

# **Subjektive und objektive Komponenten von Lebensqualität:**

**Von Bedürfnissen, Lebensführung und -bewältigung,  
Musterbildung, Capabilities und sozialen Bedingungen**

Peter Sommerfeld  
Institut Soziale Arbeit und Gesundheit

## Zur Einstimmung



Wäre ein Leben ohne Probleme ein gutes Leben?

Würden Sie eine Droge nehmen, die ohne Nebenwirkungen ständiges Wohlbefinden erzeugt?

Bzw. wäre eine solche Droge überhaupt möglich?

## **Ausgangspunkt: Dutzende von Definitionen – Grundlagen zu klären**

«Lebensqualität ist 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» (WHO)

«Gesundheit ist ein Zustand umfassenden physischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur die Abwesenheit von Krankheit oder Behinderung» (WHO)

«Auf der persönlichen Ebene: Lebensqualität ist der im täglichen Leben erfahrene Grad an Genuss und Zufriedenheit, einschliesslich Gesundheit, persönlicher Beziehungen, Umfeld, Qualität des Arbeitslebens, gesellschaftlichem Leben und Freizeit. Auf der Gemeinschaftsebene: Lebensqualität ist eine Reihe gesellschaftlicher Indikatoren wie Ernährung, Luftqualität, Krankheitsquote, Kriminalitätsrate, Gesundheitswesen, Ausbildungseinrichtungen und Scheidungsrate.» (Onpulson Wirtschaftslexikon)

## Komplexität und Dynamik als zu klärende Herausforderungen für die Definition von Lebensqualität

Vorschlag zur Konzeptualisierung/  
Theoretisierung:

- Lebensqualität als adaptiven Referenzwert der menschlichen Lebensführung zu begreifen
- also als einen immer wieder zu bestimmenden Referenzwert des komplexen und dynamischen evolutionären Geschehens menschlicher Lebenspraxis
- und zwar sowohl auf individueller, als auch auf sozialer/ gesellschaftlicher Ebene

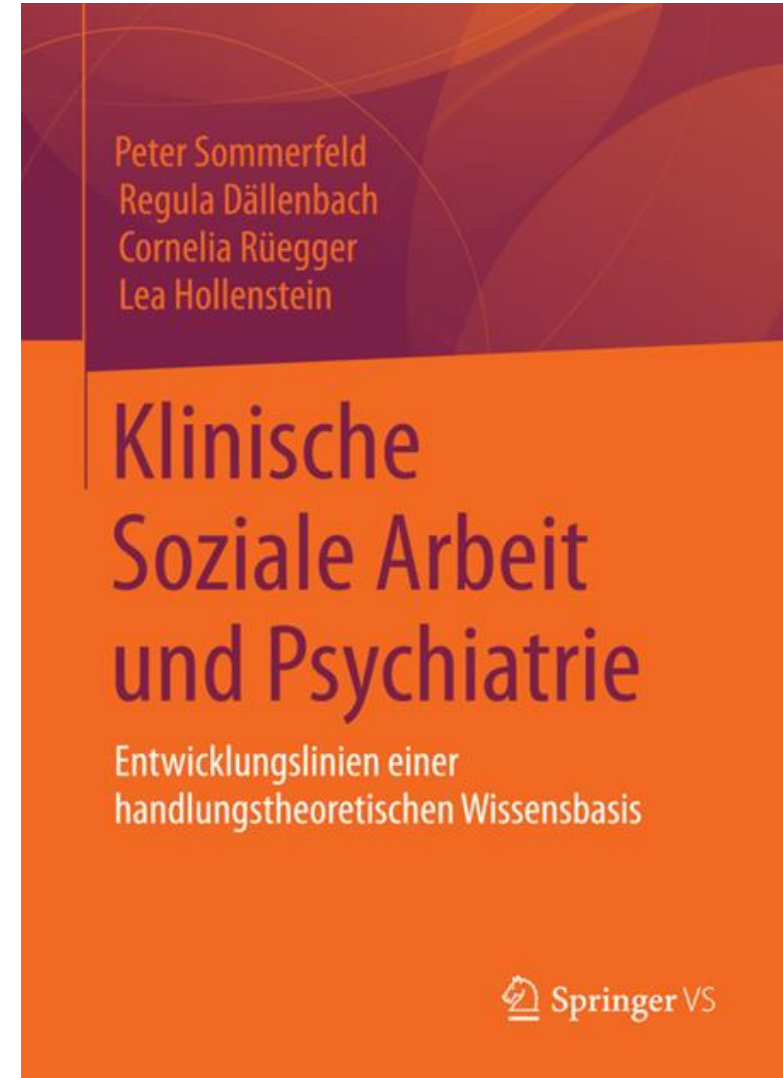
*«But the complexity of the question does not mean that it is not real and susceptible of study: so the right response to complexity is to work harder at identifying and measuring the pertinent factors»*

