



# Was ist ein gutes Leben?

## Qualité de vie... vie de qualité?

Schweizer Heilpädagogik- Kongress 2013

Bern

28. August 2013

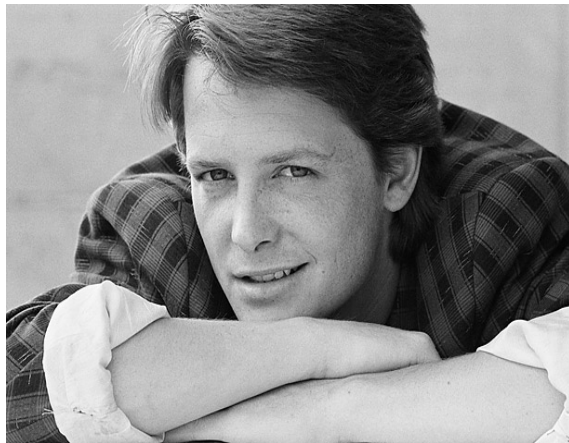
Heidi Hanselmann, Regierungsrätin

# 1. Was ist ein gutes Leben



Gunter Sax:

«Der Verlust der geistigen Kontrolle über mein Leben wäre ein würdeloser Zustand, dem ich mich entschlossen habe, entschieden entgegenzutreten.»



Michael J. Fox:

«Ich kann traurig sein, ich kann frustriert sein, ich kann Angst haben aber ich werde nie depressiv, weil ich soviel Glück in meinem Leben habe.»



# 1.1 Was ist und beeinflusst die Lebensqualität?



## 1.2 Definition Lebensqualität aus wirtschaftlicher Perspektive

«Gesundheitsbezogene Lebensqualität ist ein subjektives psychologisches Konstrukt, das den Gesundheitszustand aus der Perspektive des Individuums einschätzt.

Gesundheit beschreibt nur einen Teilaspekt der allgemeinen Lebensqualität und steht neben Einflussfaktoren wie Wohlstand, Freiheit, Politik, Bildung, Kultur und Religion.

In gesundheitsökonomischen Evaluationen stellt die gesundheitsbezogene Lebensqualität einen zentralen Ergebnisparameter dar.»

