

# Kohärenz für den Alltag

Konstantin von Normann

*Gesundheits- und Kompetenzorientierung sind zentrale Paradigmen der Haushaltswissenschaft und haushaltsbezogener Bildung. Dieser Aufsatz thematisiert das Salutogenesemodell von Antonovsky und zeigt in Form der Kohärenz-Kompetenz-Spirale Überlegungen zur Verbindung des Kohärenzgefühls mit der Kompetenzentwicklung. Es wird postuliert, dass sich über die Veränderung des leicht zu messenden Kohärenzgefühls Rückschlüsse auf die Veränderung von Daseinskompetenz ziehen lassen. Dies kann der empirischen Forschung in Fachwissenschaft und Fachdidaktik neue Impulse geben.*

## 1 Einführung

**P**ersönlichkeitsentfaltung und individuelles Empowerment für die Teilhabe an der Gesellschaft gelingen nur, wenn der Mensch über eine positive und aktive Lebensorientierung mit expliziter und kompetenter Handlungs- und Bewältigungsfähigkeit verfügt.

Die theoretische Konzeptionalisierung einer gelingenden Alltags- und Daseinsgestaltung ist in der Haushaltswissenschaft weit fortgeschritten, breit rezipiert wurden insbesondere Überlegungen von Piorkowsky (1997, 2003) und von Schweitzer (1991). Für die haushaltsbezogene Bildung kommen aktuelle Impulse aus dem REVIS-Projekt (Heseker et al. 2005). Fachwissenschaft und Fachdidaktik sind zur Weiterentwicklung ihrer Disziplin regelmäßig auf Nachbardisziplinen angewiesen (Piorkowsky 1997, Methfessel et al. 2008, S. 115). Besonders fruchtbar für die theoretische Weiterentwicklung war in den vergangenen Jahren das Salutogenesemodell des Medizinsoziologen Aaron Antonovsky (1923 – 1994). Es genießt in den Gesundheitswissenschaften große Popularität (Wydler et al. 2000; Bengel et al. 2001; Singer/Brähler 2007). Ungeachtet bestehender Einwände (Amelang et al. 2000; Geyer 2000) wird das Modell breit eingesetzt und soll auch hier wegen seiner hervorragenden empirischen Umsetzbarkeit und der noch aufzuzeigenden Relevanz für die Beurteilung des Humanvermögenerwerbs im haushaltsbezogenen Kontext zur Anwendung kommen.

In der haushaltsbezogenen Bildung wird eine salutogenetisch und lebensbegleitend angelegte Ausrichtung des Lehrens und Lernens postuliert (Brandl 2008, S. 3). Bartsch (2002, 2008), Quellmalz/Methfessel (2009), Schlegel-Matthies (2001, 2002) und Methfessel (2007, 2008) nutzen die Impulse des Modells und erarbeiten erste Vorschläge für eine theoretische Konzeptionalisierung des Zusammenhangs von Ernährung und Gesundheit sowie deren methodisch-didaktische Umsetzung im Unterricht. Großmann und von Normann (2008) thematisieren die Bedeutung des Kohärenzgefühls für die Lebensstilwahl sowie das Ernährungs- und Konsumverhalten junger Menschen.

Röbber-Hartmann (2002 S. 42) fordert schon 2002, Haushaltswissenschaft und haushaltsbezogene Bildung durch Adaption dieses Modells theoretisch und empirisch zu fundieren.

Hier setzt der vorliegende Beitrag an und führt in das Kohärenzgefühl, die Kernkomponente des Salutogenesemodells, ein, um daran anschließend dessen Operationalisierung vorzustellen und einen Vorschlag für den Einsatz der „Sense of Coherence Scale“ im Rahmen der „Kohärenz-Kompetenz-Spirale“ vorzulegen.

Die Gedanken verstehen sich als Impulse, die als solche sicher ergänzt, erweitert und verbessert werden müssen und, insbesondere mit Blick auf ihre Umsetzung, zur Diskussion anregen sollen.

## 2 Das Salutogenesemodell

Das Salutogenesemodell (Abb. 1) wurde in den 1970er Jahren durch Aaron Antonovsky vorgelegt. Salutogenese, ein Neologismus, setzt sich aus Salus (lat.: Unverletztheit, Heil, Glück) und Genese (gr.: Entstehung) zusammen und fragt kurz danach, was Menschen trotz Belastungen gesund erhält bzw. sie genesen lässt. Dieser ressourcenorientierte Ansatz steht dem Pathogenesemodell mit seinen defizitorientierten Erklärungsansätzen diametral gegenüber.

Zentrale Elemente des Salutogenesemodells sind:

- das Gesundheits-Krankheits-Kontinuum
- Überlegungen zu Stressoren und allgemeinen Widerstandsressourcen
- das Kohärenzgefühl.