*(Nussbaum 2011:61)*

## Überblick der Elemente der Konzeptualisierung von Lebensqualität/ des Referates

- 1) Philosophische Anthropologie (Helmuth Plessner) und die Theorien der Sozialen Arbeit «Integration und Lebensführung» (Peter Sommerfeld et al.) sowie «Lebensbewältigung» (Lothar Böhnisch)
- 2) Bio-psycho-soziale Bedürfnistheorie (Werner Obrecht) (organismische Ebene)
- 3) Psychische Strukturbildung (Werner Obrecht und Klaus Grawe) (psychische Ebene)
- 4) Capabilities Approach (Martha Nussbaum) (gesellschaftliche und sozialpolitische Ebene)
- 5) Resümee und Definitionsversuche

## Ausführlichere Ausarbeitungen der hier präsentierten Bezüge in den Theoriekapiteln dieser Bücher



## **Helmuth Plessner: Philosophische Anthropologie (Plessner lits)**

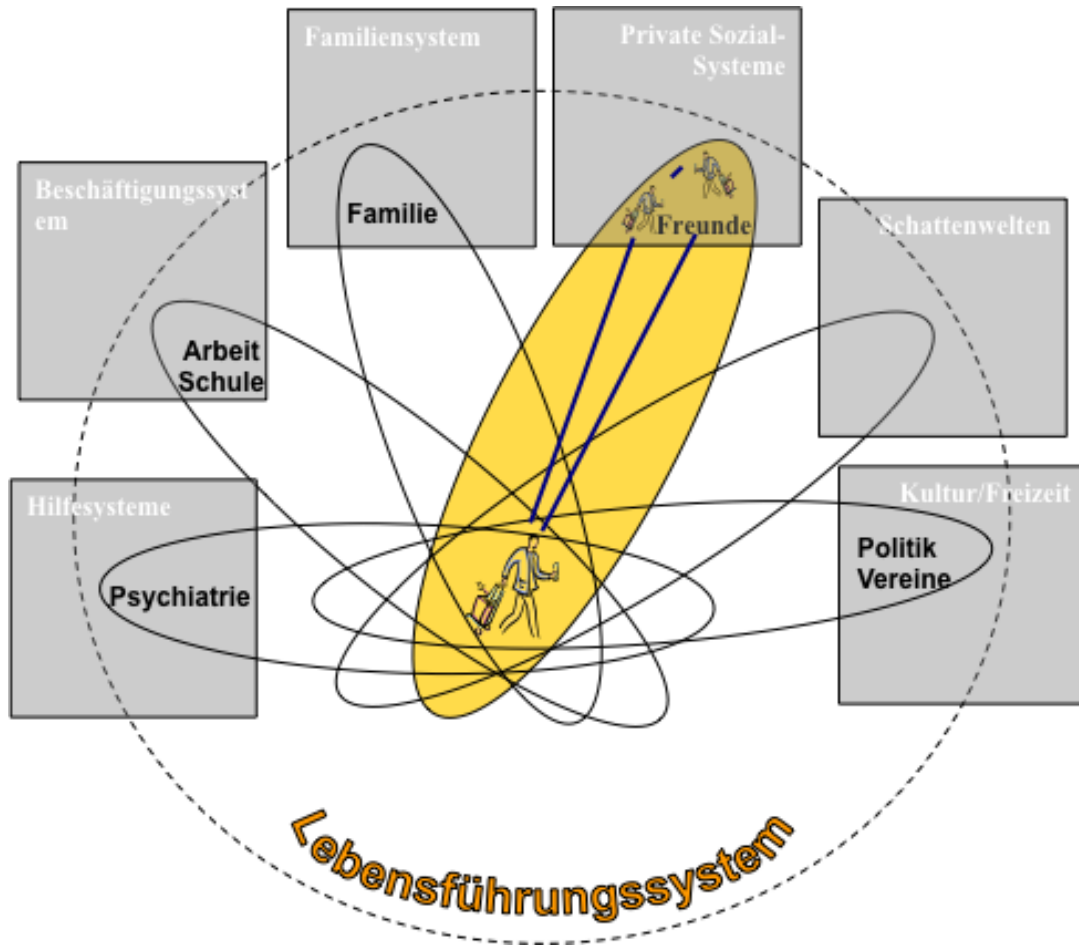
Exzentrische Positionalität:

Der Mensch ist ein Körper (ein biologischer Organismus) und er hat einen Körper, das heisst er muss ein Verhältnis zu seinem Körper herstellen.

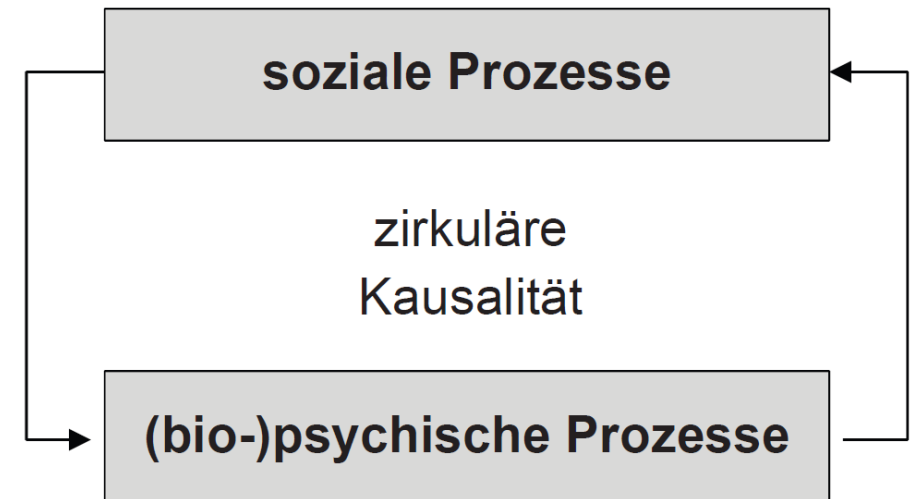
Dasselbe gilt für die materielle (physikalische, chemische, ökologische) «Umwelt» und die (soziale und kulturelle) «Mitwelt» und die (psychische) «Innenwelt».

Das heisst, der Mensch lebt einerseits als biologisches und soziales Wesen und er muss andererseits ein Verhältnis zu seinem biologischen und sozialen Leben und zu sich selbst herstellen, er muss mit anderen Worten sein Leben führen, seine Lebensverhältnisse (mit-)gestalten.

# Lebensführungssysteme als menschliche Form des Überlebens



Integrationsbedingungen  
und Lebensführung





## **Werner Obrecht: Bedürfnistheorie – Die affektive Steuerung menschlichen Verhaltens / menschlicher Lebensführung (u.a. 2005)**

Alle Organismen (mindestens mit zentralen Nervensystemen) entwickeln im Laufe ihrer Evolution Bedürfnisse. Bedürfnisse sind spezifische Mechanismen der organismischen Regelung. Bedürfnisse dienen der Reproduktion des Organismus, indem sie Verhalten motivieren, das die lebensnotwendigen Bedürfnisse befriedigt.