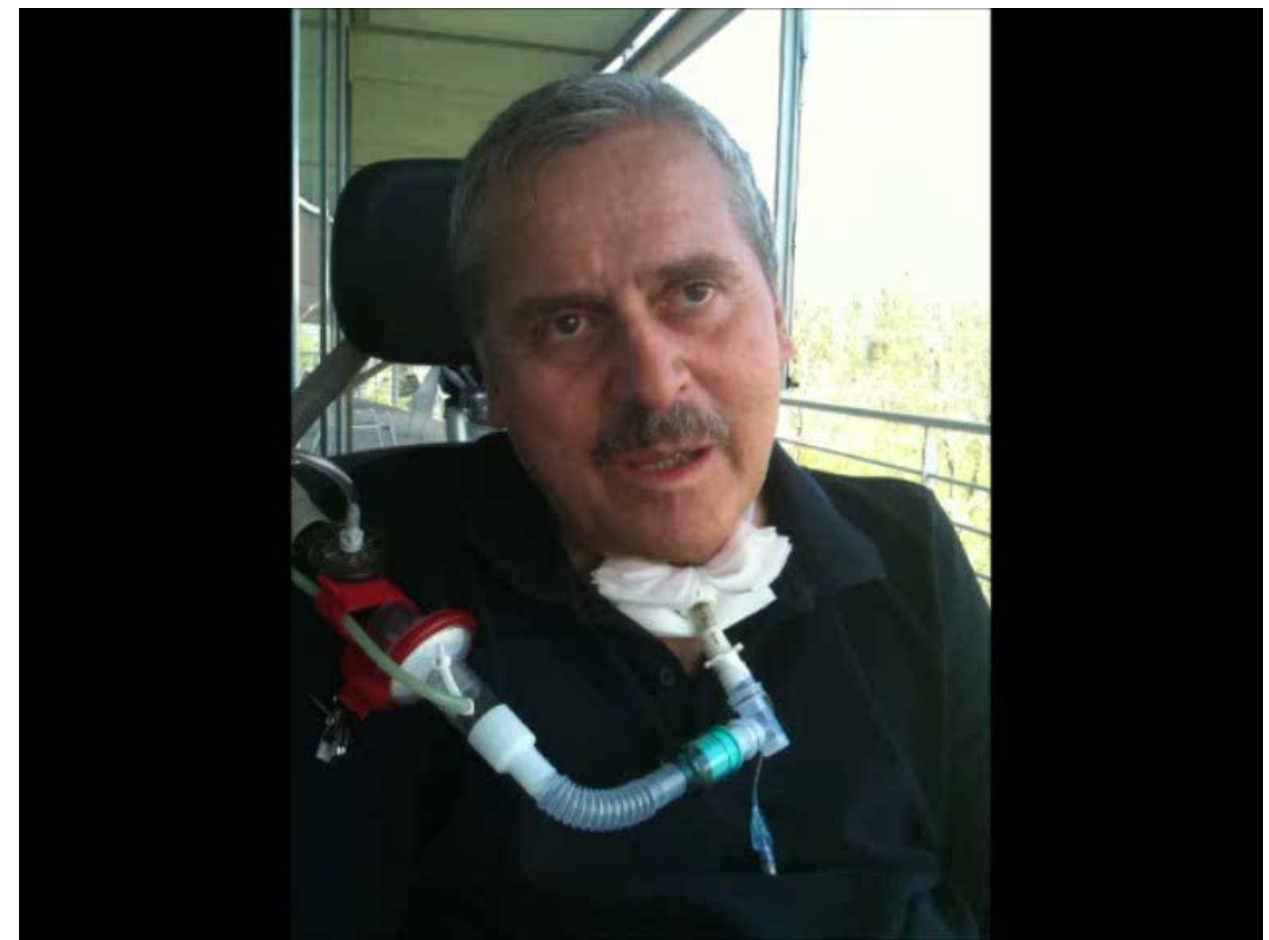