Das Bild eines Kontinuums verdeutlicht, dass Probleme oder Erkrankungen allgegenwärtig sind und damit „Normalität“ und nicht „Abweichung“ oder „Ausnahme“. Menschen befinden sich nie in einem Gleichgewicht, sondern immer in einem

### Coherence for Everyday Life

Health and competence orientation are essential paradigms of Home Economics and Home Economics Education. This article focuses on Aaron Antonovskys salutogenic model and introduces the Coherence-Competence-Spiral, linking the sense of coherence with the competence development. It is postulated that conclusions about changes within life competence can be drawn from changes in the measurable sense of coherence. Thus new impulses to the empiric research in Home Economics and Home Economics Education are given.

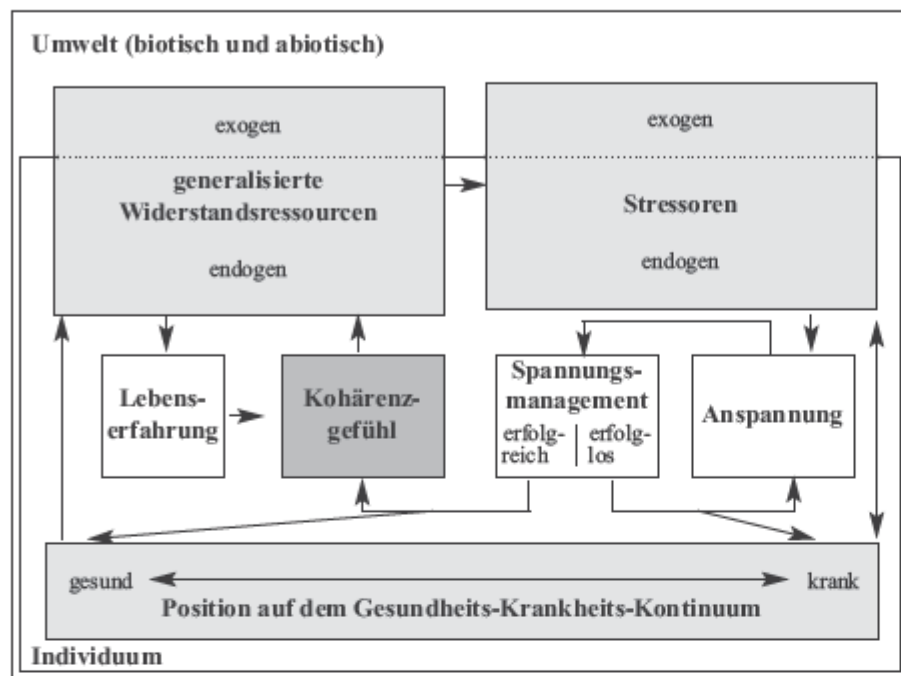


Abb. 1: Das Salutogenese Modell nach Antonovsky (1979)  
(Quelle: eigene Darstellung, vereinfacht, modifiziert)

Ungleichgewicht. Die störungsreiche Komplexität des Lebens bringt ständig neue Ungleichgewichte mit sich.

Der Mensch ist zeitlebens Stressoren ausgesetzt (etwa singuläre Lebensereignisse, chronische Belastungen, alltägliche Ärgernisse, physikalische oder bio-chemische Belastungen). Für den Umgang mit diesen Stressoren sind sogenannte generalisierte Widerstandsressourcen (Generalized Resistance Resources, GRR) erforderlich, sie bieten Bewältigungsstrategien. Nach Antonovsky (1979) bildet „jedes Merkmal einer Person [...], das eine wirksame Spannungsbewältigung erleichtern kann“, eine allgemeine Widerstandsressource. Derartige Widerstandsressourcen sind insbesondere materieller Wohlstand, Intelligenz und soziale Unterstützung von Menschen.

Im folgenden Abschnitt wird differenziert auf das Kohärenzgefühl eingegangen.

### 2.1 Das Kohärenzgefühl

Komplementär zu den allgemeinen Widerstandsressourcen verfügt der Mensch über dispositionelle personale Bewältigungsressourcen, ein sogenanntes Kohärenzgefühl, auch Kohärenzsinn, Kohärenzerleben (Sense of Coherence, SOC). Dieses wird definiert als:

„(...) eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass

1. die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind;
2. einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen, die diese Stimuli stellen, zu begegnen;

3. diese Anforderungen Herausforderungen sind, die Anstrengung und Engagement lohnen.“ (Antonovsky 1997, S. 36) Dieses Kohärenzgefühl lässt sich kurz als eine positive, aktive Lebensorientierung mit expliziter Handlungs- und Bewältigungsfähigkeit beschreiben. Es steht für die Gewissheit, sich selbst und die eigenen Lebensbedingungen steuern und gestalten zu können, und setzt sich aus den drei eng miteinander verbundenen Komponenten Verstehbarkeit (kognitives Verarbeitungsmuster), Handhabbarkeit (kognitiv-emotionales Verarbeitungsmuster) und Sinnhaftigkeit (motivationale Komponente) zusammen (Abb. 2). Wie die Bewältigung von Stress gelingt, hängt somit ab von der:

- Summe der Widerstandsressourcen (Bewältigungsstrategien) und
- deren zielgerichteter Anwendung auf Basis des Kohärenzgefühls.

