

Bachelorstudiengang | Prävention und Gesundheitsförderung

## **MODULHANDBUCH**

# Prolog

Der Studiengang GEFÖ beinhaltet 16 Module, die so angeordnet sind, dass in jedem Semester Lehrveranstaltungen im Umfang von 30 Leistungspunkten (LP) vorgesehen sind. Einzelne Module erstrecken sich, insbesondere in der ersten Hälfte des Studiums über mehrere Studiensemester.

## Die 16 Module lassen sich in vier Bereiche gliedern:

- 1 | Die vier Module ‚WIA | Gesundheitsförderung als wissenschaftliches Arbeitsfeld‘, ‚KRAGE | Krankheit und Gesundheit‘ sowie ‚SOBI | Sozial- und Bildungswissenschaftliche Grundlagen‘ und ‚KOBE | Kommunikation und Beratung‘ legen **gesundheitswissenschaftliche Grundlagen** für das Studium.
- 2 | In den Modulen ‚LEFÜ | Lebensführung‘, ‚BEFÖ | Bewegungsförderung‘ sowie ‚ERGE | Ernährung und Gesundheit‘ und ‚STREBE | Stressbewältigung‘ werden Themen zur **Lebensführung, Gesundheitsressourcen und Alltagsbewältigung** behandelt. Vermittelt werden dabei komplexe Zusammenhänge des gesundheitsrelevanten Lebensstils, die differenziert nach sozio-ökonomischen und sozio-kulturellen Kontexten betrachtet werden.
- 3 | Einen weiteren zentralen Bereich des Studiums stellt der Bereich **Gesundheitsförderung in Settings und Zielgruppen** dar mit den Modulen ‚ARGE | Arbeit und Gesundheit‘ und ‚KOGES | Kommunale Gesundheitsförderung‘ sowie ‚KOGEL | Gesundheitsförderung über die Lebensspanne‘ dar. Im Modul ARGE erhalten Studierende einen Überblick über die Relevanz des beruflichen Kontextes für die Gesundheitsförderung. Erworben werden zudem grundlegende Kenntnisse und Kompetenzen auf Verhaltens- und Verhältnis-Ebene.. Ebenso werden Studierende für den Zusammenhang von Bildung und Gesundheit sensibilisiert und setzen sich mit verschiedenen Bildungseinrichtungen auseinander. Im Modul KOGES spielt die Kommune eine zentrale Rolle, die angesichts des demographischen Wandels auf zunehmende Herausforderungen stößt, die eine Stärkung von Prävention und Gesundheitsförderung voraussetzen. Studierende beschäftigen sich deshalb u. a. mit dem öffentlichen Gesundheitsdienst, der Gesundheitsberichterstattung und erlernen partizipative Methoden der Bürgerbeteiligung. Im Modul ‚GELE | Gesundheitsförderung über die Lebensspanne‘ werden Entwicklungsmerkmale und –muster einzelner Lebensphasen thematisiert, außerdem wird die Entwicklung und Veränderung des Gesundheitsverhaltens über die Lebensspanne betrachtet, mit ihren jeweiligen Gesundheitsressourcen und -risiken. Der theoretische Rahmen bildet die Entwicklungspsychologie der Lebensspanne, die gesundheitspsychologische Fragen vor einem zeitlichen, altersbezogenen und geschlechtsspezifischen Zusammenhang behandelt.
- 4 | Der vierte Bereich wird von Modulen gebildet, in denen verschiedene **Berufsfelder von Prävention und Gesundheitsförderung** thematisiert werden. ‚GEHA | Gegenstand und Handlungsfeld von Gesundheitsförderung‘ sowie darüber hinausgehende Rahmenbedingungen der späteren beruflichen Praxis ‚RABEP | Rahmenbedingungen beruflicher Praxis‘, sind in den ersten zwei Modulen relevant. Das fünfte Semester umfasst das Modul ‚PRAX | Praxissemester Gesundheitsförderung‘, worin die Studierende ihre bisherigen Kenntnisse und Kompetenzen im Rahmen eines 90-tägigen Vollzeitpraktikums anwenden sollen. Ziel ist das Kennenlernen und die Einarbeitung in ein mögliches späteres Arbeitsfeld sowie die spezifische Vertiefung fachlicher und fachübergreifender Kompetenzen. Begleitet wird das Praktikum von Veranstaltungen im Rahmen einer Supervision, die u. a. den Transfer zwischen Studium und begleitender Praxis gewährleisten soll.

Hinzu kommt das sogenannte Modul ‚QUER | Quergedacht‘, das sich über 5 Semester erstreckt und als fach- und disziplinenübergreifende reflexive Lehrveranstaltung konzipiert ist. Dieses Modul liegt quer zu allen Säulen, Fächern und Disziplinen des Studiums. Im Rahmen dieses Moduls werden verschiedene wissenschaftliche Disziplinen und Lehrinhalte kritisch auf den Gegenstand Gesundheitsförderung in Theorie und Praxis betrachtet und reflektiert. Schlüsselkompetenzen, die dabei verfolgt werden sind z.

B. vernetztes wissenschaftliches bzw. transwissenschaftliches Denken, eine kritisch-reflektive Wissenskompetenz, die Ausbildung einer stimmigen Berufsidentität und die systematische Wahrnehmung komplexer Felder.

### Studienorganisation

Der Studiengang umfasst ein Vollzeitstudium von sechs Semestern mit insgesamt 180 Leistungspunkten (LP). Das entspricht einer Gesamtstudienzeit („Workload“) von 5400 Stunden, die sich in 1590 Stunden Präsenzzeit, 3000 Stunden Selbstlernzeit und 810 Stunden im Rahmen von Praktika (720 Stunden Anwesenheit und 90 Stunden Selbststudium) aufteilen. Für die Präsenzzeiten an der Hochschule sind folgende Formate vorgesehen, die für jedes Modul unter ‚**Lehr-/Lernformen**‘ angegeben werden: Vorlesungen, Seminare, Übungen und Praktikum.

*Vorlesungen* vermitteln zusammenhängend den Lehrinhalt zu einem Thema oder Themengebiet. Wichtige Inhalte werden dargestellt und in den Modulzusammenhang eingeordnet. Der Schwerpunkt liegt auf der Wissensvermittlung. Der Besuch einer Vorlesung wird durch die selbständige Lektüre von wissenschaftlicher Literatur und Vorlesungsmaterial ergänzt. Die Studierenden sind zu eigenständiger Vor- und Nachbereitung der Inhalte angehalten.

In *Seminaren* werden die Inhalte von den Studierenden vertieft, diskursiv abgewogen und reflektiert. Wesentlicher Bestandteil ist die eigene Lektüre wissenschaftlicher Texte zum Thema. Die Studierenden arbeiten in kooperativen Lern- und Arbeitsformen zusammen, präsentieren selbst Inhalte, erarbeiten sie in gemeinsamen Diskussionen und entwickeln einen eigenen Standpunkt dazu.

