umfrage mit dem Fragebogen die zentralen Themen der aktivierenden Befragung bestätigten. In allen drei Befragungen wurden folgende zentrale Themen angesprochen:

- Individualverkehr und öffentlicher Verkehr

- Ortsplanung/Zukunftsplanung
- Integration von Neuzuzüglern/-innen und Ausländern/-innen
- Jugendförderung: Plätze, Räume, Angebote ab 16 Jahren
- Dorfbegegnung erhalten

Die Bevölkerung wurde nach den Befragungen zu einer Zukunftskonferenz eingeladen, um die zentralen Themenkreise, welche aus den drei verschiedenen Befragungen resultierten, in Gesprächsrunden zu diskutieren und Vorschläge daraus abzuleiten. Danach werden in einer Ergebniskonferenz die Lösungen der Gruppen in einem Massnahmenplan aufgenommen, der dem Gemeinderat unterbreitet wird. Zur Umsetzung dieses Massnahmenplans wird der Gemeinderat zur gegebenen Zeit Stellung nehmen und einen Zeitplan für die durch zu führenden Massnahmen erstellen.

## Zusammenarbeit hin zu einer gesundheitsfördernden Gesamtpolitik

Die zentralen Themen, welche die Bevölkerung in Stans beschäftigt, sind auf den ersten Blick nicht Themen der Gesundheitspolitik. Bei näherem Hinschauen haben sie jedoch alle etwas mit

Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität zu tun. Um die Zusammenhänge zwischen dem Projekt und den Gesundheitsdeterminanten aufzuzeigen, ist das schon zuvor erwähnte Ergebnismodell ein nützliches Instrument.

Um die gegebenen Probleme anzugehen, sind alle Amtsvorsteher/-innen der Gemeinden und Städte gefordert. Nur durch eine intersektorale Zusammenarbeit sind eine kohärente Zielerreichung und eine gesundheitsfördernde Gesamtpolitik möglich. Die Zielerreichung einer gesunden Stadt erfordert, dass alle Entscheidungen in einer Gemeinde/Stadt – seien sie durch die Politik, die Wirtschaft, die Stadtverwaltung oder die Verbände getroffen – auf ihre Gesundheitsverträglichkeit hin bewertet und ausgerichtet werden.

Es existieren viele verschiedene Programme und Projekte, die die Einflüsse von negativen Faktoren auf unser Wohlbefinden und unsere Umwelt hemmen wollen und die positiven zu unterstützen versuchen. Leider sind viele Ansätze noch immer zu oft sektoral auf ein Thema beschränkt. Ein ganzheitliches Vorgehen entwickelt sich erst langsam. Es ist wünschenswert, dass sich Fachleute in der Prävention und der Gesundheitsförderung, aber auch Politiker/-innen sich den ihnen fremden Themen mehr öffnen und Synergien zur einer engeren, besser vernetzten Zusammenarbeit entwickeln und nutzen. ■

## Fussnoten

- <sup>1</sup> Stamm, H.P.; Lamprecht, M., 2005: Indikatoren zur Lebensqualität in der Schweiz
- <sup>2</sup> Basis der konzeptionellen Arbeit waren verschiedene kanadische Ansätze (vgl. FCM 2001, Raeburn und Rootman 1997, Raphael et al. 1998), die um weitere Beiträge aus der internationalen (vgl. Diener und Rahtz 2000) und der schweizerischen Diskussion ergänzt wurden (vgl. Leu et al. 1997, Suter 2000, Röthlisberger 2001, BFS 2002, BFS/BUWAL/ARE 2002, Wild-Eck 2002).
- <sup>3</sup> Lebensqualität und «gesundheitsbezogene Lebensqualität» im Spannungsfeld zwischen objektiven und subjektiven Dimensionen (Lamprecht, Stamm 2002 p 22)
- <sup>4</sup> Colette, B. Spencer; B. Spörri; A. Ruckstuhl; B. Broesskamp-Stone; U. Ackermann, G., 2004: Ein Modell zur systematischen Kategorisierung der Ergebnisse von Gesundheitsförderungsprojekten. In: Prävention. Zeitschrift für Gesundheitsförderung. 27.JG3.
- <sup>5</sup> Nutbeam, Don, 2000: Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21<sup>st</sup> century. Health Promotion International 15, 259-267.