Das Kohärenzgefühl wirkt als flexibles Steuerungsinstrument und regt in Abhängigkeit von den Anforderungen geeignete Copingstrategien an. Es übernimmt auf der Metaebene übergeordnete und steuernde Funktionen und ist nicht mit Coping gleichzusetzen.

Leitgedanke dieses Beitrags ist, dass das Kohärenzgefühl nicht nur den Lebensbereich Gesundheit, sondern alle Lebensbereiche positiv beeinflusst, indem Ressourcen mobilisiert werden, um mit spezifischen Belastungen zurechtzukommen.

**Verstehbarkeit (comprehensibility):** Reize, Ereignisse oder Entwicklungen im Leben und in der Welt werden als strukturiert, vorhersehbar und erklärbar wahrgenommen. Das Leben der Person und das, was um sie herum geschieht, ist für die Person begreifbar. Dieses Gefühl wird maßgeblich durch konsistente Erfahrungen geformt.

**Handhabbarkeit (manageability):** Der Person stehen geeignete individuelle und soziale Ressourcen zur Verfügung, um den Anforderungen durch die Reize, Ereignisse und Entwicklungen, begegnen zu können. Die Person gewinnt Zutrauen zu sich selbst und kann dies dauerhaft erhalten und nutzen.

**Sinnhaftigkeit (auch Bedeutsamkeit, meaningfulness):** Das eigene Leben wird emotional als sinnvoll empfunden, es ist alle Mühen wert. Die Person nimmt sich als Subjekt wahr. Sinnhaftigkeit ist die zentrale Komponente des Modells: Sie steuert die Bereitschaft, gegebene Verstehbarkeit und Handhabbarkeit einzusetzen.

Abb. 2: Komponenten (Subskalen) des Kohärenzgefühls  
Quelle: Antonovsky (1997), ergänzt

Daher ist es von großer Bedeutung, das Kohärenzgefühl zu stärken.

## 2.2 Operationalisierung des Kohärenzgefühls

Die Stärke des Kohärenzgefühls wird empirisch über die SOC-Skala (Sense of Coherence Scale), eine Itembatterie zur Selbstbeurteilung, erfasst (Singer, Brähler 2009). Je höher der Skalenwert, desto stärker das Kohärenzgefühl. Die SOC-Skala ist kulturübergreifend einsetzbar. Der auch in deutscher Übersetzung vorliegende Fragebogen umfasst in seiner Originalform 29 Items und setzt sich aus Fragen oder unvollendet formulierten Sätzen, die auf verschiedene Lebensaspekte bezogen sind, zusammen. Die Befragten schätzen sich bei der Beantwortung auf einer siebenstufigen Likertskala mit item-spezifischen Endpunkten selbst ein. Aufgrund der unmöglichen faktorenanalytischen Replizierbarkeit der von Antonovsky theoretisch hergeleiteten Subskalenstruktur der SOC-Skala empfehlen viele Autoren, das Kohärenzgefühl als eindimensionales Konstrukt zu verwenden.

Für die Praxis wird die Arbeit mit den Subskalen jedoch präferiert. Die Komponenten des Kohärenzgefühls zu nutzen, regt auch Methfessel an (2007, S. 798), ohne dies jedoch weiter zu präzisieren. Die Nutzung der Subskalen ist der Überlegung geschuldet, dass eine gezielte Entwicklung des Kohärenzgefühls junger Menschen nicht auf den Gesamtscore ausgerichtet sein sollte, sondern statt dessen die Komponenten Verstehbarkeit und Handhabbarkeit gezielt aufgebaut werden müssen. Es wird zudem davon ausgegangen, dass der Wert der Subskala Sinnhaftigkeit in jungen Jahren eher gering ist, weil den jungen Menschen Lebenserfahrung fehlt. Als Erfolgsindikator wird daher insbesondere eine Erhöhung der Werte für die Subskalen Verstehbarkeit und Handhabbarkeit angenommen. Aus diesen Veränderungen sollte dann – hier ergibt sich ein konkreter Forschungsbedarf – zukünftig über eine positive Bewältigung von Herausforderungen das eigene Leben als lebenswert und sinnerfüllt wahrgenommen werden: Die Sinnhaftigkeit wird zeitverzögert ansteigen. Es wird eine „Kohärenzspirale“ in Gang ge-

setzt: Das bestehende Kohärenzgefühl führt zur Nutzung von Bewältigungsstrategien und die dadurch ausgelöste positive Wahrnehmung der eigenen Möglichkeiten zu einer Erhöhung des Kohärenzgefühls.