In den *Übungen* werden Inhalte und Methoden des Faches überwiegend praktisch vermittelt bzw. das erworbene Wissen wird praktisch angewandt. Die Studierenden werden durch die Übungen dahin geführt, dass sie aufgabenbezogene Fragestellungen selbständig angemessen und erfolgreich bewältigen können.

Im Modul ‚PRAX | Praxissemester Gesundheitsförderung‘ wenden Studierende ihre bisherigen Kenntnisse und Kompetenzen im Rahmen eines 90-tägigen Vollzeitpraktikums an, in dem Studierende von einer erfahrenen Fachkraft begleitet, angeleitet und betreut werden. Zudem wird das Praktikum im Rahmen einer Supervisionsveranstaltung begleitet. Das Format dieser angeleiteten praktischen Tätigkeit im Berufsfeld Gesundheitsförderung wird als *Praktikum* bezeichnet.

Die Abfolge der Lehrveranstaltungen wird in jedem Semester in einem Veranstaltungsplan vorgegeben. Es besteht keine Anwesenheitspflicht; gleichwohl handelt es sich um einen Präsenzstudiengang. Die Einhaltung des vorgesehenen Ablaufs sowie ein regelmäßiger Besuch der Lehrveranstaltungen wird dringend empfohlen.

Die Erreichung der Ziele eines Moduls wird in der Modulprüfung mit der entsprechenden **Prüfungsleistung** (§10 StPO) nachgewiesen, für die die Leistungspunkte des entsprechenden Moduls gutgeschrieben werden. In einigen Modulen wird eine **Studienleistung** (§5 StPO) als Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung verlangt (vgl. §17 StPO). Sie wird in der Modulbeschreibung angegeben. In allen Lehrveranstaltungen kann es darüber hinaus Aufgaben geben, die für den erfolgreichen Besuch der Lehrveranstaltung sinnvoll sind. So ist die Teilnahme an den Lehrveranstaltungen und die Bearbeitung der in ihnen gestellten Aufgaben die Voraussetzung für ein eigenverantwortliches und erfolgreiches Studium.

### Mobilitätsfenster/Auslandsaufenthalte

Auslandsaufenthalte während des Studiums schärfen den Blick für und den Umgang mit Diversität, darüber leisten sie einen wichtigen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung.

Für einen Auslandsaufenthalt bietet sich insbesondere das 5. Studiensemester als Mobilitätsfenster an. Die Hochschule legt Wert darauf im Ausland erbrachte Leistungen möglichst anzuerkennen. Auch Urlaubssemester eignen sich für die Gestaltung von Auslandsaufenthalten. Studierende, die sich für Auslandsaufenthalte interessieren, finden im Akademischen Auslandsamt der Hochschule (kurz AAA) professionelle Beratung und Betreuung, auch bei der Suche nach Stipendien.

## Inhaltsverzeichnis

<b>WIA</b>   Gesundheitsförderung als wissenschaftliches Arbeitsfeld	1
<b>KRAGE</b>   Krankheit und Gesundheit	4
<b>SOBI</b>   Sozial- und Bildungswissenschaftliche Grundlagen	7
<b>KOBE</b>   Kommunikation und Beratung	10
<b>LEFÜ</b>   Lebensführung	12
<b>BEFÖ</b>   Bewegungsförderung	14
<b>ERGE</b>   Ernährung in der Gesundheitsförderung	16
<b>STREBE</b>   Stressbewältigung	19
<b>ARGE</b>   Arbeit und Gesundheit	23
<b>KOGE</b>   Kommunale Gesundheitsförderung	26
<b>GELE</b>   Gesundheitsförderung über die Lebensspanne	28
<b>GEHA</b>   Gegenstand und Handlungsfeld von Gesundheitsförderung	30
<b>RABEP</b>   Rahmenbedingungen beruflicher Praxis	33
<b>PRAX</b>   Praxissemester Gesundheitsförderung	36
<b>QUER</b>   Quergedacht	38

Semester 1/2/3	Leistungspunkte 14 (3/3/8)	Angebotsfrequenz jährlich						
Präsenz 150 h	Selbststudium 270 h	Modulverantwortliche/r						
Workload gesamt 420 h	Kompetenzfacette	<table border="0"> <tr> <td>Wissen</td> <td>Bewertung</td> <td>Handlung</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">●</td> <td style="text-align: center;">●</td> <td style="text-align: center;">●</td> </tr> </table>	Wissen	Bewertung	Handlung	●	●	●
Wissen	Bewertung	Handlung						
●	●	●						

**Ziele/  
Kompetenzen**

Übergreifendes Modulziel ist die intensive Einübung in wissenschaftliches Denken, Arbeiten, Reflektieren und Forschen. Studierende sollen möglichst auf allen Stufen ihres Studiums nicht nur Antworten rezipieren, sondern selbst Fragen entwickeln, Antworten auf diese Fragen finden und daraus Erkenntnisse ableiten, die schließlich ihr praktisches Handeln leiten und begleiten. Dadurch wird während des gesamten Studiums eine Haltung eingeübt, die wissenschaftliches Tun auszeichnet: Etwas wissen wollen, mit kritischer Distanz einen Sachverhalt untersuchen und eigene Anschauungen infrage stellen. Studierende entwickeln während ihres gesamten Studiums eine forschende Haltung. Sie sind in der Lage (forschungs-) methodischen Kompetenzen beim Sammeln von Informationen (Daten) einzusetzen, diese Informationen zu bündeln, systematisch Auszuwerten, aufeinander zu beziehen und unter Zuhilfenahme von Theorien in mündlich und schriftlich angemessener Art und Weise zu interpretieren und kommunizieren. Studierende lernen, dass der wissenschaftliche Weg zur Erkenntnis darin besteht, möglichst zuverlässige und gültige Informationen zu gewinnen. Sie erfahren und üben, dass wissenschaftliche Herangehensweisen an einen Gegenstand Beispiele für Problemlöseprozesse sind, die nach einem bestimmten Muster ablaufen. Sie benötigen methodischen Sachverstand nicht nur zum Lernen und Forschen, sondern auch, um die Qualität der alltäglichen Anwendungspraxis zu gewährleisten.

**Wissenschaftliches Denken und Arbeiten**

Die Qualifizierung von Studierenden im Bereich der Gesundheitsförderung ruht unter anderem auf der Ausbildung von Kompetenzen zum wissenschaftlichen Denken, Arbeiten und Forschen. Kompetenzen zum wissenschaftlichen Denken und Arbeiten versetzen Studierende in die Lage Grundsituationen und -fragen des Studiums zu bewältigen.

