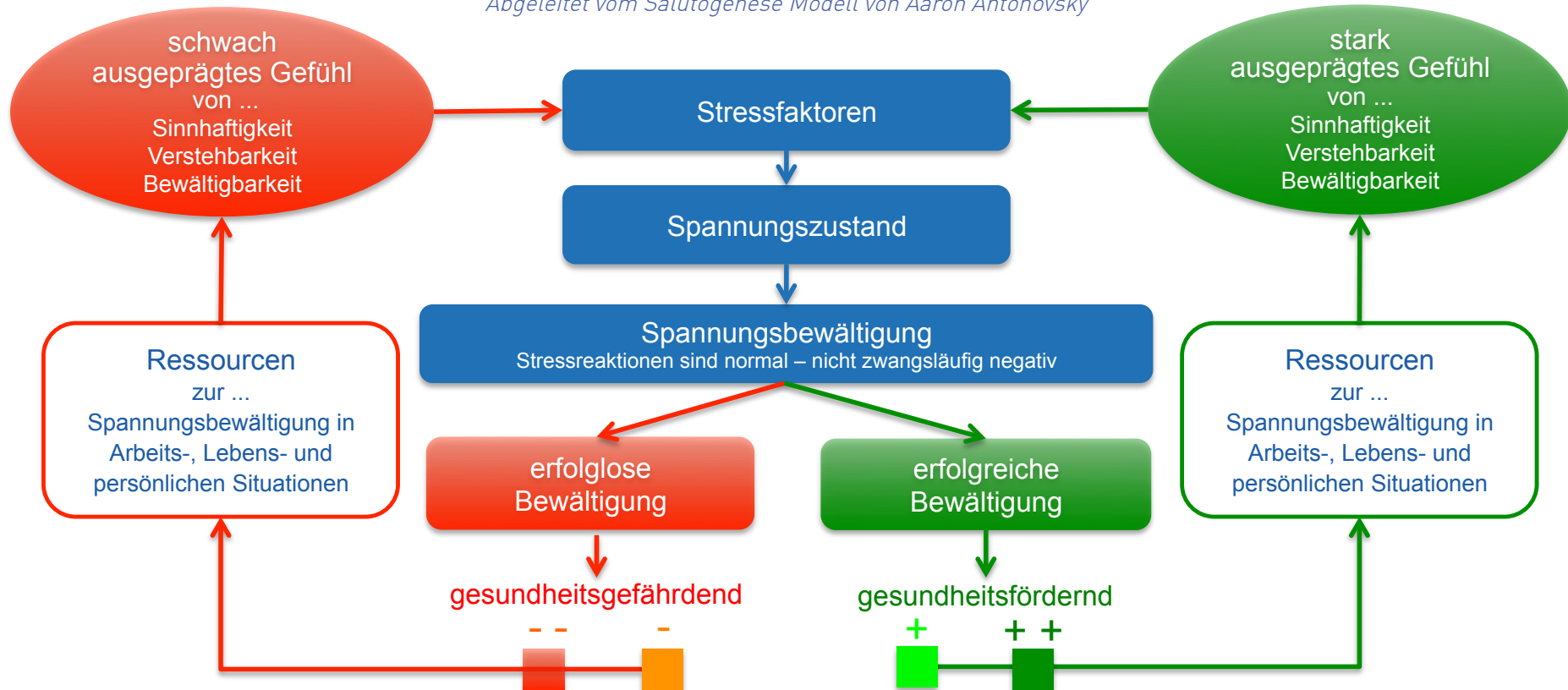


# MindStep-Gesundheitskreislauf

Abgeleitet vom Salutogenese Modell von Aaron Antonovsky



Die traditionelle Medizin setzt sich mit der Entstehung und Behandlung von Krankheiten auseinander. Bildlich gesprochen wird versucht, Menschen mit hohem Aufwand aus einem Fluss mit starker Strömung zu retten. Man macht sich zu wenig Gedanken darüber, wie sie in den Fluss geraten sind und warum sie nicht besser schwimmen können.

Die Salutogenese hingegen sieht die Menschen mitten im wechselvollen Fluss des Lebens, in dem sie trotz aller Gefahren und Risiken den Kopf immer über Wasser halten können. Antonovsky fragt denn auch:

«Wie wird man, wo immer man sich in dem Fluss befindet, dessen Natur von historischen, soziokulturellen und physikalischen Umweltbedingungen bestimmt wird, ein guter Schwimmer?»