Grundlegender Mechanismus:

Jedes Bedürfnis hat einen organismischen Sollwert. Wird dieser Sollwert unterschritten, entsteht eine Bedürfnisspannung, die mittels eines spezifischen Affekts angezeigt wird (z.B. Hunger). Die Bedürfnisspannung motiviert Verhalten/ Handeln, mit dem Ziel die Spannung abzubauen, das Bedürfnis zu befriedigen.

Wenn das Bedürfnis befriedigt wird, entsteht der (unspezifische) Affekt des Wohlbefindens.

## Obrecht: Bio-psycho-soziale Bedürfnisse

<b>Biologische Bed.</b>	<b>(Bio-)Psychische Bed.</b>	<b>(Biopsycho-)Soziale Bed.</b>
1. Physische Integrität	1. Sensorische Bed.	1. Emotionale Zuwendung
2. Austauschstoffe (Nahrung, Wasser, Sauerstoff)	2. Ästhetische Bed.	2. Spontane Hilfe
3. Regeneration	3. Abwechslung	3. Zugehörigkeit (Mitgliedschaftsbedürfnis)
4. Sexuelle Aktivität/ Fortpflanzung	4. Assimilierbare Information/ Verstehen (epistemischer Sinn)	4. Unverwechselbarkeit (biopsychosoziale Identität)
	5. Subjektiv relevante Ziele/ Hoffnung auf Erfüllung (subjektiver Sinn)	5. Autonomie
	6. Kontroll-/ Kompetenzbedürfnis (zur Lebensbewältigung)	6. Fairness
		7. Kooperation
		8. Soziale Anerkennung
		9. (Austausch-) Gerechtigkeit

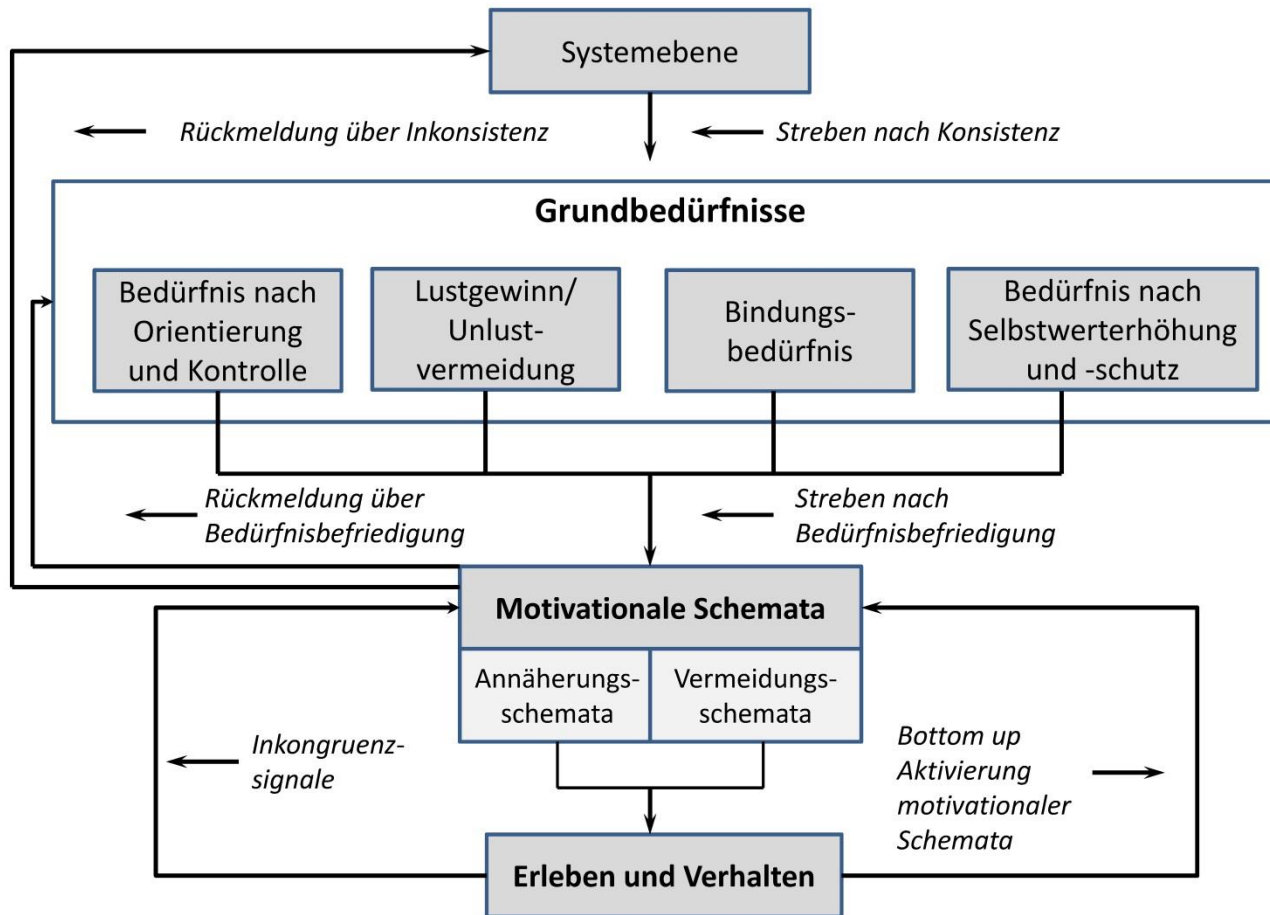
## **Fortsetzung Obrecht: drei psychische Funktionsbereiche/ psychische Grundlagen der Lebensführung**