- ▶ Organisation und Gestaltung
- ▶ Finden von Literatur
- ▶ Lesen von Texten
- ▶ Festhalten des Gelesenen
- ▶ Schreiben wissenschaftlicher Texte
- ▶ Präsentieren von Inhalten, Referaten usw.
- ▶ Diskutieren und Leiten von Diskussionen

---

### **Englisch für Gesundheitsförderer/-innen**

Wenigstens eine Lehrveranstaltung im Studiengang wird komplett in englischer Sprache durchgeführt. Insbesondere werden relevante englische Texte aus dem Bereich der Gesundheitsförderung, gelesen, bearbeitet und präsentiert.

- ▶ Lesen und bearbeiten englischer Texte
- ▶ Diskutieren und Präsentieren in englischer Sprache

### **Methoden der empirischen Sozialforschung**

Forschungsmethoden sind Werkzeuge, durch die wissenschaftliche Fortschritte erzielt werden können; sie dienen dazu, wissenschaftliche Erkenntnisse zu gewinnen (Wissen zu generieren) und in praktisches Handeln umzusetzen. Forschungsmethoden sind Hilfsmittel, mit denen sich Informationen (Daten) sowohl gewinnen (Datengewinnung) als auch auswerten (Datenauswertung) lassen.

- ▶ Kenntnis grundlegender Begrifflichkeiten empirischer Sozialforschung
- ▶ Grundkenntnisse zum Ablauf von Forschungsprozessen (Versuchsplanung)
- ▶ Kenntnis und Anwendung gängiger qualitativer und quantitativer Methoden
- ▶ Planung, Durchführung und Auswertung kleinerer empirischer Studien
- ▶ Durchführung von an wissenschaftlichen Standards orientierten einfacheren (eher deskriptiven) Datenanalysen und Aufbereitung der Ergebnisse zu Präsentationszwecken

### **Qualitätsmanagement**

Prozesse und Verfahren des Qualitätsmanagements und der Qualitätsentwicklung sind das zentrale Fundament professionellen gesundheitsförderlichen Handelns in verschiedenen Settings wie z. B. Bildungs- und sozialen Einrichtungen, Betrieben, Stadtteilen und Kommunen. Der Etablierung von Verfahren (wie z. B. Qualitätszirkeln), die vor Ort zunächst intern, eine systematische Überprüfung und Förderung von Qualität ermöglichen, kommt eine besondere Bedeutung zu. Die Gestaltung dieser Aufgabe beinhaltet die Bestandsaufnahme, Zielklärung und -findung, Maßnahmenplanung und Umsetzung sowie die Evaluation aller Prozesse und Abläufe des Qualitätsmanagements sowie Weiterqualifikation beteiligter Mitarbeiter/-innen.

- ▶ Vertiefte Kenntnisse über Begrifflichkeiten, Ziele, Konzepte, Verfahren und Instrumente des Qualitätsmanagements
- ▶ Kenntnisse und Fertigkeiten in der systematischen Anwendung von Instrumenten der Qualitätssicherung und -entwicklung
- ▶ Bedarfsgerechte Auswahl von Verfahren der Qualitätsentwicklung, Kenntnisse und Fertigkeiten in Planung, Durchführung und Evaluation von Maßnahmen der Qualitätssicherung und -entwicklung
- ▶ Kompetenz zur Strukturierung und Steuerung von einzelnen

Inhalte

**Wissenschaftliches Denken und Arbeiten**

- ▶ Lernen und Organisation im Studium
- ▶ Arbeitsweisen in Lehrveranstaltungen
- ▶ Argumentieren und Diskutieren
- ▶ Lesen und Bearbeiten wissenschaftlicher Texte
- ▶ Recherchieren und Erschließen von Quellen
- ▶ Verfassen wissenschaftlicher Texte

**Englisch für Gesundheitsförderer/-innen**

- ▶ Argumentieren und Diskutieren in englischer Sprache
- ▶ Präsentieren in englischer Sprache
- ▶ Englischsprachiges Begriffsrepertoire der Gesundheitsförderung

**Methoden der empirischen Sozialforschung**

Auswahl von Methoden zur Beobachtung und Informationsgewinnung, die in einer wissenschaftlichen Untersuchung oder der Anwendungspraxis von mehreren Faktoren abhängen:

- ▶ Fragestellung
- ▶ Merkmale der zu untersuchenden Personen/Gegenstände
- ▶ Qualitätsansprüche, die an die Daten gestellt werden
- ▶ Art des Untersuchungsgegenstandes
- ▶ auch zeitliche, finanzielle, und personelle Mittel

Methoden, die sich durch folgende Merkmale kennzeichnen lassen:

- ▶ Einzel- vs. Gruppenerhebungen
- ▶ Art der Analyseeinheit (Einzelpersonen, Gruppen, soziale Systeme)
- ▶ Reaktive vs. nicht-reaktive Methoden
- ▶ Transparente vs. intransparente Verfahren
- ▶ Grad der Teilnahme des/der Forschenden bei der Datenerhebung

Methoden zur Informationsgewinnung:

- ▶ (Verhaltens-)Beobachtung
- ▶ Gesprächsmethoden (Interviews)
- ▶ Schriftliche Befragung und Fragebogen
- ▶ Textanalytische Methoden

**Qualitätsmanagement in der Gesundheitsförderung**

- ▶ Qualität und Qualitätsmanagement in der Gesundheitsförderung, Konzepte, Forschungsergebnisse
- ▶ Merkmale, Varianten und Standards von Evaluation
- ▶ Instrumente/ Verfahren im Qualitätsmanagement
- ▶ Partizipative Qualitätsentwicklung

Lehr-/Lernformen	WIA1-V/Ü-1	Einführung in das wissenschaftliche Denken und Arbeiten	Vorlesung/ Übung	15h+15h+ 60h	3 LP
	WIA2-S-2	Methoden der empirischen Sozialforschung: quantitative Verfahren	Seminar	30h+60h	3 LP

WIA3-S-3	Methoden der empirischen Sozialforschung: qualitative Verfahren	Seminar	30h+60h	3 LP
WIA4-S-3	Qualitätsmanagement in der Gesundheitsförderung	Seminar	30h+60h	3 LP
WIA5-Ü-3	Englisch für Gesundheitsförderer/-innen	Seminar	30h+30h	2 LP

Voraussetzungen	—
Voraussetzung für	BAAB
Studienleistung	—
Prüfungsform	Klausur (120 Minuten)
Benotung	Noten (1-5) Anteil an der Gesamtnote 14/131 (ca. 11%)



Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2	13 (7/6)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
135 h	255 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
390 h			●	●	●

Ziele/  
Kompetenzen

Krankheit zu vermeiden und Gesundheit zu verbessern sind die zentralen Aufgabengebiete von Prävention und Gesundheitsförderung. Gesundheit ist eine Ressource für das tägliche Leben, die zur Lebensqualität beiträgt und eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglicht bzw. erleichtert. Es gibt verschiedene Einflussfaktoren, die sich auf die Gesundheit eines Menschen auswirken. Bei näherer Betrachtung der Gesundheit oder Krankheit eines Menschen sind diese Einflussfaktoren zu berücksichtigen.

