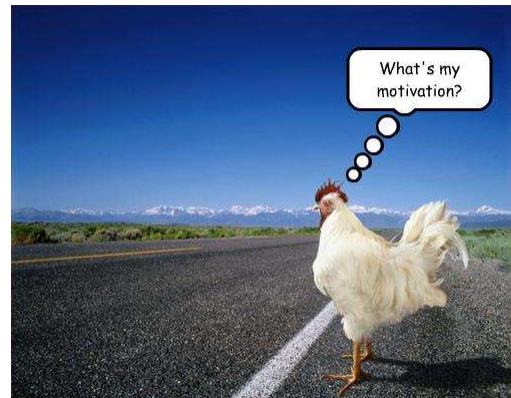




Ein radikal integratives Gesundheitskonzept

Die Beziehungen sind entscheidend für
unsere gesunde Entwicklung



Salutogenese-Symposium 2024
Vortrag von Dr. med. Theodor Dierk Petzold

1



Die Grundfrage für Gesundheitsberufe:

Wie können Menschen sich gesund entwickeln?

Die zusammenfassende Antwort:

Durch *Eigenaktivität* und *Mitgestaltung* in hinreichend kohärenten
Beziehungen:

1. zur Umwelt/Natur,
2. zu nahen Mitmenschen (Familie u.Ä.),
3. in der Gesellschaft/Kultur und
4. in der Menschheit und Biosphäre.

Ein **integratives** physisch-sozio-kulturell-global/geistiges **Gesundheitsmodell**

2

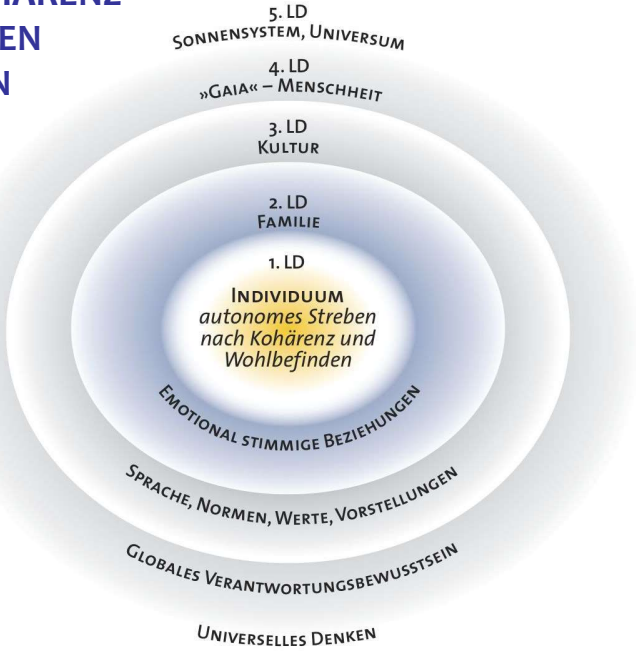


1. BEZIEHUNGEN / KOHÄRENZ IN UNTERSCHIEDLICHEN LEBENSDIMENSIONEN



**Kohärenzerleben
im Lächeldialog**

Ein systemisch evolutionäres Weltbild:
„Ich bin“ als evolutionär gewordenes
Teil größerer Lebensdimensionen in
stimmiger Verbundenheit / ‚Kohärenz‘
und Resonanz mit diesen.



3



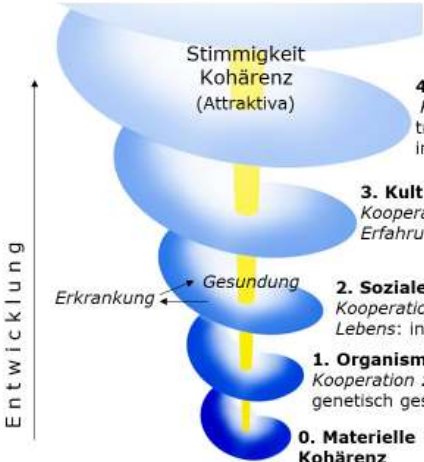
Entwicklung in Resonanz und Abstimmung

Systemisches Evolutionsmodell
Kohärenz und Kooperation in Lebensdimensionen

Lebensdimension

- 5. Universelles Bewusstsein...
- 4. Globale Einheit – Ethik
Kooperation zum guten Leben aller Menschen: transkulturell, verantwortungsbewusst, intuitiv-reflektiert, weise
- 3. Kultur – Lernen, Kreativität, Anerkennung
Kooperation zur Weitergabe von Zielen und Erfahrungen: um Drittes, organisiert, vermittelt
- 2. Soziale Gemeinschaft – Zugehörigkeitsgefühl
Kooperation zur Weitergabe und Entfaltung des Lebens: instinktiv, spontan, bedürfnisorientiert
- 1. Organismus – Autonome Selbstregulation
Kooperation zur komplexen Selbstorganisation / Leben: genetisch gesteuert, zwischen Zellen
- 0. Materielle Wechselwirkungen in dynamischer Kohärenz
„Kooperation“: Wechselwirkungen, Anziehungskräfte

