

## **Salutogenese und Kohärenzsinn: was bedeuten diese Konzepte für die Praxis der pädagogisch-sozial orientierten Angebote im Frühbereich?**

(gekürztes Referat von Margrit Hungerbühler-Räber und Kathrin Keller-Schuhmacher, gehalten am 4.10.03 an der 8. Internat. Jahrestagung der GAIMH in St. Gallen, in der Arbeitsgruppe Salutogenese )

Im Laufe unserer über 25-jährigen Arbeit im Frühbereich (Alter der Kinder von 0 bis ca. 4 J.) haben wir zu dieser Entwicklungszeit Feststellungen gemacht, Befunde zusammengetragen, die uns herausgefordert haben, den Frühbereich in einer anderen Optik zu betrachten als die darauf folgenden Entwicklungszeiten. Es bereitete uns zusehends Mühe, dem Trend der letzten Jahre zu folgen, nämlich bereits Säuglinge und kleine Kinder mit Auffälligkeiten vorschnell in psychiatrischer Nomenklatur zu diagnostizieren, kurz zu pathologisieren und in der Folge streng therapeutische Interventionen als selbstverständlich zu betrachten. Als wir in den 90iger Jahren auf das Konzept von Antonovsky gestossen sind, fühlten wir uns mit seiner Denkart vertraut. Seine Vorstellung, dass Krisen und Herausforderungen zu den Alltäglichkeiten des Lebens gehören, schien uns für den Entwicklungsweg von Säuglingen und Kleinkindern besonders zutreffend. Nie mehr später gibt es eine Zeit, in der innerhalb so kurzer Abstände so viele Klippen, so viele kritische Übergänge überwunden werden müssen. Dazu gehören in erster Linie jene Herausforderungen, die der Säuglings- und Kleinkindentwicklung - quer durch alle Kulturen und sozialen Schichten - immanent sind. Aber auch das genetisch festgelegte Potential, das der Mensch allein als Individuum mit auf die Welt bringt und jene Welt, mit der er in Interaktion tritt, sie können beide zusätzlich Schutz- und/oder Risikofaktoren beinhalten.

In Antonovsky's Konzept der Salutogenese werden nun die Risiken des Lebens grundsätzlich anders eingeschätzt als bei einer pathologisch orientierten Denkweise. Das sich daraus ergebende Vorgehen im Umgang mit den Protagonisten im Frühbereich trifft sich mit dem von uns seit Jahren im Frühbereich angestrebten Weg, nicht Defizite aufzugreifen, zu diagnostizieren und zu bearbeiten. Wir streben auf unterschiedlichste Art und Weisen an, das Vertrauen in die eigenen Kräfte der Kinder, Mütter und Väter zu stärken und zu erweitern. Es bedeutet eine Einschränkung auf das System Familie, schliesst aber nötigenfalls Anstrengungen zur Verbesserungen der Umwelt nicht aus. Gesellschaftliche und politische Veränderungen haben oft Weile und können sich über ganze Generationen hinziehen. Im Frühbereich aber ist das Hier und Jetzt entscheidend, weil es die Grundlage, sozusagen das Sprungbrett, wieder zum nächsten Entwicklungsschritt bedeutet.

### **In welchen Angeboten soll nun das Konzept von Antonovsky realisiert werden?**

Es gibt eine grosse Anzahl von Angeboten, die z.T. seit Jahrzehnten wichtige Aufgaben im Frühbereich wahrnehmen. Wir unterscheiden sie mit der Bezeichnung "pädagogisch-sozial orientiert" von einer zweiten Gruppe Angebote, die wir als "diagnostisch-therapeutisch orientiert" bezeichnen.

Die Bezeichnung der Angebote ist identisch mit dem Schwerpunkt der erbrachten Dienstleistung. Je nach den Umständen sind weitere Dienstleistungen um den Schwerpunkt angesiedelt und werden von den Fachfrauen angeboten. Die mit ihrem Dienstleistungs-Schwerpunkt benannten Angebote besitzen unterschiedliche Organisationsformen mit entsprechender Vielfalt von Strukturen und Trägerschaftsformen.