Für die empirische Arbeit erscheint die SOC-L9-Skala mit neun Items besonders geeignet. Sie wurde von Schumacher et al. entwickelt und an einer repräsentativen Bevölkerungsstichprobe validiert (Singer/Brähler, 2007).

Diese reliable Kurzfassung der Originalskala hat den Vorteil, dass die geringe Fragenzahl den forschungstechnischen Aufwand deutlich reduziert (Abb. 3).

## 3 Die Kohärenz-Kompetenz-Spirale

Wie gezeigt, gelingt es Menschen erst in der Kombination von Bewältigungsstrategien und Kohärenzgefühl kritische Situationen zu meistern. Bewältigungsstrategien sind insbesondere die in Abschnitt 2.1 angesprochene Ich-Identität, soziale Unterstützung, Wissen und auch Materielles.

Ein stark ausgeprägtes Kohärenzgefühl erlaubt es Menschen, in allen Lebensbereichen flexibel auf Anforderungen

### Verstehbarkeit

1. Haben Sie das Gefühl, dass Sie in einer ungewohnten Situation sind und nicht wissen, was Sie tun sollen?

(sehr oft ± sehr selten oder nie) (in der Langfassung SoC 29: Frage 12)

2. Wie oft sind Ihre Gefühle und Gedanken ganz durcheinander?

(sehr oft ± sehr selten oder nie) (F 19)

### Handhabbarkeit

3. Wenn Sie etwas tun, das Ihnen ein gutes Gefühl gibt, ...

(dann ist es bestimmt so, dass Sie sich auch weiterhin gut fühlen werden ± dann wird bestimmt etwas passieren, das dieses Gefühl wieder verdirbt) (F 20)

4. Viele Leute, auch solche mit einem starken Charakter, fühlen sich in bestimmten Situationen als traurige Verlierer. Wie oft haben Sie sich in der Vergangenheit so gefühlt?

(sehr oft ± sehr selten oder nie) (F 25)

5. Wenn Sie an Schwierigkeiten denken, denen Sie bei wichtigen Dingen im Leben wohl begegnen werden, haben Sie das Gefühl, dass ...

(es Ihnen immer gelingen wird, die Schwierigkeiten zu überwinden ± Sie es nicht schaffen werden, die Schwierigkeiten zu überwinden) (F 27)

### Sinnhaftigkeit

6. Wenn Sie über Ihr Leben nachdenken, ist es dann sehr oft so, dass ...

(Sie spüren, wie schön es ist, zu leben ± Sie sich fragen, wieso Sie überhaupt leben) (F 14)

7. Die Dinge, die Sie täglich tun, sind für Sie ...

(eine Quelle tiefer Freude und Befriedigung ± eine Quelle von Schmerz und Langeweile) (F 16)

8. Sie erwarten für die Zukunft, dass Ihr eigenes Leben ...

(ohne jeden Sinn und Zweck sein wird ± voller Sinn und Zweck sein wird) (F 22)

9. Wie oft haben Sie das Gefühl, dass die Dinge, die Sie im täglichen Leben tun, wenig Sinn haben? (sehr oft ± sehr selten oder nie) (F 28)

Hinter jeder Itemformulierung sind die beiden Pole des siebenstufigen Antwortmodells für dieses Item aufgeführt. Die Items 3, 5, 6, 7 müssen für den „Summenscore“ umgepolt werden.

Abb. 3: SoC-9L, Kurzfassung der SoC-Skala (Quelle: Singer/Brähler 2007, S. 59)

zu reagieren und die für die spezifische Situation angemessenen Bewältigungsstrategien zu aktivieren. Ein Mensch mit einem gering ausgeprägten Kohärenzgefühl wird hingegen Anforderungen eher starr und rigide beantworten, da er weniger Bewältigungsstrategien entwickelt hat bzw. deren Nutzbarkeit nicht wahrnimmt.

Bewältigungsstrategien lassen sich in weiten Teilen als Kompetenzen<sup>1</sup> interpretieren. Unter Rückbezug auf die Entwicklung von Humanvermögen<sup>2</sup> erscheint die Unterscheidung zwischen Daseinskompetenz (Vitalvermögen) und Fachkompetenz<sup>3</sup> (Arbeitsvermögen) besonders ertragreich.

Der Erwerb von Fachkompetenz gelingt nur, wenn zuvor Daseinskompetenz erworben wurde. Die hier relevante Daseinskompetenz wird in der Herkunftsfamilie grundgelegt, um in Schule und sozialen Bezügen weiterentwickelt zu werden.