### Prävention und Gesundheitsförderung

Studierende

- ▶ kennen die Ausbildungsziele des Studiengangs und zentrale Grundlagen, Anliegen, Ansätze und Anwendungsfelder der Prävention und Gesundheitsförderung.
- ▶ kennen und verstehen zentrale Begriffe und Orientierungen der Prävention und Gesundheitsförderung.
- ▶ können präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen und Projekte den ihnen zugrunde liegenden Ansätzen zuordnen (Pathogenese und Salutogenese).
- ▶ verstehen die Definition und das Ziel von Prävention.
- ▶ erlangen Kenntnisse über Strategien, Konzepte, Zielgruppen und Settings im Bereich der Prävention.

### Grundlagen der Anatomie und Physiologie

Das Wissen über Bau und Funktionsweise des menschlichen Körpers ist eine wesentliche Voraussetzung zum Verstehen von Krankheiten, entsprechender Präventionsmaßnahmen sowie der gesundheitsförderlichen Beeinflussung des Menschen. Die Studierenden verfügen über grundlegende Kenntnisse des menschlichen Körpers und können diese auf Strategien und Konzepte von Prävention und Gesundheitsförderung beziehen. Studierende

- ▶ verfügen über ein orientierendes Grundwissen im Bereich der medizinischen Begriffskunde (Terminologie).
- ▶ verstehen grundlegende Zusammenhänge zwischen (anatomischer) Struktur und (physiologischer) Funktion des menschlichen Körpers.
- ▶ können anatomisches und physiologisches Grundwissen auf zentrale Themenbereiche von Prävention und Gesundheitsförderung beziehen – z.B. Prävention von Diabetes oder die Förderung physischer Ressourcen (Kraft, Ausdauer ...).

---

## **Epidemiologie und Krankheitslehre**

Studierende

- ▶ kennen und verstehen Ursachen und Verbreitung der häufigsten Erkrankungen in Europa und die epidemiologischen Grundlagen von Präventionsstrategien auf Bevölkerungsebene. Sie können diese Grundlagen verständlich darstellen.
- ▶ erlangen Kenntnisse über die wichtigsten Begriffe, Fragestellungen und Methoden der Epidemiologie und Krankheitslehre.
- ▶ erlangen einen kompetenten Umgang mit epidemiologischen Forschungsergebnissen (Verständnis, Bewertung, Diskussion und Präsentation).
- ▶ kennen Grundbegriffe der Statistik und können diese anwenden.

---

Inhalte

### **Prävention und Gesundheitsförderung**

- ▶ Konzepte und Strategien der Gesundheitsförderung und Prävention
- ▶ Salutogenesekonzept nach Antonovsky
- ▶ „Setting“-Ansatz der Weltgesundheitsorganisation (WHO)
- ▶ Prävention somatischer Störungen und Krankheiten
- ▶ Prävention psychosomatischer Störungen und psychischer Krankheiten
- ▶ Gesundheitspolitische Umsetzung von Prävention und Gesundheitsförderung
- ▶ Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention
- ▶ Verhaltens- und Verhältnisprävention
- ▶ Impfen

### **Grundlagen der Anatomie und Physiologie**

- ▶ Anatomie und Physiologie von Skelett- und Muskelsystem, Herz-Kreislaufsystem, Blut, Atemsystem, Verdauungssystem, Hormon- und Immunsystem, Nervensystem im Überblick
- ▶ Grundbegriffe (Medizinische Terminologie) und Organisation des menschlichen Körpers im Überblick
- ▶ Beziehungen zwischen Bau und Funktion des Körpers und Präventionsmaßnahmen bzw. Maßnahmen der Gesundheitsförderung

### **Epidemiologie und Krankheitslehre**

- ▶ Fragestellungen der Bevölkerungswissenschaft
- ▶ Fertilität, Mortalität, Wanderungen
- ▶ Demografische Maße
- ▶ Szenarien und Auswirkungen des demographischen Wandels
- ▶ Maßzahlen der Epidemiologie
- ▶ Kausalität in der Epidemiologie
- ▶ (sozial-)epidemiologische Datenquellen
- ▶ Typen epidemiologischer Studien
- ▶ Deskriptive Statistik
- ▶ Vier-Felder-Tafel
- ▶ Relevante Datenbanken und wissenschaftliche Recherche

- ▶ Ausgewählte Fragestellungen in der Krankheitslehre (Kardiovaskuläre Erkrankungen, Diabetes, Infektionen, Allergien, Alterserkrankungen, Karzinome)
- ▶ ICD 10

Lehr-/Lernformen	KRAGE1-V/Ü-1	Einführung in den Studiengang: Prävention und GF	<b>Vorlesung/ Übung</b>	30h+90h	<b>4 LP</b>
	KRAGE2-V-1	Prävention	<b>Vorlesung</b>	15h+15h	<b>1 LP</b>
	KRAGE3-V-1	Grundlagen der Anatomie und Physiologie	<b>Vorlesung</b>	30h+30h	<b>2 LP</b>
	KRAGE4-S-2	Krankheitslehre	<b>Seminar</b>	30h+60h	<b>3 LP</b>
	KRAGE5-S-2	Grundlagen der Epidemiologie	<b>Seminar</b>	30h+60h	<b>3 LP</b>
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	—				
Prüfungsform	Klausur (180 Minuten)				
Benotung	Note (1-5)				
	Anteil an der Gesamtnote: 13/131 (ca. 10%)				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2/3	11 (2/3/6)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
120 h	210 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
330 h			●	●	●

### Ziele/ Kompetenzen

Studierenden soll in diesem Modul grundlegendes Wissen aus den Sozial- und Bildungswissenschaften vermittelt werden. Hierzu soll ein Überblick über gesundheitswissenschaftlich relevante Disziplinen gegeben und einzelne Disziplinen fachlich eingeordnet werden. Ebenso sollen den Studierenden jeweils zentrale Begriffe, Theorien und Interventionsmaßnahmen geläufig sein. Darüber hinaus sollen sie ein Verständnis dafür erlangen, welche spezifischen Arbeitsschwerpunkte die einzelnen Disziplinen im Rahmen der Gesundheitsförderung übernehmen und in welcher enger Beziehung sie untereinander stehen.