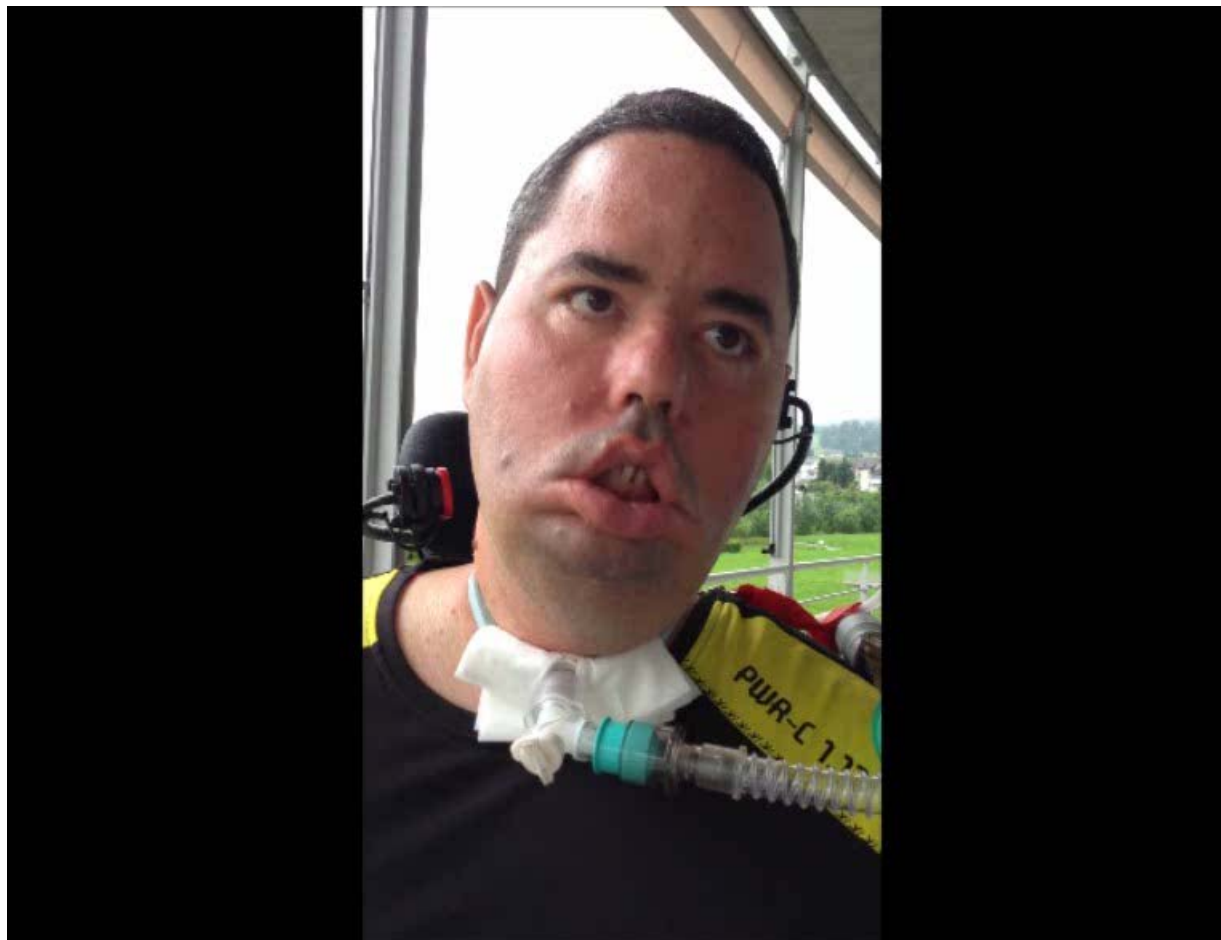