Daseinskompetenz ist nach von Schweitzer (1995, S. 15) in drei Ebenen zu verstehen:

1. Verantwortung für das eigene Leben
2. Verortung und Einbindung in die Gesellschaft
3. Schaffung, Sicherung und Pflege der Alltagsversorgung und Alltagskultur.

Richarz (1983, S. 74) führt schon früh aus, dass Haushaltswissenschaft und haushaltsbezogene Bildung die Aufgabe haben, die Entwicklung von individueller Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz zur Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit für die Bewältigung von Lebenssituationen anzubahnen. Diese Auflistung ist durch Methodenkompetenz zu ergänzen. Auch wenn dieses Kompetenzbündel eher dem öffentlichen Diskurs entspringt und Kompetenzen heute „als Leistungsdispositionen in bestimmten ‚Domänen‘“ definiert werden (Engartner 2010, S. 204)<sup>4</sup>, erscheint die Verwendung der von Richarz vorgeschlagenen Dimensionen gerade zur Operationalisierung der „Outcomes des Lehrens und Lernens“ (Brandl 2008, S. 7) weiterhin angezeigt.

Haushaltsbezogene Bildung aus salutogenetischer Perspektive muss nach Schlegel-Matthies (2002, S. 19) Handlungsspielräume erschließen helfen, Selbstständigkeit anbahnen und Balancen herstellen. „Die Vermittlung von Sach-, Orientierungs- und Handlungswissen gewinnt damit ebenso an Bedeutung wie die Fokussierung auf die Selbstkompetenz von Schülerinnen und Schülern“ (Schlegel-Matthies 2001, S.19). Mit Schlegel-Matthies ist für die konsequente Unterstützung bei der Entwicklung der Daseinskompetenz durch die Schule zu plädieren.

Bezogen auf die Entwicklung von Kohärenzgefühl fragt Methfessel (2007, S. 708): „Wie kann man:

1. die allgemeinen Widerstandsressourcen nutzen, stabilisieren und ausbauen?
2. das Kohärenzgefühl von Menschen so stärken, dass die Gesundheit erhalten und gefördert werden kann?
3. Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit so ausbauen, dass Menschen den Anforderungen ihres Lebens positiv begegnen?“

Die enge Beziehung zwischen Kohärenzgefühl und Kompetenz ist somit evident. Es liegt auch auf der Hand, dass eine Vermittlung von Kompetenzen der Stärkung des Kohärenzgefühls dient und vice versa. Dieser Zusammenhang soll anhand der Kohärenzgefühl-Daseinskompetenz-Spirale (kurz Kohärenz-Kompetenz-Spirale, KKS) visualisiert werden.

Abbildung 4 zeigt die Einbettung aller individuellen Aktivitäten in sozioökonomische Rahmenbedingungen, rekurriert auf ein bestimmtes Maß an Kohärenzgefühl zu Beginn der Periode und visualisiert dann, dass im Rahmen des Kompetenzerwerbs immer auch Kohärenzgefühl aufgebaut wird, welches zum Ende einer Periode, sichtbar gemacht anhand der Spirale, auf ein höheres Niveau gehoben wird. So ausgestattet begegnet der Mensch den dann bestehenden Rahmenbedingungen.



Abb. 4: Die Kohärenz-Kompetenz-Spirale (Quelle: eigene Darstellung<sup>5</sup>)

#### 4 Diskussion und Schlussbetrachtung

Für eine gelingende Lebensführung bedarf es mehr als der Summe der erworbenen Kompetenzen. Nach Quellmalz und Methfessel (2008, S. 6) ist es gerade deren Integration in ein übergeordnetes Lebensführungskonzept. Sich auf den Kompetenzerwerb zu beschränken, hieße, durch normative Festlegungen für alle Aktivitäten im Alltag harte Standards zur Kompetenzmessung festzulegen – ein ebenso absurdes wie ethisch und auch technisch undurchführbares Ansinnen. Zumal die Operationalisierung des Kompetenzerwerbs für die

empirische Forschung auch in Haushaltswissenschaft und haushaltsbezogener Bildung eine große Herausforderung darstellt. Haushaltsbezogenes Handeln, Lehren und auch die Kompetenzfeststellung finden nach Methfessel et al. (2008, S. 118) ihre Grenzen durch die:

- Komplexität des Gegenstands- bzw. Inhaltsbereiches Haushalt und die
- Subjektivität und Individualität bei der Akzeptanz von Lösungen.