Menschen als selbstwissensfähige Bio-Systeme (exzentrische Positionalität bei Plessner)

Daher zwei weitere psychische Funktionsbereiche des menschlichen Gehirns (neben dem ersten der Bedürfnisse/ der Affekte), nämlich:

- Kognitives Vermögen der Repräsentation des Selbst und der näheren und weiteren Umwelt, inklusive der sozialen Mitwelt («Bilder»/ «innere Modelle»)
- Vermögen der Handlungsvorbereitung, -planung und -überwachung

## Das Modell der psychischen Strukturbildung nach Klaus Grawe (lits)



## **Der Capabilities Approach / das Human Development Project (u.a. Martha Nussbaum 2011)**

Gutes Leben (Lebensqualität) als Massstab sozialer Gerechtigkeit

CA als «comparative quality of life assessment» vor dem Hintergrund theoretischer Überlegungen zu sozialer Gerechtigkeit und zur Würde des Menschen

Grundfrage: «What is each person able to do and to be?»

Fokus auf Möglichkeits- und Freiheitsspielräumen von Menschen, ihr eigenes Leben zu führen. Daher einerseits *subjektiv gutes Leben* als Referenzgrösse

Capabilities: Doppelter Wortsinn (Befähigungen / Verwirklichungschancen) fasst dasselbe wie strukturelle Kopplung von Individuum und sozialen Systemen. Befähigungen/ Verwirklichungschancen stellen daher auf die *objektiven Lebenschancen* ab

Sozialpolitik und soziale Gerechtigkeit deshalb das Thema, weil ein subjektiv gutes Leben gesellschaftliche Voraussetzungen hat

Herausforderung der Objektivierung von Capabilities (also eines objektiven Minimums an Lebensqualität und damit zugleich einer «minimal gerechten Gesellschaft»)

## Liste der «Central Capabilities»

1. Life
2. Bodily Health
3. Bodily Integrity
4. Senses, Imagination and Thought
5. Emotions
- 6. *Practical Reason***
- 7. *Affiliation***
8. Other Species
9. Play
10. Control over one's environment

## Resümee und Definitionsversuche

## Zur Illustration



Wäre ein Leben ohne Probleme ein gutes Leben?