- ▶ Kenntnis der zentralen Grundbegriffe, Theorien und Modelle der Gesundheitswissenschaften
- ▶ Fähigkeit, gesundheitsfördernde Interventionsmaßnahmen transwissenschaftlich einordnen zu können
- ▶ Kenntnis relevanter Strategien der Gesundheitspsychologie, -pädagogik und -soziologie zur Optimierung von Gesundheitsverhältnissen sowie von Gesundheitsverhalten

### Gesundheitswissenschaftliche Grundlagen

Diese in verschiedene gesundheitswissenschaftliche Disziplinen einführende Vorlesung hat zum Ziel, die Disziplinen der Gesundheitswissenschaften integrativ zu behandeln. Die Disziplinen sollen in ihren jeweiligen Arbeitsschwerpunkten, Ausrichtungen und Grundbegriffen möglichst aufeinander bezogen vorgestellt werden, sodass sowohl deren Überschneidungen, Beziehungen wie auch grundlegende Unterschiede bezüglich Erkenntnisinteresse und Vorgehensweise deutlich werden.

- ▶ Kenntnis der jeweiligen Erkenntnisinteressen, zentralen Arbeitsgebiete sowie Umsetzungsstrategien der Disziplinen
- ▶ Fähigkeit die Disziplinen bezüglich ihrer jeweiligen spezifischen Fragestellungen, Erkenntnisinteressen und Umsetzungsstrategien voneinander abgrenzen, wie auch im Sinne einer interdisziplinären Gesundheitsförderung aufeinander beziehen zu können

### Gesundheitspädagogik

Die Gesundheitspädagogik repräsentiert dasjenige Teilgebiet der Pädagogik, das die Möglichkeiten von Bildung und Erziehung analysiert, um das Gesundheitsverhalten von Menschen zu fördern.

---

Ihr Praxisfeld ist die Gesundheitserziehung, welche die Gesamtheit gezielter Interventionen umfasst, die über die Beeinflussung des individuellen Verhaltens des Menschen zur Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung seiner Gesundheit beitragen wollen.

- ▶ Kenntnis grundlegender Begriffe, Theorien und Modelle der Gesundheitspädagogik
- ▶ Kenntnis zentraler Strategien der Beeinflussung des gesundheitsrelevanten Verhaltens
- ▶ Aneignung und analytischer Umgang mit grundlegenden Bausteinen pädagogischen Handelns – insbesondere in Hinblick auf subjektorientierte/ konstruktivistische Ansätze
- ▶ Verständnis der Gesundheitsförderung als pädagogischer Auftrag

### **Gesundheitspsychologie**

Die Gesundheitspsychologie beschäftigt sich mit dem Erleben, Verhalten und Handeln von Menschen in Bezug auf Gesundheit und Krankheit. Zentrale Fragen hierbei sind u. a.: Warum zeigen manche Menschen gesundheitsförderliches Verhalten? Was beeinflusst, dass Personen sich gesundheitsförderlich verhalten? Warum wird eine Person krank? Wie kann Krankheiten vorgebeugt werden?

In dem Seminar sollen die Studierenden Theorien und Modelle der Gesundheitspsychologie kennenlernen, die es ihnen ermöglichen, solche Fragen differenziert zu reflektieren. Auf der Grundlage des vermittelten Wissens sollen die Studierenden befähigt werden, in Bezug auf spezifische Anwendungsbereiche Interventionsspielräume zu erkennen und ggf. geeignete Interventionen abzuleiten.

- ▶ Kenntnis grundlegender Theorien und Modelle der Gesundheitspsychologie
- ▶ Wissen über spezifische Anwendungsfelder der Theorien und Modelle

### **Gesundheitssoziologie**

Die Gesundheitssoziologie beschäftigt sich mit der Analyse der gesellschaftlichen (sozialen, kulturellen, ökonomischen und ökologischen) Bedingungen für Gesundheit und Krankheit von. Als Gesundheitsverhältnisse üben diese Bedingungen einen starken Einfluss auf das individuelle Gesundheitsverhalten aus. In dem Seminar sollen die Studierenden Kenntnisse erwerben, die ihnen den komplexen Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Verhältnissen und individuellem Gesundheitsverhalten veranschaulichen und sie in die Lage versetzen, gesundheitsförderliche Interventionsmaßnahmen in dieser komplexen Weise zu reflektieren.

- ▶ Kenntnis grundlegender Begriffe, Theorien und Modelle der Gesundheitssoziologie
- ▶ Kenntnis gesellschaftlicher Bedingungen für Gesundheit und Krankheit
- ▶ Reflexion des eigenen Zusammenhangs von Herkunftsmilieu, Lebensweg, Lebensstil/Lebensführung und Gesundheit

Inhalte	<p><b>Gesundheitswissenschaftliche Grundlagen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Arbeitsschwerpunkte der Gesundheitswissenschaften</li> <li>▶ Interdisziplinarität in der Gesundheitsförderung</li> <li>▶ Gesundheitsversorgung</li> </ul> <p><b>Gesundheitspädagogik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Zentrale (gesundheits-)pädagogische Begriffe, Theorien und Modelle</li> <li>▶ Strategien der Beeinflussung gesundheitsrelevanten Verhaltens</li> <li>▶ Subjektorientierte/ konstruktivistische Ansätze pädagogischen Handelns</li> </ul> <p><b>Gesundheitspsychologie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Kenntnis grundlegender gesundheitspsychologischer Modelle</li> <li>▶ Ausgewählte Anwendungsfelder einzelner Modelle (u. a. Alkohol und Drogen, Sport/ körperliche Aktivitäten, Ernährung, Sexualität, Stress)</li> <li>▶ Theoriebasierte Strategien und Interventionen</li> </ul> <p><b>Gesundheitssoziologie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Gesellschaftstheorien und -modelle</li> <li>▶ Strategien zur Optimierung der Gesundheitsverhältnisse</li> <li>▶ Soziale und gesundheitliche Ungleichheit</li> <li>▶ Soziale Lage, soziale Milieus und deren Bedeutung für gesundheitsrelevantes Handeln</li> </ul>				
Lehr-/Lernformen	SOBI1-V-1	Gesundheitswissenschaftliche Grundlagen	Vorlesung	30h+30h	2 LP
	SOBI2-S-2	Gesundheitspädagogik	Seminar	30h+60h	3 LP
	SOBI3-S-3	Gesundheitspsychologie	Seminar	30h+60h	3 LP
	SOBI4-S-3	Gesundheitssoziologie	Seminar	30h+60h	3 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	Exzerpt eines Fachartikels oder – Kapitels. <i>Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.</i>				
Prüfungsform	Klausur (90 Minuten); SOBI2 + SOBI3				
Benotung	Note (1-5)				
	Anteil an der Gesamtnote: 11/131 (ca. 8%)				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
4	5	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
60 h	90 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
150 h			●	●	●

### Ziele/ Kompetenzen

Kommunikation ist ein wichtiges Mittel in allen Bereichen des privaten und beruflichen Alltags. In verbaler oder non-verbaler Form trägt sie zum Verständnis der Menschen untereinander bei, erzeugt und bindet Aufmerksamkeit und dient der Durchsetzung von Zielen und Interessen. Die Arbeit im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention setzt ein hohes Maß an theoretischem Wissen über Kommunikationsprozesse, Gesprächsführung, Moderationstechniken, Methoden der Beratung/des Coachings, sowie praktische Kommunikations-, Moderations- und Beratungskompetenzen voraus.