## 1.3 Definition Weltgesundheitsorganisation (WHO)

«Die subjektive Wahrnehmung einer Person über ihre Stellung im Leben in Relation zur Kultur und den Wertsystemen in denen sie lebt und in Bezug auf ihre Ziele, Erwartungen, Standards und Anliegen.»



# 1.4 Persönliche Lebensqualität...

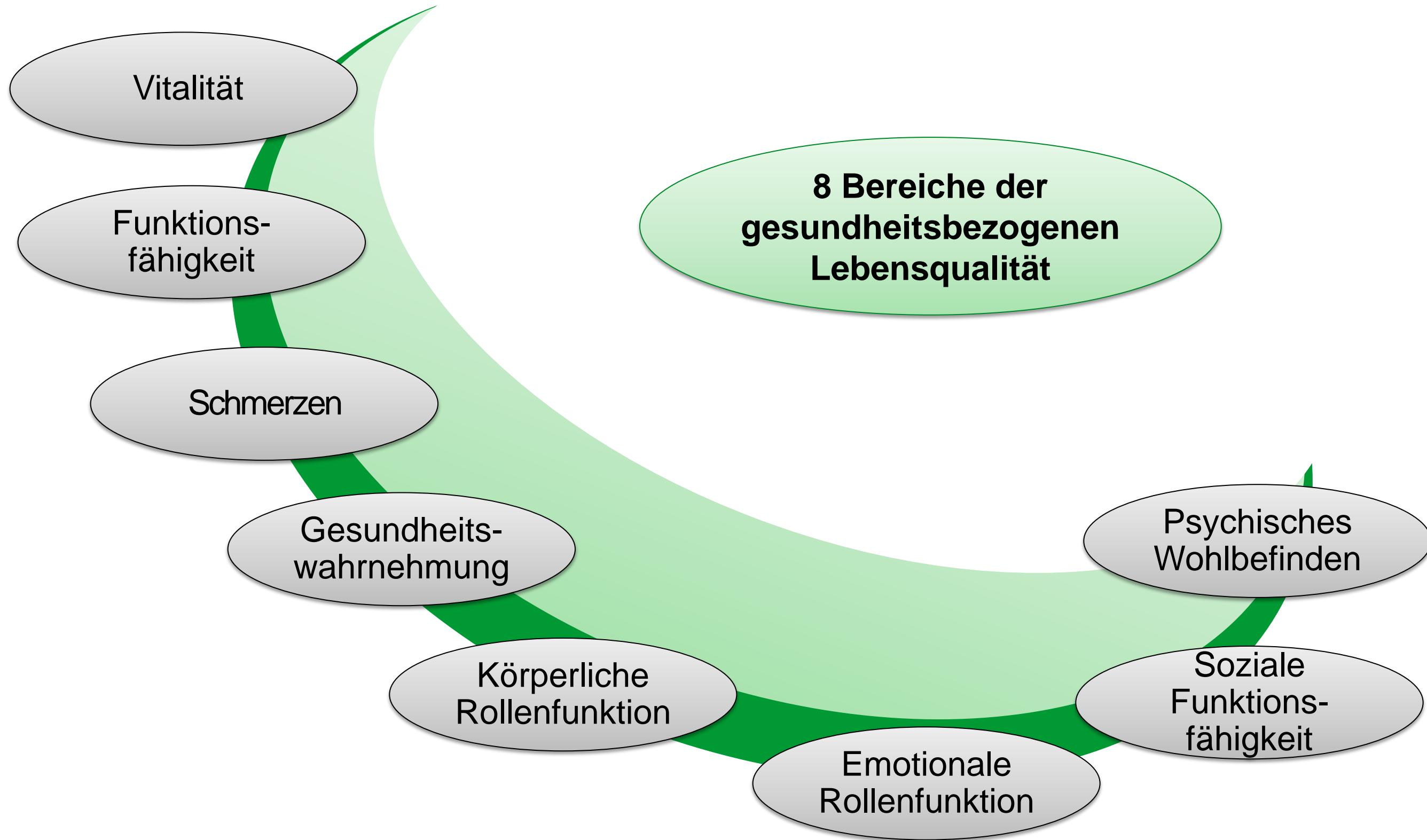


«Ich kann alles besser als vorher...ich bin wie gefangen gewesen in der Maske, was ich heute nicht mehr habe...es gibt mir bessere Lebensqualität als vor einem Jahr.»