Das Engagement der Angebote zielt - mehr oder weniger beabsichtigt und geplant - dahin, Mütter, Väter, Säuglinge, Kleinkinder auf spezifische Weise zu begleiten, ihnen etwas Zusätzliches auf den frühen Entwicklungsweg mitzugeben. Es ist allemal einfacher, hier wirksam zu sein als später mit viel Aufwand Verpasstes nachzuholen.

Es besteht auf Grund unserer langjährigen Erfahrung in Supervision, in Aus- und Weiterbildung von Fachpersonen dieser Angebote kein Zweifel, dass deren Potential im Frühbereich salutogenetisch wirksam zu sein, längst nicht ausgeschöpft ist.

### Die Angebote im Frühbereich

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Beratung rund um die Geburt</li><li>• Geburtsvorbereitung</li><li>• Säuglingspflege</li><li>• Rückbildungsgymnastik</li><li>• Geburt (zu Hause, in Entbindungsheim, Geburtsstätte, Geburtsabteilung),</li><li>• Stillberatung</li><li>• Babymassage</li><li>• Beratung von Mutter / Vater</li></ul> | <p>Gruppen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• zur Entwicklungsbegleitung von Müttern/Vätern/Säuglingen/Kleinkindern,</li><li>• mit spezifischen Angeboten (Bewegungsentwicklung/ Massage/ Spielen/Singen/Turnen/Malen/ für Mutter/Vater mit Säugling/Kleinkind zusammen (PeKiP-Gruppen, Pikler-Gruppen, Mutter-Kind-Turnen) oder für Kleinkinder alleine (Spielgruppen)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Begegnung von Mutter/Vater mit Säugling/Kleinkind</li><li>• Kinderhüten</li><li>• Familienbegleitung zu Hause</li><li>• Begleitung von Müttern/Vätern mittels Briefen, Broschüren,</li><li>• Familienexterne Kinderbetreuung (Krippe, Tagesfamilie, Tagesheim, Kinderhüte)</li></ul> |
|---|--|--|

Je differenzierter es Fachpersonen gelingt, ihre Person in der Interaktion bewusst einzusetzen, je umfassender ihr Wissen über Entwicklung und Interaktion ins Handeln integriert ist, um so mehr vermag sie in ihrem spezifischen Wirkungsfeld Chancen zu gelingender Entwicklung bei Beteiligten wahrzunehmen, aufzugreifen und im Setting ihres Angebotes und unter Einsatz ihres spezifischen Instrumentariums zu verwirklichen.

### Beispiele:

- wie können im Setting " Mutter-Kind-Turnen" Ängste der Kinder dieses Alters aufgefangen, mit ihnen ein förderlicher Umgang realisiert werden?
- Was steht einer Mutter-Säuglings-Gruppen-Leiterin zur Verfügung, um Müttern kontingentes Verhalten, dem Alter des Säuglings angepasst, ohne Belehrung und Kopflastigkeit, vertraut zu machen?
- Beim Start einer Spielgruppe: Mutter und Kind wollen, können sich nicht voneinander trennen. Muss ein Kind mit 3 Jahren schon bereit sein, ohne enge Bezugsperson in einer ihm noch fremden Gruppe zu bleiben? Wie kann die Spielgruppenleiterin Hilfe leisten, dass für Kind und Mutter die Fragen rund um einen Spielgruppenbesuch zu einer entwicklungsförderlichen Situation gestaltet werden?

### **Das Konzept der Salutogenese**

Was nun aber bietet das Konzept von Antonovsky, dessen Denkweise sich für pädagogisch-sozial orientiertes Handeln als grundlegend anbietet, als gemeinsame Basis für die pädagogisch-sozial orientierten Angebote Sinn macht und als die verbindliche Philosophie betrachtet werden kann?