Gute Kommunikationsfähigkeit und Professionalität in der Gesprächsführung ist eine Grundlage für das Gelingen erfolgreicher Gesundheitsförderung und Prävention, insbesondere im Rahmen von Beratungs-, Coaching- und Moderationssituationen sowie für die Entwicklung und Gestaltung von Kooperationen. Kenntnis und Umsetzungsmöglichkeiten bewährter Methoden und Techniken der Gesprächsführung für verschiedene Arten von Gesprächsanlässen bieten theoretische wie praktische Orientierung. Für die Begleitung und Steuerung von Gruppenprozessen, die Ausschöpfung des Ideenpotenzials von Gruppen und die Ergebnissicherung sind Moderationskompetenzen unerlässlich.

#### Gesprächsführung, Beratung und Kooperation

- ▶ Grundverständnis und soziale Kompetenzen für kommunikative Prozesse in Gesprächs-, Moderations- und Beratungssituationen
- ▶ Theoretische Kenntnisse und praktische Fähigkeiten professioneller Gesprächsführung
- ▶ Kenntnis über verschiedene Beratungs- und Coaching-Konzepte und Nutzung für die Gestaltung von Beratungssettings im Rahmen der Gesundheitsförderung und Prävention
- ▶ Planung, Anwendung und Evaluation spezifischer Techniken und Tools in der Beratung
- ▶ Wissen über und Anwendung von Moderationstechniken und -tools

### Inhalte

- ▶ Grundlagen der Kommunikation
- ▶ Professionelle Gesprächsführung (Gesprächsführungstechniken)
- ▶ Beratungs- und Coaching Techniken
- ▶ Moderationstechniken und Tools

---

► **Beratungs- und Coaching-Konzepte, Bedeutung, Gemeinsamkeiten und Unterschiede (z. B. systemischer, lösungsorientierter, Klienten zentrierter Ansatz)**

---

Lehr-/Lernformen	KOBE1-V-4	Grundlagen der Kommunikation und Gesprächsführung	Vorlesung	30h+30h	2 LP
	KOBE2-Ü-4	Kommunikation und Gesprächsführung in der Praxis 1. Grundlagen der Beratung 2. Coaching in der GF 3. Moderation	Übung	30h+60h	3 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	Videsequenz+SR (Teil des PPF). <i>Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.</i>				
Prüfungsform	Mitschnitt (20 Minuten), Transkription und Reflexion eines Gesundheitscoachings				
Benotung	Note (1-5)				
	Anteil an der Gesamtnote: 5/131 (ca. 5%)				

---



Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2	12 (7/5)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
150 h	210 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
360 h			●	●	●

Ziele/  
Kompetenzen

Verstanden werden muss der komplexe Zusammenhang zwischen Lebensführung und Gesundheit. Wobei Lebensführung als bestimmten Zielen und Werten verpflichtete menschliche Aktivität verstanden wird, die den Anforderungen der jeweiligen materiellen, ökologischen wie sozialen Umwelt folgt, von persönlichen Wünschen und Erwartungen geprägt und von Kompetenzen sowie Ressourcen abhängig ist. Fragestellungen der alltäglichen Lebensführung und des gesundheitsrelevanten Lebensstils sind differenziert und in ihrem sozio-ökonomischen und sozio-kulturellen Kontext zu betrachten.

Studierende

- ▶ sind im Stande gesundheitsförderliche Alternativen der Lebensführung exemplarisch für einzelne Zielgruppen zu entwickeln und zu bewerten.
- ▶ kennen einschlägige Erklärungs- und Interventionstheorien; wissen, welche Hindernisse und Schwierigkeiten bei der Realisierung wie Aufrechterhaltung eines gesunden Lebensstils auftreten können und sind in der Lage Lösungswege aufzuzeigen.
- ▶ können Menschen bei der Realisierung ihres Zielstrebens hin zu einer gesunden Lebensführung (auch pädagogisch) unterstützen.
- ▶ entwickeln eine sensible Eigen- und Körperwahrnehmung als Grundlage für die Gestaltung der eigenen Lebensführung entlang eigener psychischer und physischer Bedürfnisse und können diese Sensibilität auch bei anderen fördern.

Inhalte

- ▶ Grundlagen: Begriff und Bedeutung von „Lebensführung“, Lebensformen, Lebensstile und Milieus
- ▶ Konventionelle und unkonventionelle Konzepte gesunder Lebensführung (Ernährung, Bewegung, Achtsamkeit...)
- ▶ Motivations- und volitionstheoretische Erklärungs- und Interventionsmodelle der Gesundheitsverhaltensänderung (Ernährungs-/Bewegungsverhalten)
- ▶ Psychoedukative Verfahren zur Stärkung der Selbststeuerungskompetenz (Heidelberger Kompetenztraining)
- ▶ Das Körpererfahrungskonzept in seiner theoretischen Begründung und praktischen Umsetzung

Lehr-/Lernformen	LEFÜ1-V-1	Lebensführung und Gesundheit - Grundlagen	<b>Vorlesung</b>	30h+30h	2 LP
	LEFÜ2-S-1	Handlungsfelder alltäglicher LF im Wandel: Ernährung, Bewegung, Stress	<b>Seminar</b>	30h+60h	3 LP
	LEFÜ3-Ü-1	Körpererfahrungsansatz in Theorie und Praxis	<b>Übung</b>	30h+30h	2 LP
	LEFÜ4-S-2	Gestaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils	<b>Seminar</b>	30h+60h	3 LP
	LEFÜ5-Ü-2	Heidelberger Kompetenz Training	<b>Übung</b>	30h+30h	2 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	—				
Prüfungsform	<b>Hausarbeit</b>				
Benotung	<b>Noten (1-5)</b>				
	<b>Anteil an der Gesamtnote: 12/131 (ca. 9%)</b>				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2/3	13 (3/5/5)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
165 h	225 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
390 h			●	●	●

**Ziele/ Kompetenzen**

Bewegungsförderung ist als Prozess zu verstehen mit dem Ziel Menschen ein hohes Maß an körperlicher Aktivität zu ermöglichen, um ihre Gesundheitsressourcen zu stärken und das Auftreten von Erkrankungen zu verhüten. Um das Bewegungsverhalten der Bevölkerung nachhaltig zu verbessern, sind freizeitbezogene, alltags- und arbeitsweltbezogene körperliche Aktivitäten gezielt zu fördern. Die dabei zum Einsatz kommenden Interventionsmaßnahmen zielen sowohl auf eine Veränderung von Verhältnissen (Arbeits-, Umwelt- und Lebensbedingungen) als auch auf das individuelle (Bewegungs-)Verhalten von Menschen in unterschiedlichen Settings (z. B. Bildungseinrichtungen oder Betrieben) und Altersphasen ab. Studierende

