

Kinder und Jugendliche als Expert:innen – Kompetent im Umgang mit der eigenen Gesundheit und Krankheit

Children and Adolescents as Experts – Strengthening Health Literacy for Managing Their Own Health and Illness

Liesa J. Weiler-Wichtl

Themenschwerpunkt Gesundheitskompetenz

Zusammenfassung

Die COVID-19-Pandemie verdeutlichte eindrücklich, wie unterschiedlich Menschen mit Gesundheit und Krankheit umgehen und wie zentral Gesundheitskompetenz für den Erhalt des Wohlbefindens ist. Gesundheitskompetenz umfasst Wissen, Motivation und Fähigkeiten, um gesundheitsbezogene Informationen zu verstehen, zu bewerten und anzuwenden. Studien zeigen, dass sie eng mit besseren Gesundheitsoutcomes verbunden ist, jedoch weltweit – auch in Österreich – unzureichend ausgeprägt bleibt. Besonders Kinder und Jugendliche benötigen altersgerechte Förderung, da frühe Gesundheitskompetenz langfristig Prävention, Krankheitsbewältigung und Resilienz stärkt. Sozioökonomische Faktoren, schulische Leistungen und das Elternhaus sind entscheidende Einflussgrößen. Schulen spielen dabei eine Schlüsselrolle, indem sie Gesundheitskompetenz als grundlegende Bildungskompetenz vermitteln. Innovative Ansätze wie „MeinLogbuch“ unterstützen chronisch erkrankte Kinder durch altersgerechte Information, Bewältigungsstrategien und psychosoziale Begleitung. Ein ganzheitlicher bio-psychosozialer Ansatz verknüpft Prävention, Rehabilitation und Bildung, um Patient:innen zu Expert:innen ihrer eigenen Gesundheit zu machen. Die Förderung von Gesundheitskompetenz spart langfristig Kosten, reduziert psychosoziale Belastungen und stärkt die Selbstwirksamkeit sowie die Lebensqualität vulnerabler Gruppen.

Abstract

The COVID-19 pandemic vividly highlighted the diverse ways in which people manage health and illness and underscored the crucial role of health literacy in maintaining

well-being. Health literacy encompasses the knowledge, motivation, and skills needed to access, understand, evaluate, and apply health-related information. Research shows that it is closely linked to better health outcomes, yet remains insufficiently developed worldwide – including in Austria. Children and adolescents in particular require age-appropriate support, as early health literacy strengthens prevention, disease management, and resilience in the long term. Socioeconomic factors, academic performance, and the family environment are key determinants. Schools play a vital role by integrating health literacy as a fundamental educational competency. Innovative approaches, such as MeinLogbuch, provide chronically ill children with tailored information, coping strategies, and psychosocial support. A holistic bio-psycho-social approach connects prevention, rehabilitation, and education to empower patients as experts of their own health. Promoting health literacy reduces long-term costs, alleviates psychosocial burdens, and enhances self-efficacy and quality of life in vulnerable groups.

1. Einleitung

2020 markierte mit Beginn der Corona-Pandemie eine Zeit großer Herausforderungen im Umgang mit Gesundheit und Krankheit – geprägt von Kontrollverlust und Unsicherheit. Die Ausprägung der Gesundheitskompetenz wurde sichtbar, ebenso konnten Modelle des Gesundheitsverhaltens (Health Beliefs nach Rosenstock, 1974, oder das HAPA-Modell als Prozessmodell nach Schwarzer, 2016) praktisch angewendet werden: Umgang mit der Flut an Informationen mit unterschiedlicher Qualität und Methodik, Bewertung und Umsetzung von gesundheitsschützenden Maßnahmen und Verhaltensreaktionen von neuen Tagesstrukturen bis zu Hamsterkäufen. Es wurde deutlich, dass Wissen und Umgang mit