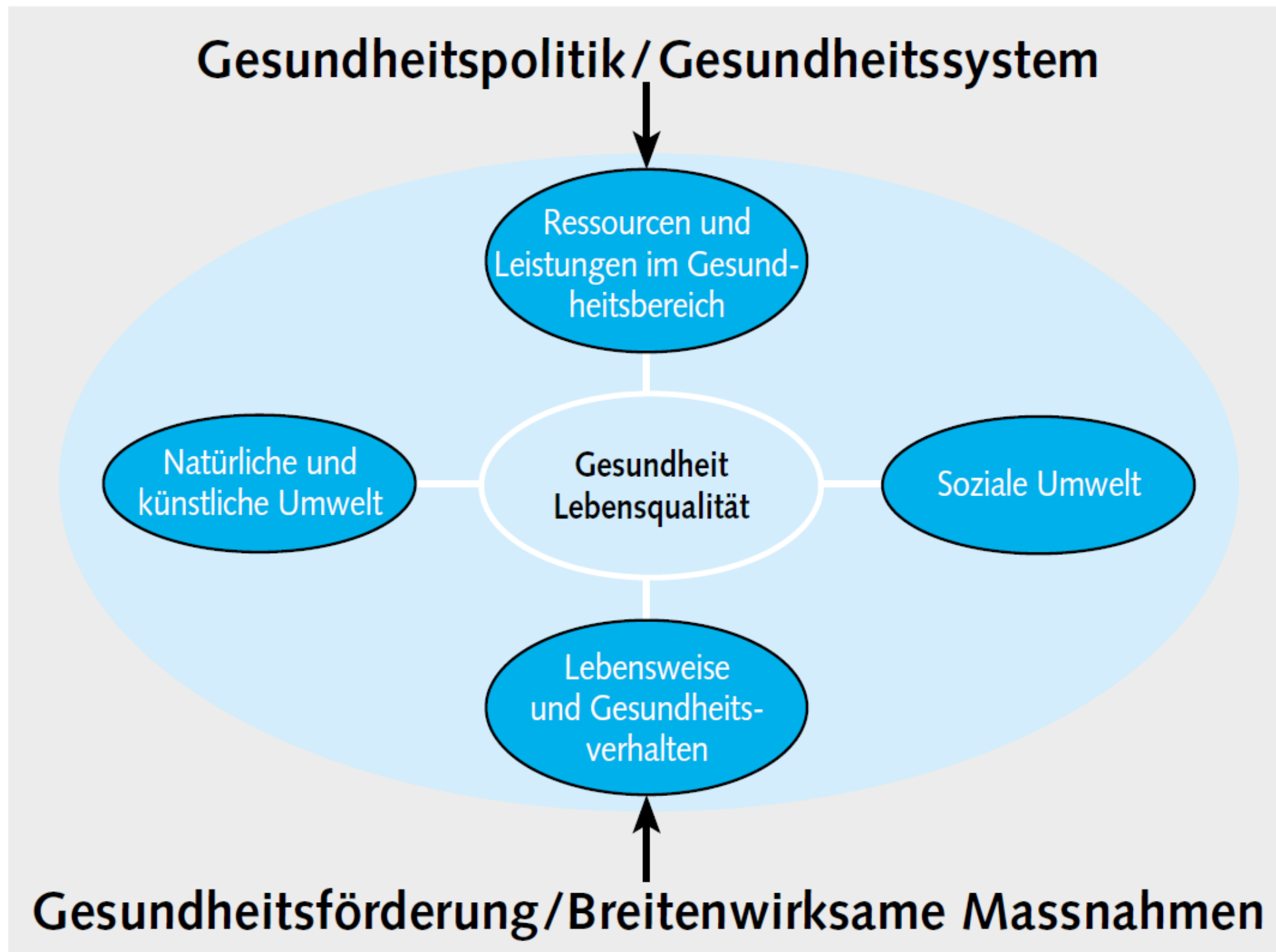
Konnte 3 Jahre nicht sprechen.  
«Es ist mir gelungen, dass ich wieder reden kann und das ist eine sehr grosse Lebensqualität.»