Entwicklung



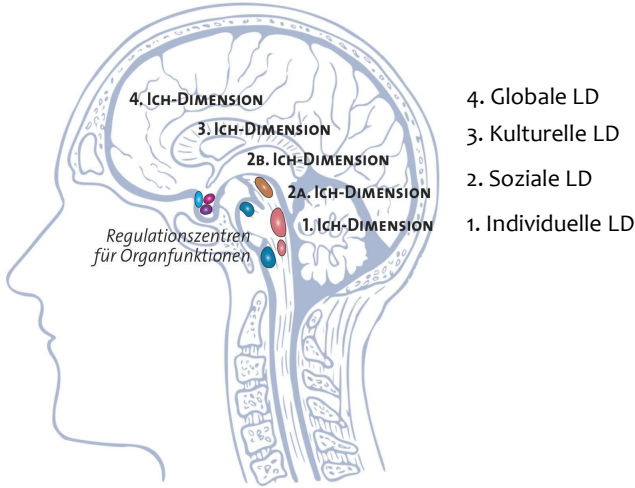
Gesundheit und Krankheit entstehen im Verlaufe der Bedürfniskommunikation: Durch Bedürfnisse an die Umgebung ist der Mensch verbunden mit dieser und wird offener und vulnerabler für verletzende Antworten.

© Th. D. Petzold

4



Lebens- und Ich-Dimensionen, repräsentiert in Hirnstrukturen

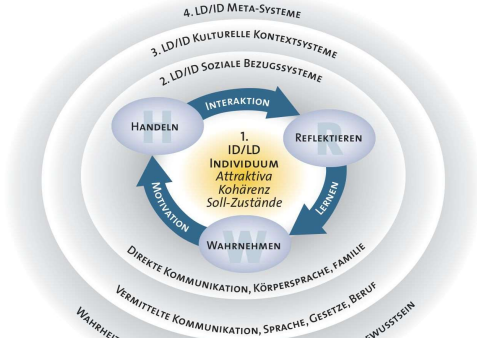


5



Ein integratives physisch-sozio-kulturell-global/geistiges Gesundheitsmodell

2. SELBST- UND KOHÄRENZREGULATION DES MENSCHEN



6



Attraktionsprinzip

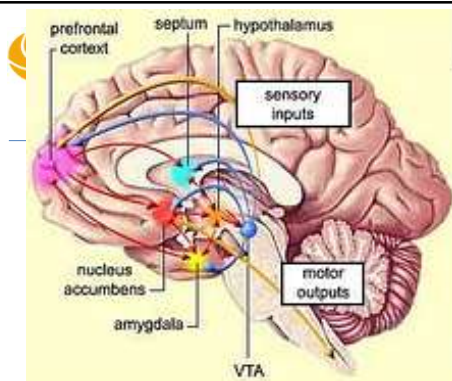
- Lebende Prozesse (wie z.B. eine Wundheilung) entwickeln sich in Richtung eines attraktiven Ziels (Attraktiva/Attraktor). Es sind Annäherungsprozesse, die vom Ziel attrahiert werden.
- Dabei durchlaufen sie typischerweise rückkoppelnde Zyklen (rekursive Prozesse) und gehen Wege, die nicht vorhersehbar sind (chaotisch erscheinen können).
- Durch diese Art der Selbstregulation können sich lebende Systeme im Rahmen ihrer Kohärenzregulation auf veränderliche Umgebungsbedingungen einstellen.

„Oberstes Regulationsprinzip“: Kohärenz

„Konsistenzregulation findet ganz überwiegend unbewusst statt und durchzieht so sehr das ganze psychische Geschehen, dass es angemessen erscheint, von einem obersten oder pervasiven Regulationsprinzip im psychischen Geschehen zu sprechen.“

Grawe, Klaus: *Neuropsychotherapie* (2004) S. 190-191

7



Appetenz- /Annäherungsziele (wie Verlockungen (↑ CTRA))

- Lust
- Genuss
- Sinnlichkeit
- Anerkennung bekommen
- Probleme lösen

3. Drei Grundmotivationen und ihre Biopsychologie

Kohärenzziele
 (übergeordnet – oft langfristig und implizit (↓ CTRA))

- **Stimmige Verbundenheit**
- Gesundheit
- Sicherheit, Vertrauen
- Autonomie
- Wohlbefinden
- Zugehörigkeitsgefühl
- Gerechtigkeit, Fairness
- Sinnhaftigkeit
- Integration

Für eine nachhaltige Kooperation braucht es Kohärenzziele.