Der Kompetenzerwerb entzieht sich somit in weiten Teilen noch der Messbarkeit. Bezogen auf die Vermittlung von Kompetenzen lassen sich den Substrukturen des Kohärenzgefühls besonders bildungsfähige didaktische Prinzipien zuordnen<sup>6</sup>. Geeignet sind Prinzipien die vom jungen Menschen als Subjekt und als Bildner der eigenen Biografie ausgehen, die zu eigener Aktivität animieren und die Menschen nicht im Sinne eines „Nürnberger Trichters“ mit Wissen überfrachten. Derartiger Kompetenzerwerb führt gleichzeitig durch Exemplarität, Bedeutsamkeit und Betroffenheit zur Entwicklung von Verstehbarkeit, die konsequente Handlungsorientierung unterstützt den Aufbau von Handhabbarkeit und die Subjektorientierung fördert abschließend die Sinnhaftigkeit.

Kohärenzgefühl und Daseinskompetenz entwickeln sich in wechselseitiger Abhängigkeit, die jungen Menschen werden in die Lage versetzt, in allen Lebensbereichen Ressourcen positiv zu aktivieren.

Diese Verzahnung erscheint für die empirische Forschung von großem Nutzen. Da das Kohärenzgefühl über die SOC-Skala leicht messbar ist, können Informationen zum Stand und zur Entwicklung des Kohärenzgefühls mit überschaubarem Aufwand realisiert werden. So lässt sich über das Nachhalten der Veränderung beim Kohärenzgefühl ein kurzer Schluss zur Lebensorientierung des Menschen ziehen und hieraus im Umkehrschluss auf seine Fähigkeiten und Fertigkeiten.

Bis zur Formulierung exakter und handhabbarer Instrumente zur Kompetenzerwerbsmessung könnte die SOC-Skala dieses Instrument ersetzen. Im Verbund mit der Messung von Kompetenzsubstrukturen, etwa dem messbaren Wissenserwerb, sollten dann Rückschlüsse auf die Humanvermögensentwicklung möglich sein.

Dieser Aufsatz versteht sich als Diskussionsbeitrag zur fachwissenschaftlichen Theoriebildung ebenso wie zur Weiterentwicklung der Fachdidaktik und der haushaltsbezogenen empirischen Forschung. Das präsentierte Konzept ist Grundlage für eine Schulstudie (von Normann 2010). Im Rahmen eines Projekts im ESF-Bundesprogramm BIWAQ wird ein Finanzkompetenztraining an einer Leverkusener Gesamtschule evaluiert. Die Ergebnisse sollen Aufschluss über die Beziehung zwischen Kohärenzgefühl, Kompetenz und finanziellem Gebaren geben und auch erste Hinweise zur Verifizierung der Überlegungen zur Kohärenz-Kompetenz-Spirale aufzeigen.

## Literatur

- Amelang, M., Schmidt-Rathjens, C. (2000): Kohärenzsinn als Prädiktor und Suptressor bei der Unterscheidung von Gesundheit und Krankheit. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 8. S. 85 – 93.
- Antonovsky A. (1979): *Health, stress and coping: New perspectives on mental and physical well-being*. San Francisco
- Antonovsky A. (1997): *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*. Tübingen
- Bartsch, S. (2002): Jungdliches Essverhalten als Copingstrategie. In: *HuB*, 3. S. 44 – 51
- Bengel, J., Strittmatter, R., Willmann, H. (2001): *Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert*. Köln
- BMFSFJ (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend) (Hrsg.) (1995): *Fünfter Familienbericht. Familien und Familienpolitik im geeinten Deutschland – Zukunft des Humanvermögens*. BT-Drucksache 12/7560, Bonn
- Brandl, W. (2008): Unterrichte/en in der Ernährungs- und Verbraucherbildung: Vom didaktischen Modell zur methodischen Modellierung. In: *HuB*, 3. S. 3 – 20.
- dgh (Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft e.V.) (Hrsg.) (2001): *Kompetent im Alltag. Memorandum für eine haushaltsbezogene Bildung: frühzeitig, aufbauend, lebenslang. Wege zu einer zeitgemäßen und zukunftsorientierten Bildung*. Bonn
- Engartner, T. (2010): *Didaktik des Ökonomie- und Politikunterrichts*. Paderborn
- Geyer, S. (2000): Antonovsky's sense of coherence – ein gut geprüftes und empirisch bestätigtes Konzept? In: Wydler, H., Kolip, P., Abel, T. (Hrsg.), *Salutogenese und Kohärenzgefühl*. Weinheim, S. 71 – 83
- Grossmann, S., Normann, K. v. (2008): Kohärenzsinn und Gesundheit im Lebenszyklus“. In: *HuW* 56, 2. S. 79 – 83
- Heseker, H., Schlegel-Matthies, K., Heindl, I., Methfessel, B. (2005): *Revis Modellprojekt. Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung an Schulen. Schlussbericht für das BMVEL*. Download unter [http://dsg.uni-paderborn.de/fileadmin/evb/forschung\\_und\\_entwicklung/REVIS/REVIS-Schlussbericht.pdf](http://dsg.uni-paderborn.de/fileadmin/evb/forschung_und_entwicklung/REVIS/REVIS-Schlussbericht.pdf) Paderborn – Stand 02.11.2010
- Jank W., Meyer H. (2002): *Didaktische Modelle*. 6. Auflage, Frankfurt
- Krüselberg, H.-G. (2007): *Humanvermögen. Ein Blick auf die Quelle des gesellschaftlichen Wohlstandes*. In: Busch, F.; Wätjen, H.-J. (Hrsg.): *Oldenburger Universitätsreden*. Nr. 174. Oldenburg
- Meier, U. (2003): *Haushalte und die Bildung von Humanvermögen – Nachdenken über Zustand und Perspektiven einer verkannten Ressource*. In: Methfessel, B.; Schlegel-Matthies, K. (Hrsg.): *Fokus Haushalt. Beiträge zur Sozioökonomie des Haushalts*. Hohengehren, S. 35 – 52
- Methfessel, B. (2007): *Salutogenese – ein Modell fordert zum Umdenken heraus*. *EU* 54, 12. S. 704 – 709
- Methfessel, B. (2008): *Salutogenese – ein Modell fordert zum Umdenken heraus. Teil 2. Herausforderungen an die Gesundheitsförderung*. *EU* 55, 1. S. 37 – 43
- Methfessel, B., Ritterbach, U., Schlegel-Matthies, K. (2008): *Private Lebensführung als Umgang mit Komplexität – ein schwer operationalisierbares Bildungsziel*. In: Frederking, V. (Hrsg.): *Schwer messbare Kompetenzen. Herausforderungen für die empirische Fachdidaktik*. Baltmannsweiler, S. 115 – 125