Würden Sie eine Droge nehmen, die ohne Nebenwirkungen ständiges Wohlbefinden erzeugt?

Bzw. wäre eine solche Droge überhaupt möglich?



## **Annäherungen an eine Definition von Lebensqualität/ der Stand der Debatte**

«Heute stehen sich im grossen und ganzen zwei Auffassungen gegenüber, welche in der Praxis konvergieren: die objektivistische und die subjektivistische Position. Während die Objektivisten davon ausgehen, dass Lebensqualität über den Zugang zu Ressourcen, aus welchen dann subjektive Ansprüche erwachsen, erklärt wird, versuchen die Subjektivisten, Lebensqualität vorwiegend aus den subjektiven Ansprüchen und der Zufriedenheit mit den Lebensbedingungen zu erklären.» (Hofer 2009)

«Gesundheitsbezogene Lebensqualität umfasst das körperliche, psychische und soziale Befinden und die Funktionsfähigkeit. Es ist ein mehrdimensionales Konstrukt, das auf subjektiven Einschätzungen basiert, die durch komplexe individuelle Bewertungsvorgänge zustande kommen.» (Renneberg/Lippke lits)

## **Annäherungen an eine Definition von Lebensqualität / Definition von Ildi**

«Die Lebensqualität bedeutet für alle Menschen anders. Wenn die Leute das Wort Lebensqualität hören, denken an viel Geld, grosses Haus und teures Auto. Natürlich bedeutet auch das, aber viel mehr Lebensqualität bedeutet, wie man lebt, was für eine Arbeit, Umgebung und Ereignisse hat. **Ich glaube, dass die Lebensqualität Tag für Tag verändern kann.** Wenn ein grosses Glück oder ein schlechter Unfall passiert, dann verändert das ganze Leben des Menschen. Meiner Meinung nach hängt die Lebensqualität mit dem Lebensziel zusammen. Die Leute möchten ihr Leben verbessern und dafür tun sie alles. Für mich bedeutet die Lebensqualität, wie ich lebe und was mache. Ich lebe mit meiner Familie und bekomme alles, was ich brauche. Ich bin viel Zeit mit meinen Freunden zusammen, wir machen viele Partys oder etwas gutes. Trotzdem hasse ich lernen, ich freue mich, dass ich die Möglichkeit zum Lernen habe. **Also eigentlich bin ich glücklich, denke ich.**»

Ergänzung von Zsusa: «Und was ist besser, zwei Mercedes mit Fahrer zu haben oder einen alten Käfer zu pflegen? Es hängt davon ab.»

Quelle: <http://zivilizacio.wikia.com/wiki/Lebensqualit%C3%A4t>

## **Annäherungen an eine Definition von Lebensqualität/ eigene Definition**

Die objektive und die subjektive Lebensqualität eines Individuums entstehen im Prozess der Entwicklung eben dieses Individuums in Auseinandersetzung mit sich, seinen materiellen und sozio-kulturellen Lebensbedingungen und den Entwicklungs- (Bewältigungsaufgaben), die sich in diesem Prozess stellen. Die Lebensqualität eines Individuums ist insofern ein dynamisches, immer wieder herzustellendes (resultantes) Produkt zwischen organismischer Bedürfnisbefriedigung und soziokulturell geformter Lebensführung. Sie ist insofern abhängig von den «Befähigungen» (als strukturelle Kopplung von individuellenn Fähigkeiten/Bewältigungsmustern und zugänglichen materiellen, sozialen und kulturellen Ressourcen), die das individuelle Lebensführungssystem kennzeichnen. Die Lebensqualität als resultantes Produkt der Lebensführung unterliegt sowohl subjektiven, als auch sozialen Bewertungen, die wiederum wechselseitig aufeinander bezogen sind.