- ▶ kennen wirksame und qualitätsgesicherte Strategien der Bewegungsförderung für unterschiedliche Settings und Zielgruppen.
- ▶ verstehen theoretische und empirische Zusammenhänge zwischen körperlicher (In-)Aktivität, Gesundheit und Krankheit und können auf dieser Basis die Notwendigkeit von Bewegungsförderung argumentativ begründen.
- ▶ organisieren und führen Maßnahmen zur Reduzierung sitzenden Verhaltens im Alltag (z. B. Bewegungspausen) durch.
- ▶ wissen um die Notwendigkeit von regelmäßiger körperlicher Aktivität als einen unverzichtbaren Faktor der Prävention bei Zivilisationskrankheiten (Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes II, usw.).
- ▶ können bestehende Interventionsprogramme zum Aufbau/Erhalt eines körperlich aktiven Lebensstils auf bestimmte Settings und Zielgruppen hin adaptieren und durchführen.

**Inhalte**

- ▶ Grundlagen der Bewegungsförderung
- ▶ Grundlagen der gesundheitsorientierten Trainingslehre in Theorie und Praxis
- ▶ Ansätze zur Reduzierung eines sitzenden Lebensstils (z.B. Bewegungspausen)
- ▶ Interventionsprogramme zum Aufbau eines körperlich aktiven Lebensstils (z. B. MoVo-LISA)
- ▶ Praxisansätze zur Bewegungsförderung älterer Menschen

Lehr-/Lernformen	BEFÖ1-V-1	Grundlagen der Bewegungsförderung	Vorlesung	15h+15h	1 LP
	BEFÖ2-Ü-1	Bewegungspausen und bewegte Pausen in Theorie und Praxis	Übung	30h+30h	2 LP
	BEFÖ3-V-2	Trainingslehre in Theorie und Praxis	Vorlesung	30h+60h	3 LP
	BEFÖ4-Ü-2	Gestaltung eines körperlich aktiven Lebensstils	Übung	30h+30h	2 LP
	BEFÖ5-Ü-3	Anwendungsfelder der Bewegungsförderung	Übung	30h+30h	2 LP
	BEFÖ6-S-3	Bewegungsförderung im Alter	Seminar	30h+60h	3 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	Videsequenz + Analyse. Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.				
Prüfungsform	Mündliche Prüfung (30 Minuten)				
Benotung	Bestanden/ nicht bestanden				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2	8 (3/5)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
105 h	135 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
240 h			●	●	●

### Ziele/ Kompetenzen

Eine ausgewogene Ernährung trägt entscheidend zu unserer Gesundheit bei. Neben Sport und Bewegung hilft ein gesundes Ernährungsverhalten z. B. Übergewicht, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Übergreifendes Modulziel ist das Verstehen der Zusammenhänge zwischen Nährstoffen, Stoffwechsel und Gesundheit. Die Studierenden können Nahrung gesundheitsförderlich auswählen, zusammenstellen und ihr Vorgehen ernährungswissenschaftlich begründen. Sie können diese Kenntnisse anwenden, um Ernährungsverhalten mit Bezug auf Gesundheit zu beurteilen und unter Berücksichtigung physischer und sozialer Einflussgrößen zu bewerten sowie Empfehlungen auszusprechen.

#### Ernährung und Gesundheit

Die Studierenden verfügen über grundlegende Kenntnisse der Ernährung des Menschen. Sie kennen Grundbegriffe und Aufgabenstellungen der Ernährungswissenschaft und verstehen die Zusammenhänge zwischen Nahrungsinhaltsstoffen, Stoffwechsel und Gesundheit. Die Studierenden verstehen die Regulation der Energiebilanz des Menschen und kennen die Bedeutung und das Vorkommen von Nährstoffen sowie von nichtessentiellen Nahrungsinhaltsstoffen.

- ▶ Referenzwerte für eine vollwertige Ernährung und deren Anwendung in der Praxis
- ▶ Kenntnisse zur aktuellen Ernährungssituation in Deutschland sowie aktuelle aus Public Health-Sicht relevante Ernährungsprobleme
- ▶ Bedeutung der Ernährung bei der Entstehung von verschiedenen Erkrankungen.
- ▶ Eigenständiges Ableiten der Grundprinzipien einer gesundheitsfördernden Ernährung
- ▶ Ernährungskonzepte, Ernährungsverhalten und Ernährungsangebote können wissenschaftlich bewertet und gesundheitsfördernde Ernährungspläne (Speisepläne, Verpflegungspläne) aufgestellt werden.
- ▶ Vermittlung von Ernährungs- und Verhaltensregeln

#### Lebensmittellehre

Die Studierenden kennen Eigenschaften von Lebensmitteln, können deren Qualität bewerten sowie Lebensmittel unter gesundheitsförderlicher Perspektive auswählen und ihre Entscheidung ernährungswissenschaftlich begründen.

- 
- ▶ Ableiten von Zusammenhängen zwischen Lebensmitteln, Qualitätskriterien und gesunder Ernährung. Die Studierenden können diese Kenntnisse anwenden, um das Ernährungsverhalten mit Bezug auf die Gesundheit zu beurteilen
  - ▶ Kenntnisse aktueller Trends in der Ernährung und deren ernährungswissenschaftlichen Bewertung
  - ▶ Kritische Bewertung von gesundheits- und krankheitsbezogenen Aussagen zu Lebensmitteln und deren Inhaltsstoffe sowie zur Zusammensetzung von Lebensmitteln tierischer und pflanzlicher Herkunft vornehmen

---

## Inhalte

### **Ernährung und Gesundheit**

- ▶ Zentrale Ernährungsregeln und -empfehlungen und ihre Begründungen
- ▶ Nähr- und Wirkstoffe, Referenzwerte
- ▶ Ernährung nach den Grundregeln gesundheitsförderlicher Ernährung (DGE, Vollwerternährung)
- ▶ Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten
- ▶ Zentrale Aspekte der physischen, sozialen und psychischen Dimensionen des Zusammenhangs von Ernährung und Gesundheit
- ▶ Ernährung ausgewählter Personengruppen
- ▶ Alternative Ernährungsformen
- ▶ Bewertung von Nahrungsmitteln und ihrer Bedeutung für die Gesundheit
- ▶ Entwicklung und Bewertung von Umsetzungsmöglichkeiten im Alltag (Nahrungsmittel- und Speisenauswahl und -Zusammenstellung)