- Niehage, A., Normann, K. v. (2007): Alltags- und Lebensbewältigungskompetenz, wichtiger denn je?! Zur aktuellen Relevanz von Alltagskompetenzvermittlung. In: FrauenIMPULSE. Informationen des Landesfrauenrates Niedersachsen. 2. S. 13 – 15
- Normann, K. v. (2010): Humanvermögen garantiert soziale und ökonomische Teilhabe in benachteiligten Stadtteilen. In: HuW 58, 1. S. 14 – 21
- Piorkowsky, M.-B. (1997): Haushaltsökonomie. In: Kutsch, T.; Piorkowsky, M.-B.; Schätzke, M.: Einführung in die Haushaltswissenschaft. Stuttgart, S. 13-184
- Piorkowsky, M.-B. (2003): Neue Hauswirtschaft für die postmoderne Gesellschaft. Zum Wandel der Ökonomie des Alltags. In: APuZ, 24, Februar 2003, B 9/2003, S. 7 – 13.
- Piorkowsky, M.-B. (2005): Neue Hauswirtschaft für die postmoderne Gesellschaft. In: Neue Hauswirtschaft. Ein Weiterbildungsmaterial für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren der hauswirtschaftlichen und familienbezogenen Weiterbildung. Hrsg. vom Verbraucherzentrale Bundesverband, Berlin, S. 8 – 35. (Abb. S. 27)
- Quellmalz, K., Methfessel, B. (2009): Humanvermögen – viel beschworen, wenig be- und geachtet. HuB 86, 2. S. 5 – 9
- Richarz, I. (1983): Haushaltslehre. München
- Schlegel-Matthies, K. (2001): Salutogenese und haushaltsbezogene Bildung – didaktische Folgerungen. In: Dr. Rainer Wild Stiftung (Hrsg.): Projekt „Esskultur im Alltag“ Workshop „Salutogenese“ Heidelberg 9. – 10. März 2001. Abstracts der Impulsreferate. www.gesunde-ernaehrung.org Heidelberg, S. 18 – 19 – Stand 02.11.2010
- Schlegel-Matthies, K. (2002): Das Modell der Salutogenese als Handlungsanleitung für haushaltsbezogene Bildung? Fragen und Folgerungen, in: HuB, 3. S. 24 – 33
- Schweitzer, R. v. (1991): Einführung in die Wirtschaftslehre des privaten Haushalts. Stuttgart
- Schweitzer, R. v. (1995): Daseins- und Fachkompetenzen für alle – eine familienbezogene Herausforderung der Ziele und Inhalte von Bildung. In: Hochschul-Informations-Systeme HIS (Hrsg.): Familienorientierung des Bildungssystems, Kurzinformation A6/95. Hannover, S. 14 – 19
- Singer, S., Brähler, E. (2007): Die >>Sense of Coherence Scale<< Testbuch zur deutschen Version. Göttingen
- Weinert, F. E. (2001): Vergleichende Leistungsmessung in Schulen – eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In: Weinert, F. E. (Hrsg.): Leistungsmessungen in Schulen. Weinheim und Basel, S. 17 – 31
- Wydler, H., Kolip, P., Abel, T. (Hrsg.) (2000): Salutogenese und Kohärenzgefühl. Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzepts. Weinheim
- Zöllner, H. (Gesamtredaktion) (2006): Kerncurriculum Lernbereich Beruf-Haushalt-Technik-Wirtschaft / Arbeitslehre (KecuBHTW). Sekundarstufe I. 2006. <http://www.tu-braunschweig.de/Medien-DB/wbm/kecubhtw.pdf> – Stand 01.09.2010