## 2. SF 36: Medical Outcomes Study Short Form

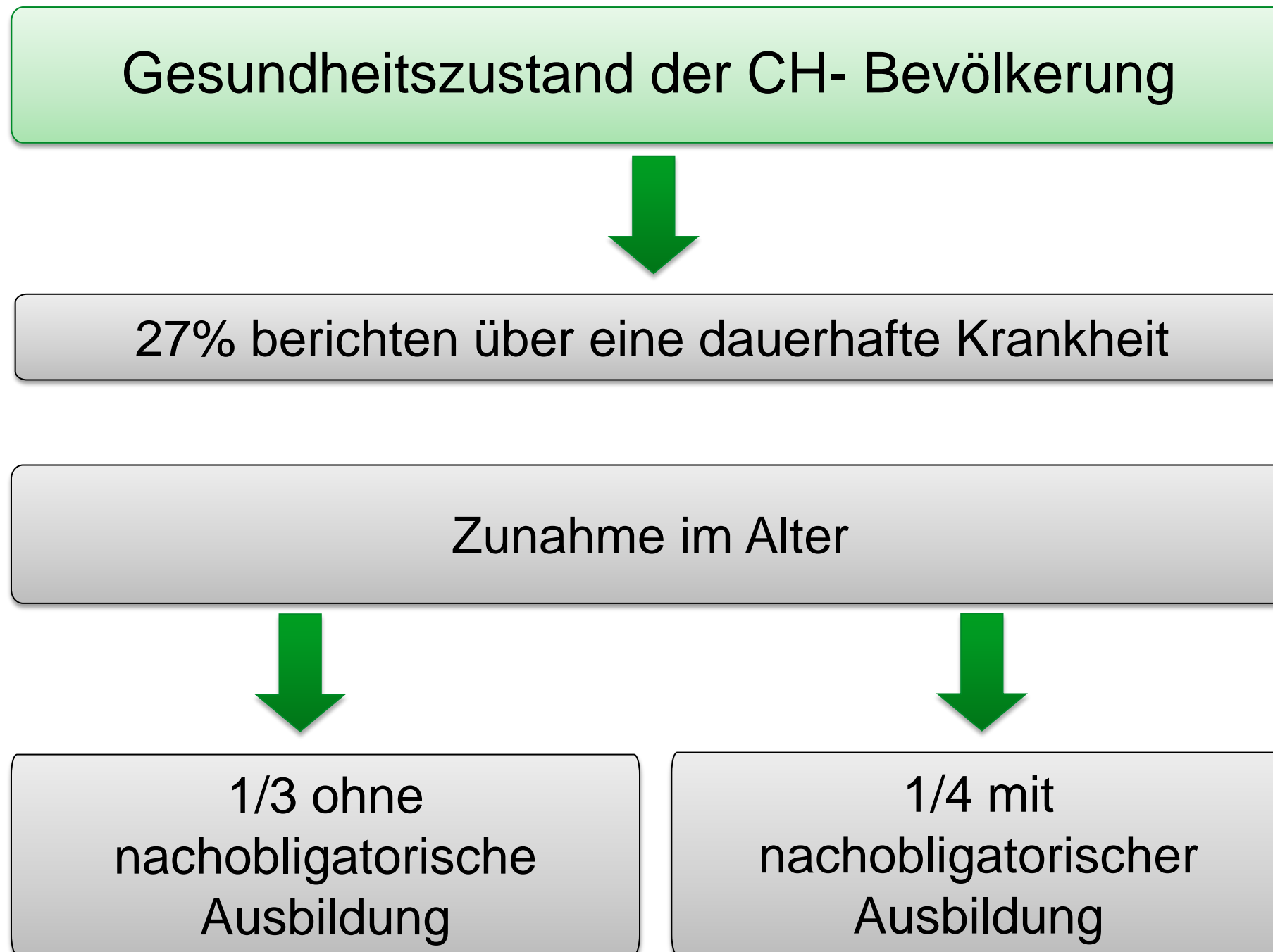


## 2.1 Schweizer Gesundheitsbefragung 2007

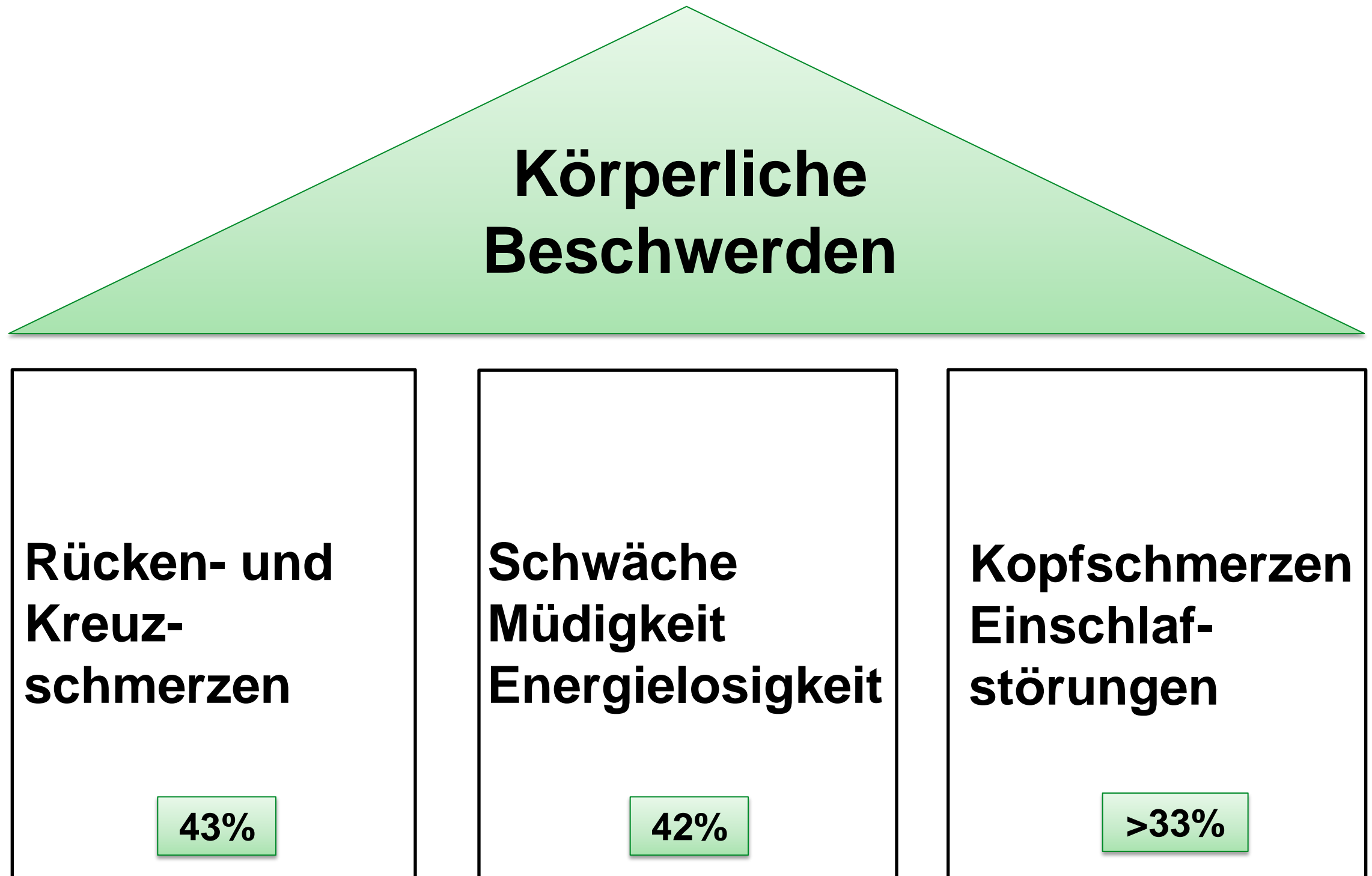




## 2.2 Der Gesundheitszustand



## 2.3 Der Gesundheitszustand



## 2.4 Psychisches Wohlbefinden



**Psychische Belastungen : 83 % gering  
13 % mittel  
4 % hoch**

## 2.5 Soziale Komponenten



**Einsamkeitsgefühle sind  
ein subjektives Empfinden  
für einen Mangel an sozialen Ressourcen**

## 2.6 Soziale Komponenten: Einsamkeitsgefühle

27% fühlen sich «manchmal» einsam  
3% «ziemlich häufig» oder «sehr häufig»