Die Lebensqualität der Individuen ist zugleich ein dynamischer gesellschaftlicher Referenzwert, der im Prozess der Entwicklung eben dieser Gesellschaft entsteht und sich verändert, der daher auch als Massstab für die Bewertung einer Gesellschaft und insofern den gesellschaftlichen (politischen) Reflexionsprozessen dient (dienen kann).

Eine Zuschreibung der Lebensqualität alleine auf das Individuum und seine subjektive Wahrnehmung, ist eine Komplexitätsreduktion, die sowohl die Interventionsmöglichkeiten, als auch die individuellen, als auch die gesellschaftlichen, als auch die wissenschaftlichen Reflexionsoptionen erheblich einschränkt und daher als problematisch angesehen werden muss.

## **Annäherung an eine Definition von Lebensqualität/ Definition Gesundheit von Johannes Bircher und Eckhart. G. Hahn (2016)**

«Health is a dynamic state of wellbeing emergent from conducive interactions between individuals' potentials, life's demands, and social and environmental determinants.

Throughout the life course health results when an individuals' biologically given potential (BGP) and his or her personally acquired potential (PAP), interacting with social and environmental determinants, satisfactorily respond to the demands of life.»

## **Annäherung an eine Definition von Lebensqualität/ in Anlehnung an Johannes Bircher und Eckhart G. Hahn (2016)**

Quality of Life is a dynamic state of wellbeing emergent from conducive interactions between individuals' potentials, life's demands, and social and environmental determinants.

Throughout the life course the individual quality of life results when an individuals' biologically given potential (BGP) and his or her personally acquired potential (PAP), interacting with social and environmental determinants, satisfactorily respond to the demands of life.

# **Subjektive und objektive Komponenten von Lebensqualität:**

**Von Bedürfnissen, Lebensführung und -bewältigung,  
Musterbildung, Capabilities und sozialen Bedingungen**

Diskussion

## Literatur

Bircher, J., & Hahn, E. G. (2016). Understanding the nature of health: New perspectives for medicine and public health. Improved wellbeing at lower costs. *F1000Research*, 5:167. doi: 10.12688/f1000research.7849.1)

Böhnisch, L. (2005). Lebensbewältigung. Ein sozialpolitisch inspiriertes Paradigma für die Soziale Arbeit. In W. Thole (Ed.), *Grundriss Soziale Arbeit (2. Auflage ed., pp. 199-214)*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen/ Bern: Hogrefe.

Hofer, B. (2009). Lebensqualität. Vom Wohlfahrtsbegriff zum interdisziplinären Forschungsfeld. *soziologieheute-news*: <https://soziologieheutenews.wordpress.com/2009/10/18/lebensqualitaet/>; Access: 27.4.2016

Nussbaum, M. C. (2011). *Creating Capabilities. The Human Development Approach*. Cambridge (Massachusetts) and London (England): Harvard University Press.

Obrecht, W. (2005). *Umriss einer biopsychosozioökulturellen Theorie menschlicher Bedürfnisse*. Zürich: Hochschule für Soziale Arbeit.

Plessner, H. (2003). *Conditio Humana*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.

Renneberg, B., & Lippke, S. (2006). Lebensqualität. In B. Renneberg & P. Hammelstein (Eds.), *Gesundheitspsychologie (pp. 29-33)*. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.

Sommerfeld, P., Hollenstein, L., & Calzaferri, R. (2011). *Integration und Lebensführung. Ein forschungsgestützter Beitrag zur Theoriebildung der Sozialen Arbeit*. Wiesbaden: VS Verlag.

Sommerfeld, P., Dällenbach, R., Rügger, C., & Hollenstein, L. (2016). *Klinische Soziale Arbeit und Psychiatrie. Entwicklungslinien einer handlungstheoretischen Wissensbasis*. Wiesbaden: Springer VS.