Dr. Konstantin von Normann  
Wissenschaftlicher Mitarbeiter  
Haushalts- und Konsumökonomik  
Institut für Lebensmittel- und Ressourcenökonomik (ILR)  
Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn  
Nussallee 21  
53115 Bonn  
Tel. +49-228-73 5963  
k.vonnormann@ilr.uni-bonn.de

## Anmerkungen

<sup>1</sup> Kompetenzen sind nach Weinert (2001, 27f.) „die bei Individuen verfügbaren oder durch sie erlernbaren kognitiven Fähigkeiten und Fertigkeiten, um bestimmte Probleme zu lösen, sowie die damit verbundenen motivationalen, volitionalen [durch den Willen bestimmte] und sozialen Bereitschaften und Fähigkeiten, um die Problemlösungen in variablen Situationen erfolgreich und verantwortungsvoll nutzen zu können.“ Kompetenzen lassen die Freiheitsgrade in der Lebensbewältigung und in der Lebensgestaltung größer werden (Brandl 2008, S. 6). In der Haushaltswissenschaft ist dies die Fähigkeit, in konkreten Situationen bezogen auf zentrale Bedarfs- und Aufgabenbereiche des Haushalts angemessen zu handeln (Methfessel et al. 2008, S. 117).

<sup>2</sup> Humanvermögen bezeichnet das Handlungspotenzial des Einzelnen, d. h. all das, was Menschen befähigt, in einer ständig komplexer werdenden Welt zurechtzukommen (BMFSFJ 1995, S. 28, Krüsselberg 2007). Humanvermögen ist nicht „naturwüchsig“ (Meier 2003, S. 35), es muss und kann sich im Menschen lebenslang entwickeln. Für die Entwicklung von Humanvermögen ist der Erwerb von Kompetenzen unabdingbar.

<sup>3</sup> Fachkompetenz wird in der Schule grundgelegt und in Ausbildung, Berufstätigkeit und freiwilligem Engagement, aber auch durch Freizeitaktivitäten, erhalten und weiterentwickelt. Sie entsteht vorwiegend über berufstypische Kenntnisse und Fertigkeiten, kumuliert in individuellem Arbeitsvermögen (BMFSFJ 1995, S. 28) und befähigt zur Lösung qualifizierter gesellschaftlicher Aufgaben in einer arbeitsteilig organisierten Gesellschaft. Folgendes Beispiel soll den Unterschied zwischen Sach- und Fachkompetenz verdeut-

lichen: Sachkompetent ist, wer im eigenen Haushalt einen Kuchen selbst backen kann. Fachkompetenz liegt dagegen vor, wenn eine Person als Ergebnis einer berufstypischen Qualifizierung – hier beispielsweise zur Hauswirtschafterin – in der Lage ist, Kuchen professionell herzustellen. Die weitere Analyse dieser Thematik unterbleibt hier, da Fachkompetenz nicht Inhalt der Darstellung ist.

Fachkompetenz darf ferner nicht mit Schulfachkompetenz verwechselt werden. Letztere entwickelt sich vielmehr aus der Vermittlung von schulfachspezifischen Inhalten, die zu spezifischer Methoden- und Sachkompetenz führen.

<sup>4</sup> Die Teildomänenkompetenz Haushalt ist „die Kompetenz, physische, personale, soziale, ökonomische und kulturelle Voraussetzungen und Einflussfaktoren für das Haushaltshandeln zu verstehen, zu berücksichtigen und zu nutzen, um das eigene Leben im Rahmen eines persönlichen Ressourcenmanagements bedürfnisgerecht und sozialverantwortlich zu führen und zu gestalten.“ (Zöllner 2006, S. 7)

<sup>5</sup> Die Kohärenz-Kompetenz-Spirale ist durch die Gesellschaftsspirale von Piorkowsky (2005) inspiriert. Wie diese geht die KKS von einer Periodisierbarkeit menschlicher Entwicklung und der Entwicklung/Veränderbarkeit menschlichen Verhaltens während dieser Periode aus.

<sup>6</sup> Für eine Übersicht sei auf Jank und Meyer (2002) sowie Engartner (2010) verwiesen.