Einsamkeit ist abhängig von sozialen Ressourcen,  
z.B. familiärer Kontakt



Wöchentlicher Kontakt

Kein Kontakt

3% sind oft einsam

16% sind oft einsam

87% schätzen ihren  
Gesundheitszustand als  
gut ein

62% schätzen ihren  
Gesundheitszustand als  
gut ein

24% starke körperliche  
Beschwerden

42% starke körperliche  
Beschwerden





# 3. Gesundheitsgefährdende Arbeitsbedingungen



**Physische Risikofaktoren bei:**  
**45% der Frauen**  
**39% der Männer**



**49% machen während einem**  
**Viertel der Arbeitszeit die gleiche**  
**Hand- oder Armbewegung**



# 4. Chancengleichheit

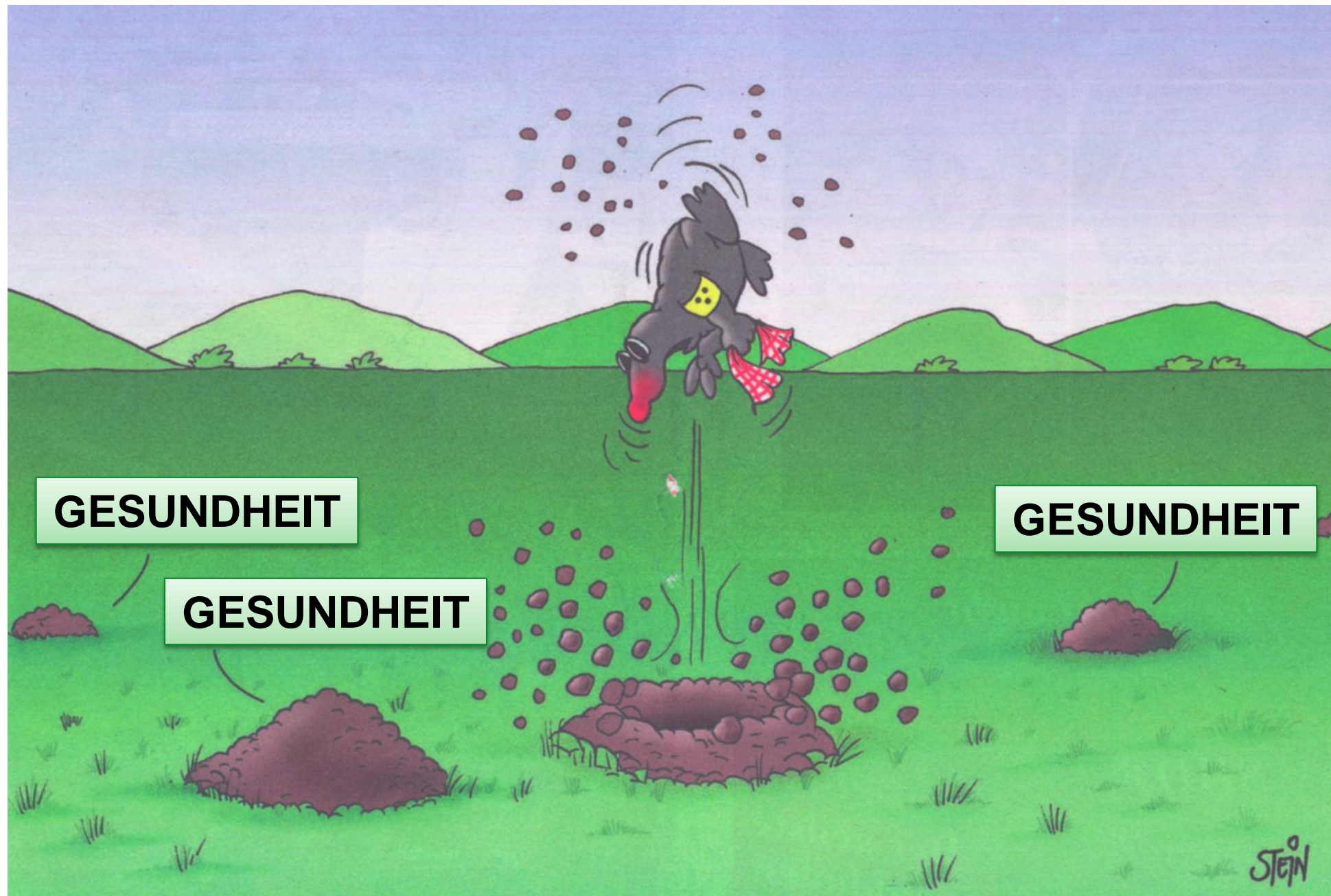


**«Zum Ziele einer gerechten Auslese lautet die Prüfungsaufgabe für Sie alle gleich: Klettern Sie auf den Baum»**

# Viel Erfolg bei der Gestaltung Ihres guten Lebens



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit





# Helen Adams, Schriftstellerin



**«Ich weinte, dass ich keine Schuhe hatte,  
bis ich einen sah, der keine Füsse hatte»**