Antonovsky arbeitete als Medizinsoziologe. In einer Forschungsarbeit stiess er 1970 unbeabsichtigt auf das Phänomen, dass 29% einer Gruppe überlebender Frauen eines Konzentrationslagers sich in einer guten psychischen Verfassung befanden. Diese unerwartete Tatsache forderte ihn zur Frage heraus, warum diese Frauen nach solchen Horrorerfahrungen und nachfolgenden miesen Lebensumständen es geschafft haben, sich schlussendlich doch auf der positiven Seite des Lebens zu fühlen und sich in einem angemessenen Gesundheitszustand zu befinden. Aus diesem Initialereignis hat Antonovsky die salutogenetische Orientierung, ein Modell und ein Arbeitsprogramm entwickelt, das er 1979 in seinem Buch "Health, Stress und Coping" veröffentlicht hat. Salutogenese heisst wörtlich übersetzt Gesundheitsentstehung. Das Konzept beschreibt die Kräfte, die dem Individuum helfen, mit den Anforderungen des Lebens kreativ, flexibel und förderlich umzugehen. Dieses Modell hebt sich deutlich vom pathogenetisch orientierten Zugang ab. Die unterschiedlichen Ansätze zu Gesundheit und Krankheit versteht Antonovsky als komplementär.

### **Salutogenese und Prävention - Salutogenese und Gesundheitsförderung**

Mit Prävention ist eine Strategie gemeint, mit der Menschen vor Krankheit bewahrt und gesund erhalten werden sollen. Es wird jedoch nicht die Förderung von Gesundheit entsprechend der Konzeptualisierung von Salutogenese angestrebt.

Gesundheitsförderung zielt "auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Mass an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl Einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffungen wahrnehmen und verwirklichen, sowie

*ihre Umwelt meistern und verändern können.*<sup>1</sup> Hier schimmert das salutogenetische Konzept durch, indem einerseits die Förderung der Gesundheit als Prozess verstanden wird - analog wie Antonovsky Gesundheit als einen Prozess versteht - und andererseits die Komponenten zur Entwicklung eines starken Kohärenzgefühls angesprochen werden. Auf der anderen Seite klingt eine normierte Vorstellung des Gesundheitsbegriffes an, wie es sie nach dem Konzept der Salutogenese nicht gibt. Im salutogenen Ansatz werden Gesundheit und Krankheit nicht als Dichotomie verstanden. Er sieht vielmehr vor, die Position des Mensch auf einem Gesundheits-Krankheitskontinuum zu betrachten.

Auch droht im Bereich der Gesundheitsförderung die salutogenetische Orientierung verloren zu gehen, wenn Programme zur Gesundheitsförderung implizit vermitteln, dass sie schon vorher wissen, was für andere Menschen gut und richtig ist.

Antonovsky hat die zugrundeliegende unterschiedliche Philosophie am Bilde eines Flusses aufgezeigt: Der Fluss ist der Strom des Lebens, zeichnet sich aus durch leichte Strömung, durch gefährliche Stromschnellen und reissende Strudel. Dieses Bild gilt auch für das Leben: es gibt Armut, Alkoholprobleme, Stress, kurz Herausforderungen bis schwere Belastungen. Und weiter im Bild des Flusses: Die pathogenetische Sichtweise erkennt ihre Aufgabe in der Rettung Ertrinkender, gleichgültig, weshalb sie in diesen Zustand gekommen sind.

Antonovsky nennt dies die Flussabwärtsperspektive.

Dem gegenüber befasst sich der salutogenetische Gesichtspunkt mit dem, was stromaufwärts passiert, was sich vor der Flussbiegung abspielt. Wo immer man sich im Fluss befindet, er bietet gute und weniger gute Bedingungen an. Ein gelingendes Durchkommen setzt voraus, dass man genügend gut schwimmen kann. Wobei es offensichtlich ist, dass bei der gleichen Stromschnelle Menschen unterschiedlich gut oder schlecht durchkommen, dass die Anforderungen nicht von allen gleich bewältigt werden.