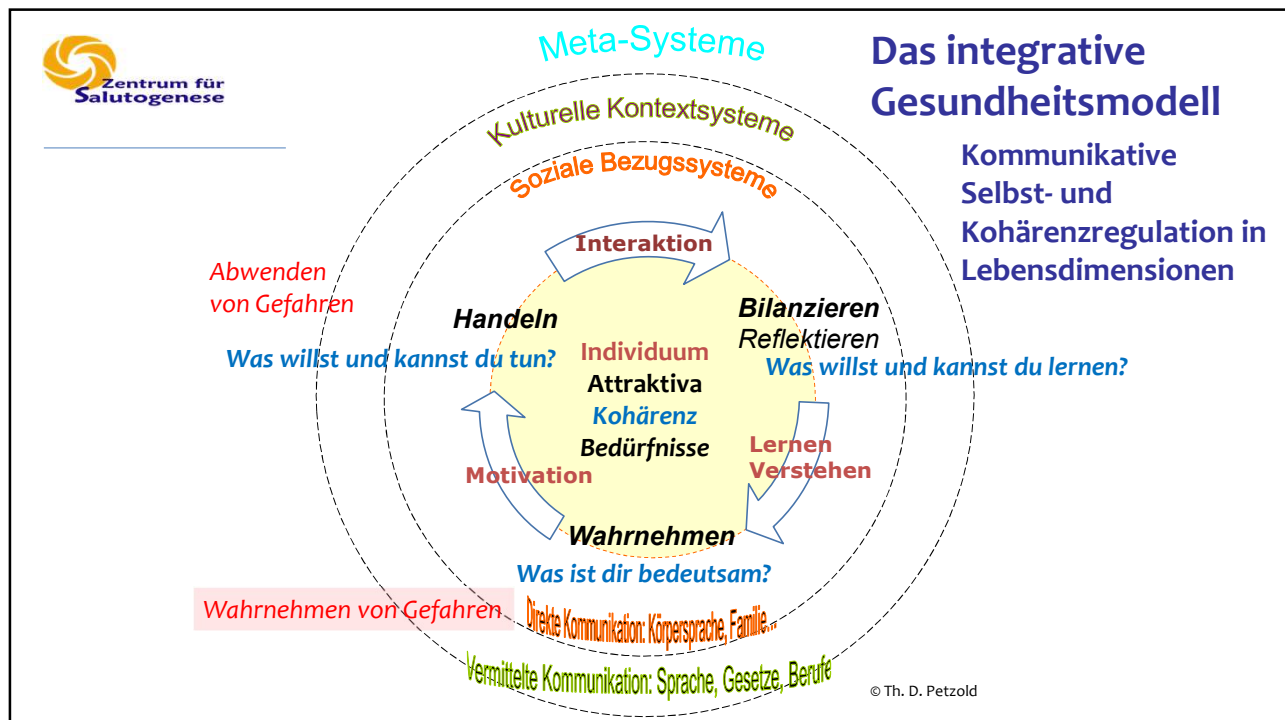


Aversions- /Abwendungsziele (wie Warnlampen (↑ CTRA))

- Unstimmigkeit
- Krankheit
- Angst
- Opferrolle, Ohnmacht
- Schmerz
- Isolation
- Ungerechtigkeit, Verletzung
- Probleme haben

(CTRA: Conserved Transcriptional Response to Adversity)

8



9



Zusammenfassung: Was wird integriert?

- Subjekt und Objekt: in einer reflexiven, systemischen Sicht
- Geist und Körper: in einem lebendigen komplexen Zusammenspiel von Information und Energie/Materie (z.B. im Attraktionsprinzip)
- Individuum, Familie/Gemeinschaft, Gesellschaft/Kultur, Menschheit/Biosphäre: in einem systemischen Mehrdimensionen-Modell
- Salutogenese/Gesundheitsförderung/Selbstheilung und Pathogenese/ Krankheitsentstehung/-bekämpfung: in einem gesunden Selbstregulationsmodell

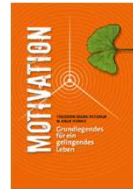
10



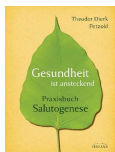
Kokreative Kooperation ist die Methode der Evolution. Kooperative Kommunikation im Kohärenzmodus ermöglicht heilsame Erfahrungen.



... Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!



Neu 2023: „**Motivation**. Grundlegendes
für ein gelingendes Leben“



Gesundheit ist ansteckend
Praxisbuch Salutogenese
(2. Auflg. 2021)



Schöpferisch kommunizieren – Aufbruch
in eine neue Dimension des Denkens



„Ein radikal integratives
Gesundheitskonzept – Geist, Körper,
Ganzheit und Salutogenese“
2024 in Druck

Bücher: www.geen.de

TD Petzold: www.gesunde-entwicklung.com/

SalKom® Ausbildung: <https://salutogenese-zentrum.de/>

11

11