

Gesundheitskompetenz und Selbstregulation

Gesundheit gehört zu den höchsten Gütern des Menschen. Aber welche Fähigkeiten und Kenntnisse benötigt der Einzelne, um zu einer Lebensweise zu gelangen, die Gesundheit fördert? Wie kann ein wissenschaftliches Modell der Gesundheitskompetenz aussehen? Der Autor stellt erstmals ein empirisch untersuchtes Modell vor, das Auskunft darüber gibt, welche Fähigkeiten und Kenntnisse »Gesundheitskompetenz«, ein zentraler Begriff der Gesundheitsförderung, umfasst. Der Schwerpunkt liegt auf Prozessen der Selbstregulation. Das vorgestellte Modell beschreibt ein klar strukturiertes Konzept, welches durch die Verknüpfung mit der Selbstbestimmungstheorie konkrete Handlungsansätze für die Praxis gibt. Das Modell kann Akteuren rund um die Gesundheit von großem Nutzen sein, etwa im Gesundheitswesen oder der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Health is one of the most precious human assets. But which abilities and what knowledge does an individual need to attain a health-promoting lifestyle? What might a scientific model of health competence look like? For the first time, the author presents an empirically examined model that provides information on what abilities and knowledge constitute "health competence" – a key term in health promotion. The main focus is on self-regulatory processes. The model presented describes a clearly structured concept that, linked with the theory of self-determination provides concrete practical strategies. The model can be of great benefit to actors across the field of health, for instance in health care or corporate health promotion.



59,00 €

55,14 € (zzgl. MwSt.)

sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3 Werktage

Artikelnummer: 9783847100157

Medium: Buch

ISBN: 978-3-8471-0015-7

Verlag: V & R Unipress GmbH

Erscheinungstermin: 04.10.2012

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2012

Serie: Applied Research in Psychology and Evaluation

Produktform: Gebunden

Gewicht: 481 g

Seiten: 210

Format (B x H): 163 x 250 mm