Antonovsky stellte sich die Frage, wie man denn, wo auch immer man sich im Fluss befindet, ein guter Schwimmer wird. Nach dem Ergebnis eingehender Forschungsarbeit und empirischer Überprüfung hat er das Kohärenzgefühl (Sense of Coherence, SOC) als Schlüssel zu seiner Fragestellung eruiert.

### **Das Kohärenzgefühl**

setzt sich aus drei Komponenten zusammen: Der Verstehbarkeit, der Handhabbarkeit und der Bedeutsamkeit.

- Mit Verstehbarkeit ist das Ausmass gemeint, in dem man wahrnimmt, dass die Informationen aus der "inneren" und "äusseren" Welt geordnet, verständlich, klar, stimmig und konsistent sind: Sie vermittelt das Gefühl von "ich komme draus".
- Unter Handhabbarkeit versteht Antonovsky das Ausmass, in dem man wahrnimmt, dass man geeignete innere und äussere Ressourcen - Hilfsquellen - zur Verfügung hat, um den Anforderungen die das Leben für einen bereit hält, konstruktiv zu begegnen und sie zu bewältigen. Hier ist bemerkenswert, dass Antonovsky's Vorstellung ausdrückt, dass zu den Hilfsquellen explizit auch die Unterstützung und der Halt durch andere Personen, eine Gruppe, wo man dazugehört, ja selbst der Glaube oder eine Weltanschauung, der man sich verpflichtet fühlt, zu zählen sind.

Er betont damit, dass die Hilfe anderer genau so wichtig ist, wie die eigene Kraft. Der englische Begriff Manageability für die Handhabbarkeitskomponente, wird auf deutsch denn auch gelegentlich mit "Gegenseitigkeit" übersetzt.

Damit distanziert sich Antonovsky vom individualistischen Menschenbild unserer Leistungsgesellschaft, das sich auf die Formel bringen lässt, dass man "alles im Griff" haben muss und es ehrenrührig ist, andere um Unterstützung zu bitten.

---

<sup>1</sup> Zitiert aus *Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung*, übersetzt und herausgegeben von der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX, 1996. (Original: 1986 "Ottawa Charter for Health Promotion". An International Conference on Health Promotion. To move towards a new public health. WHO).

- Bei der Formulierung des Bedeutsamkeitskomponente standen *"jene Bereiche des Lebens im Vordergrund, die einen emotional berühren, die einem etwas bedeuten und in denen das, was geschieht als Herausforderung betrachtet wird."*<sup>12</sup>  
Sie lässt sich umschreiben als das Ausmass, in dem man das Leben als emotional sinnvoll empfindet; dass wenigstens einige der vom Leben gestellten Anforderungen und Probleme es wert sind, dass man Energie in sie investiert, indem man sie selber aktiv handelnd bewältigt. Die Bedeutsamkeit ist also die motivationale Komponente des Kohärenzgefühls, die zum Handeln anspricht.

Antonovsky hat die drei Komponenten des Kohärenzsinnnes zunächst intuitiv identifiziert. Nachdem er sie aufgrund seiner Pilotstudie erklären konnte, entwickelte sich ein umfassendes Verständnis über die Art der Lebenserfahrungen, die zu einem starken Kohärenzsinn führen.

### **Auf welchen Grundlagen entwickelt sich ein starker Kohärenzsinn?**

- Konsistente Erfahrungen, d.h. die Erfahrung, dass Dinge sich wiederholen, dass Abläufe unter vergleichbaren Bedingungen ähnlich sind, dass Dinge, Abläufe und Beziehungen überdauern, bilden die Basis für Verstehbarkeitskomponente
- Gute Belastungsbalance, d.h. weder chronische Überbelastung/Überforderung, noch dauernde Unterforderung, weil die Anforderungen zu gering sind, bilden die Basis für die Handhabbarkeitskomponente
- Partizipation an der Gestaltung des Handlungsergebnisses bilden die Basis für Bedeutsamkeitskomponente.