### **Lebensmittellehre**

- ▶ Qualitätsmerkmale von Lebensmitteln
- ▶ Aktuelle Trends in der Ernährung
- ▶ Kritische Betrachtung von gesundheits- und krankheitsbezogenen Aussagen von Lebensmittelinhaltsstoffen
- ▶ Erarbeitung der verschiedenen Aspekte von Lebensmittelqualität und gesunder Ernährung an einem „Beispiel-Lebensmittel“

### **Spezifische Anwendungs- und Handlungsfelder**

- ▶ Die Bedeutung der Ernährung bei der Entstehung, Prävention und Behandlung von Übergewicht und Adipositas sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Magen-Darm-Erkrankungen, Osteoporose, Krebserkrankungen und Zahnerkrankungen
- ▶ Essstörungen (z. B. Anorexia nervosa, Bulimia nervosa)
- ▶ Ernährungs- und Verhaltensregeln kennen

### **Ernährungsberatung**

- ▶ Grundlagen von Beratungswissen
- ▶ Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten
- ▶ Ernährungserhebung
- ▶ Zentrale Ernährungsregeln bzw. -empfehlungen und ihre Bemühungen

Lehr-/Lernformen	ERGE1-V-1	Ernährung und Gesundheit	Vorlesung	30h+30h	2 LP
	ERGE2-V-1	Lebensmittellehre	Vorlesung	15h+15h	1 LP
	ERGE3-S-2	Spezifische Anwendungs- und Handlungsfelder	Seminar	30h+60h	3 LP
	ERGE4-Ü-2	Ernährungswissenschaftliche Tätigkeiten	Übung	30h+30h	2 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	—				
Prüfungsform	Klausur (90 Minuten)				
Benotung	Noten (1-5)				
	Anteil an der Gesamtnote: 8/131 (ca. 6%)				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
3/4	10 (1/9)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
105 h	195 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
300 h			●	●	●

**Ziele/ Kompetenzen**

Übergreifendes Modulziel ist die Erlangung umfangreichen Wissens im Rahmen der Themenbereiche Stress, Stressbewältigung und Ressourcenorientierung. Es sollen sowohl theoretische Grundlagen als auch praktische Anwendungsformen vermittelt werden. Die Studierenden lernen hierbei verschiedene Interventionsmöglichkeiten zur Gesundheitsförderung in den Bereichen Stressbewältigung und Ressourcenaktivierung kennen. Sie kennen die Möglichkeiten und Grenzen einzelner Verfahren und erlangen die Kompetenz für spezifische Anwendungsbereiche sinnvolle Interventionen auszuwählen. Hierbei lernen die Studierenden anhand der Durchführung von praktischen Übungen auch selbst die Wirkungen einzelner Verfahren kennen.

### Stresstheorien

Durch Wissen über die unterschiedlichen Stresstheorien werden die verschiedenen Ansatzpunkte von Interventionen zur Stressbewältigung verständlich. Mittels der Kenntnis der Auswirkungen von kurz- und längerfristigen Stressreaktionen wird der Handlungsbedarf in diesem Bereich greifbar. Dies kann als Basis für die Anwendung von einzelnen Methoden und Techniken der Stressbewältigung verstanden werden.

- ▶ Kenntnis der gängigen Stresstheorien
- ▶ Kenntnis grundlegender Begrifflichkeiten verschiedener Stresskonzepte
- ▶ Kenntnis über die unterschiedlichen Elemente einer akuten körperlichen Stressreaktion
- ▶ Kenntnis über mögliche Krankheitsfolgen chronischer Stressreaktionen
- ▶ Herstellung eines Bezugs zu möglichen Ansatzpunkten der Gesundheitsförderung und Prävention

### Methoden und Techniken der Stressbewältigung

In der Literatur finden sich zahlreiche Methoden und Techniken der Stressbewältigung. Diese sind in ihrer Genese wie in ihrer Anwendung sehr unterschiedlich und bieten eine breite Palette an Interventionsmöglichkeiten für Gesundheitsförderer/-innen. Die Vermittlung von Kenntnissen über die wichtigsten Methoden und Techniken der Stressbewältigung in Theorie und Praxis ist das übergeordnete Ziel.

- ▶ Kenntnis von gängigen Methoden und Techniken der Stressbewältigung



- 
- ▶ Kenntnis über konkrete Durchführungsmöglichkeiten der einzelnen Verfahren
  - ▶ Kenntnis von Indikations- und Kontraindikationsbereichen der einzelnen Verfahren
  - ▶ Fähigkeit Verfahren/Interventionen adäquat anzuwenden

### **Anwendungsfelder der Stressbewältigung**

Die einzelnen Methoden und Techniken der Stressbewältigung erfreuen sich eines großen Anwendungsbereiches. Jedoch ist nicht jede Intervention für jede Indikation geeignet. Hier zeigen sich je nach Anwendungsbereich Über- sowie Unterlegenheit einzelner Verfahren und zum Teil auch Kontraindikationen. Die Studierenden sollen in diesem Seminar die verschiedenen Anwendungsfelder der Stressbewältigung kennenlernen. Zudem sollen sie Wissen über die Wirksamkeit einzelner Verfahren für konkrete Indikationen erlangen. Dies soll es den Studierenden ermöglichen, den Nutzen des Einsatzes von Stressbewältigungsmethoden in spezifischen Kontexten zu reflektieren und entsprechend die geeigneten Interventionen auszuwählen.

- ▶ Kenntnis unterschiedlicher Anwendungsbereiche der Stressbewältigung
- ▶ Kenntnis über die Wirksamkeit einzelner Verfahren in ausgewählten Anwendungsbereichen
- ▶ Wissen über Indikation und Kontraindikation der einzelnen Verfahren
- ▶ Fähigkeit für spezifische Anwendungsfelder geeignete Interventionen auszuwählen

### **Ressourcenorientierung**

Der Ansatz der Ressourcenorientierung ist im Bereich der Gesundheitsförderung von großer Bedeutung. Die eigenen Ressourcen sind einer Person jedoch nicht immer bewusst und teilweise nicht verfügbar. Zentrale Fragen, die sich Gesundheitsförderer/-innen stellen sollten, sind z. B.: Über welche Ressourcen verfügt eine Person bereits? Was sind ihre individuellen Stärken? Wie können diese die Person in ihrer aktuellen Lebenssituation unterstützen? Inwiefern können sie für eine gegebenenfalls angestrebte Verhaltensänderung hilfreich sein? Wie können die individuellen Ressourcen aktiviert werden?

Studierenden wird grundlegendes theoretisches Wissen zum Bereich Ressourcenorientierung vermittelt. Zudem sollen verschiedene praktische Interventionen vorgestellt und exemplarisch durchgeführt werden.

- ▶ Kenntnis von Instrumenten zur Diagnostik von Ressourcen
- ▶ Kenntnis von wichtigen Elementen einer ressourcenorientierten Gesprächsführung
- ