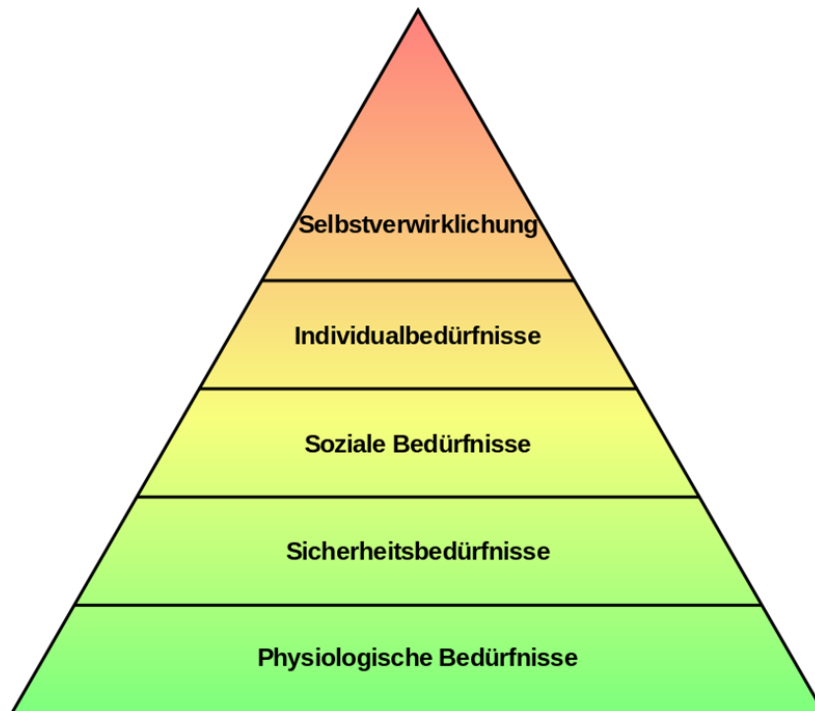


## Bedürfnis nach Gesundheit



Der Bedürfnispyramide des Psychologen Abraham Maslow liegt ein Menschbild zugrunde. Jeder Mensch hat die gleiche Würde, die er sich nicht erst verdienen muss. Egal welches Geschlecht, welche Religion oder Herkunft, jede Person hat das natürliche und zentrale Bedürfnis nach körperlicher, psychischer und sozialer Gesundheit (vgl. Jean-Pol Martin).

**Neue Menschenrechte:** Ziel aller Maßnahmen weltweit ist die Schaffung von Strukturen, die für ein Mehr an Glück für alle Menschen sorgen.

**Konkret:** Es sollen bei der GSA / Easy Sports Strukturen geschaffen und Maßnahmen umgesetzt werden, damit Menschen, auch Personen mit der Diagnose Diabetes mellitus mehr Wohlbefinden (Gesundheit) erleben.

### ➤ 2er Gruppen (3er- Gruppen)

- Als Trainer und Therapeut überlege ich folglich, welche Maßnahmen getroffen und umgesetzt werden müssen und wie Kurs-Teilnehmern oder Patienten ihr Bedürfnis nach Gesundheit befriedigen können? Selbst und gerade auch bei vorhandenen Rückenschmerzen, **Diabetes mellitus** oder psychischen Krankheitsbildern.

## **Verantwortung, Menschenbild beim Training und der Therapie**

☞ Der Trainer oder Therapeut sucht nach Möglichkeiten, die Gesundheit im Rahmen der Möglichkeiten zu verbessern oder wieder herzustellen. Personen mit körperlichen Behinderungen oder psychischen Problemen wollen an der Gesellschaft teilhaben und sich möglichst selbstbestimmt bewegen.

☞ Die Funktionstüchtigkeit und Aufrechterhaltung des Organismus (z.B. Herz, Muskulatur, Gehirnfunktionen, körperliche und psychische Leistungsfähigkeit) bedeutet Lebensqualität. Mit der neurowissenschaftlichen Begründung, dass Handlungen, bei denen ich meine Bedürfnisse befriedige, durch Glücksgefühle belohnt werden.

### **Aufgabe und Fragen**

1. Stimmen Sie den oben stehenden Aussagen zu? Begründen Sie Ihre Meinung.
2. Was wäre aus Ihrer Sicht günstig, damit Personen mit Diabetes mellitus die Bedürfnisse nach Gesundheit und Partizipation (sozialer Einbindung in der Gesellschaft) besser befriedigen können? Unter welchen Bedingungen würden sie gesünder leben?
3. Unter welchen Bedingungen könnten Diabetiker sich noch mehr sozial anschließen und anbinden? Würde es Personen mit Diabetes ihrem Leben in der Tat mehr Sinn verleihen, wenn sie mobil bleiben und sich in die Gesellschaft einbringen?
4. Es geht in der Tat auch darum, den Organismus (Körper) funktions-tüchtig unter Kontrolle zu behalten, um die Freude und Partizipation am Leben zu erhalten. Wer ist für Gesundheit verantwortlich?