Zum letzteren führt Antonovsky folgendes aus: *" Viele Lebenserfahrungen können konsistent sein, sind aber nicht auf unser eigenes Tun oder eigene Entscheidungen zurückzuführen. ... Wenn andere alles für uns entscheiden - wenn sie die Aufgaben stellen, die Regeln formulieren und die Ergebnisse managen - und wir in der Angelegenheit nichts zu sagen haben, werden wir zu Objekten reduziert. Eine Welt, die wir somit als gleichgültig gegenüber unseren Handlungen erleben, wird schließlich eine Welt ohne jede Bedeutung. Dies gilt für direkte persönliche Beziehungen, für die Arbeit und für alles andere, was innerhalb unserer Grenzen liegt (...dies bedeutet allerdings nicht, dass diese Erfahrungen keinen Einfluss auf unser Leben nehmen). Es ist wichtig, hervorzuheben, dass diese Dimension (Gemeint "Bedeutsamkeitskomponente") nicht "Kontrolle", sondern Partizipation an Entscheidungsprozessen ist. Ausschlaggebend ist, dass Menschen die ihnen zugestellten Aufgaben guthessen, dass sie erhebliche Verantwortung für ihre Ausführung haben und dass das, was sie tun oder nicht tun, sich auf das Ergebnis auswirkt. Unter dem Dach dieser breiten Formulierung finden sich somit nicht nur die weitgehend autonome Person, sondern auch das loyale Parteimitglied, der religiös Gläubige, der Kollege in der Arbeitsgruppe und das Kind in der gesunden Familie, das in einem komplexen Prozess des Teilens zur Entwicklung eines Konsenses eingebunden ist.*

### **Was ergibt sich aus dem Salutogenese-Konzept für die Begleitung von Kindern und ihren Bezugspersonen im Frühbereich in den pädagogisch-sozial orientierten Angeboten?**

Die Begegnung zwischen Mutter/Vater/Kind und Vertreterin einer Angebotes findet vor dem Hintergrund eines Menschenbildes statt, das dem salutogenetischen Konzept entspricht: Menschen sind aktiv handelnde, selbstverantwortliche Subjekte. Die Begegnung beruht demnach auf den Grundlagen von Autonomie und wechselseitigem Respekt, weil salutogenetisches Denken davon ausgeht, dass keiner weiss, was für den andern gut und richtig ist. Das gemeinsame Aufspüren und Erschliessen von Ressourcen können zum Orientierungsfaden bei der Begegnung zwischen den Partnern werden.

---

<sup>2</sup> Bei allen kursiv gedruckten Stellen handelt es sich um Zitate aus Antonovsky Aaron (1997). *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Deutsche erweiterte Herausgabe von Alexa Franke. Tübingen: Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie*

Im Frühbereich treffen wir insofern eine spezielle Situation an, als wir es mit der Entwicklung des Kohärenzsinnens sowohl des Kindes als auch seiner Bezugspersonen - in ihrer Aufgabe der Betreuung und Erziehung des Säuglings und Kleinkindes - zu tun haben.

- Die neue Säuglingsforschung hat uns gezeigt, dass das kleine Kind von Anfang an so in die Interaktion mit seinen Bezugspersonen treten kann, dass stabile und konsistente Reaktionen unterstützt werden, d.h. dass die Verstehbarkeit gefördert wird. Antonovsky vergleicht das kleine Kind mit einem Forscher, der mit natürlichen Experimenten arbeitet: tagaus, tagein wird die Hypothese überprüft, dass es Konsistenz und Kontinuität gibt. Dabei betont er, dass diese nicht zwingend da sind, um vom Kind entdeckt zu werden, sondern auf Erfahrung beruhen.
- Zur Entstehung von Bedeutsamkeit führt er aus, dass zwar die Reaktionen konsistent und kontingent auf die Äusserungen des Kindes erfolgen können und dass, so betrachtet, von Anfang an eine Beteiligung an Entscheidungsprozessen seitens des Kindes besteht. Er betont jedoch, dass die Crux der Angelegenheit jene ist, ob die Art und Weise der Reaktion in positive Affekte eingebettet ist: *"Kälte, Feindseligkeit und Missachtung übermitteln eine deutliche Botschaft der Abwertung, auch dann, wenn offensichtlich physiologische Bedürfnisse erfüllt werden. Spiel, Berührung, Zuwendung und Stimme drücken in unendlicher kultureller Vielfalt aus: Du bist uns wichtig."*
- Zur Erklärung der Erfahrungen mit der Belastungsbalance - Handhabbarkeitskomponente - im Säuglings- und Kleinkindalter stellt er fest, dass der Beziehung zwischen dem Kind und der sozialen Umwelt ungleich verteilte Macht zugrunde liegt. Das kleine Kind ist extrem verletzlich und abhängig. Das erzeugt eine starke Motivation, Verhaltensweisen, Fertigkeiten, Einstellungen und Werte zu erwerben, die helfen, seine soziale Identität aufzubauen und seinen eigenen Platz kennenzulernen.  
Er zählt vier mögliche Reaktionen seitens der sozialen Umgebung auf, wenn das Kind etwas tut: Ignorieren, Ablenken, Lenken, oder Ermuntern und Bestätigen. Dies untermauert er mit einem Ausspruch, mit dem Anna Freud die Anweisungen einer Mutter an die Gouvernante zitiert haben soll: "Gehen Sie nachsehen, was die Kinder tun und sagen Sie ihnen, sie sollen damit aufhören."  
Fällt die Reaktion auf die Aktivitäten des Kindes so aus, dann lernt es, dass die Bedürfnisse, die von innen kommen, Überlastung schaffen und zu einer Bestrafung oder dem Gefühl von Inkompetenz führen: "ich kann nichts richtig machen".  
Für ein ausgeprägtes Empfinden von Handhabbarkeit hingegen Sorge ein ausgeglichenes Muster der vier Reaktionsmöglichkeiten, d.h. wenn der Grossteil der Reaktionen in Lenkung oder Ermutigung besteht, dann werden Überforderung und Überlastung beim Kind vermieden.

Zum Zusammenhang des Sense of Coherence der Bezugspersonen und jenem des Säuglings/Kleinkindes meint er, dass, je ausgeprägter der SOC der Eltern sei, es desto wahrscheinlicher sei, dass diese die Lebenserfahrungen des Kindes so beeinflussen, dass dessen Kohärenzsinn in die gleiche Richtung geführt werde.

Er fügt dazu an, dass in unserer Gesellschaft, die Kinder von früher Kindheit an mit einer umfassenderen sozialen Umwelt konfrontiert werden, d.h. dass es komplexe Botschaften erhält. Dies bezeichnet er als einen möglichen Vorteil für die Entwicklung, stellt jedoch gleichzeitig fest, dass sich hier das Problem der Konsistenz stellt: Wenn die eine Bezugsperson eine Verhaltensweise z.B. belohnt (oder bestraft), eine weitere eine andere, die Spielkameraden eine dritte und die Massenmedien eine vierte, *"ist es schwer, bezüglich Chancen für konsistente Lebenserfahrungen zuversichtlich zu bleiben."* Als praktisches Beispiel im Frühbereich sei hier auf die Auswirkungen von häufigem, unvorbereitetem Wechsel der direkten Betreuungsperson des Säuglings/des Kleinkindes auf die Entwicklung des Kohärenzsinnens hingewiesen.

Antonovsky war der Meinung, dass sich das Kohärenzgefühl in der Kindheit und Jugendzeit entwickelt und beim erwachsenen Menschen eine ziemlich feste Grösse darstellt, die im positiven Sinne nicht mehr verändert werden kann. Gemäss Schiffer (2001) zeigen jedoch neuere Studien, dass auch beim Erwachsenen ein zunächst schwaches Kohärenzgefühl noch gestärkt werden kann.

Das bedeutet, dass die pädagogisch-sozial orientierten Angebote nicht nur direkt einen Beitrag leisten können zur Stärkung des Kohärenzsinn des Kindes, sondern auch indirekt über die Stärkung des Kohärenzsinn von Müttern, Vätern und anderen Bezugspersonen in bezug auf Betreuung und Erziehung von Säuglingen und Kleinkindern.

### **Kohärenzgefühl und Gruppe**

Antonovsky bezieht in seinen Ausführungen Überlegungen zum Kohärenzsinn als Gruppeneigenschaft mit ein. Insbesondere beschäftigt er sich auch damit, welchen Unterschied es für ein Individuum macht, ob es einer Gruppe oder Gruppen mit schwachem oder starkem SOC angehört. Er kommt zum Schluss dass der Kohärenzsinn einer Gruppe sehr wohl ein Faktor ist bei der Herausbildung und der Modifizierung des Kohärenzgefühles eines Individuums, weil das soziale Umfeld eine wichtige Rolle spielt bei der Vermittlung von Erfahrungen, die für das Entstehen eines starken oder schwachen Kohärenzgefühls entscheidend sind.

In diesem Zusammenhang stellt er auch fest, dass in jedem Fall die radikale Veränderung der Lebenssituation mit der Zeit eine signifikante Veränderung des Kohärenzsinn bewirken kann. Und die Geburt eines Kindes impliziert wohl für die meisten Menschen eine mehr oder weniger radikale Veränderung der Lebenssituation.

Der zweite Grund für die Bedeutung des Gruppenkohärenzsinn hat nach Antonovsky mit der direkten Beziehung zwischen dem Gruppenkohärenzsinn und dem Umgang mit Stressoren zu tun. Er führt hier den Begriff des "kollektiven Stressors" ein, d.h. von Anforderungen, die eine ganze Gemeinschaft zu bewältigen hat. Darunter fallen jene Anforderungen, die von einem Individuum allein nicht bewältigt werden können.

In diesem Sinne kann die Geburt eines Kindes und die Aufgabe, es förderlich durch die ersten Lebensjahre zu begleiten, als "kollektiver Stressor" bezeichnet werden. Es braucht vereinte Kräfte für diese Aufgabe - oder wie es ein afrikanisches Sprichwort ausdrückt "es braucht ein Dorf, um ein Kind grosszuziehen".

Und in diesem "Dorf" kommt den pädagogisch-sozial orientierten Angebote mit ihren Dienstleistungen eine wichtige Bedeutung zu - einerseits in ihrem eigenen direkten Kontakt mit Kindern, Müttern und Vätern im Frühbereich, andererseits durch die Schaffung von Möglichkeiten z.B. in Angeboten von Gruppen, die einen starken Kohärenzsinn entwickeln, und ihn an die einzelnen kleinen und grossen Teilnehmerinnen und Teilnehmer weitergeben können.

#### ImText zitierte Literatur:

Antonovsky Aaron (1997). Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Deutsche erweiterte Ausgabe von Alexa Franke. Tübingen: Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie  
Schiffer, Eckhardt (2001). Wie Gesundheit entsteht. Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung. Weinheim: Beltz

#### Weiterführende Literatur:

Schiffer Eckhardt (1999). Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde. Anstiftung gegen Sucht und Selbstzerstörung bei Kindern und Jugendlichen. Weinheim: Beltz  
Wydler Hans, Kolip Petra, Abel Thomas (Hrgs.) (2002). Salutogenese und Kohärenzgefühl. Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzepts. Weinheim, München: Juventa. (2. Auflage)  
Schüffel Wolfram, Brucks Ursula, Johnen Rolf, Köllner Volker, Lamprecht Friedrich, Schnyder Ursula (1998). Handbuch der Salutogenese. Konzept und Praxis. Wiesbaden: Ullstein Medical Verlagsgesellschaft