

2. Österreichische Präventionstagung

Mag. Günther Schagerl

Gesundheitsförderung durch Sport

Sport ist ein ebenso vielschichtiger und mehrdeutiger Begriff wie Gesundheit und Gesundheitsförderung. Aus erkenntnistheoretischer Sicht und persönlichen Erfahrungen wird daher eine praxisorientierte Festlegung der Begriffe Gesundheit, Sport und Gesundheitsförderung vorgeschlagen. Nur dadurch ist es möglich, ohne wesentliche Missverständnisse gemeinsam Überlegungen anzustellen. Da die Begrifflichkeit des Sports hauptsächlich durch die mediale Darstellung geprägt wird (Ski, Fußball, Tennis, Autorennen), werden die vielen Gesichter und Kategorien sportlicher Aktivität dargestellt (Gesundheitssport, Freizeitsport, Leistungssport, Hochleistungssport), um einen breiteren Zugang zum Phänomen Sport zu ermöglichen. Die WHO-Definition des Gesundheitsbegriffes wird erweitert um „An- und Einsichten über die nachhaltige Lebensbalance und den Umgang mit den Widersprüchen des Lebens“. Praxisorientierte Gesundheitsförderung wird mit Merkmalen wie Beteiligung der Zielgruppe und Selbstbestimmung, settingbezogene Lernprozesse, Vernetzung, Qualitätssicherung und vor allem mit Nachhaltigkeit verbunden.

Von diesen Ausgangspunkten und kommenden gesellschaftlichen Entwicklungen her (Kommunikations- und Bevölkerungsstruktur) wird anhand von praktischen Beispielen gezeigt, welche Chancen sportliche Aktivität im ganzheitlichen Sinne für die Gesundheitsförderung bietet. Sport, ursprünglich als „disportare“ (sich zerstreuen) gedacht, hat sich von der wichtigsten Nebensache der Welt zu einer globalisierten Massenbewegung entwickelt. Die sportliche Bewegung wird in einer Zeit des Massenbewegungsmangels als eine wichtige Chance für ganzheitliches Wohlbefinden argumentiert. Abschließend wird festgestellt, dass die gesellschaftliche Positionierung sportlicher Aktivität zunehmend eine Aufwertung erfährt, aber noch immer nicht den Stellenwert bei Entscheidungsträgern im Gesundheits- und Sozialbereich genießt, den sie innehaben könnte. Die Gründe dafür werden diskutiert. Jüngste Erkenntnisse zu gesundheitsökonomischen Auswirkungen sportlicher Aktivität in Österreich zeigen, welche Bilanz zu erwarten ist. Trotz der zweiten Seite der Medaille, den Sportunfällen, ist die ganzheitliche und ökonomische Bilanz nachgewiesenermaßen deutlich positiv.

Mag. Günter Schagerl; Jg. 1958 Studium der Philosophie, Psychologie, Sportwissenschaften und Fächerkombination Prävention-Rekreation, 1983-1985 Leistungsdiagnostik, Aufbau und Leitung des ASKÖ-Referats für Fitness und Gesundheitsförderung der Bundesorganisation. Hauptarbeitsschwerpunkt: Praktische Umsetzung sportwissenschaftlicher und gesundheitspädagogischer Erkenntnisse. Aktionen und Modelle: u. a. Frauen-Fit, Langsam-Lauf-Treff, Senioren-Fitness-Treff. Ständiges Redaktionsmitglied der Zeitschrift: Sport in Österreich, verantwortlich für die Fachbeilage und den Bereich Gesundheitsförderung. Zwischenzeitlich: Lektor für Behindertensport am Institut für Sportwissenschaften und an der Bundesanstalt für Leibeserziehung Wien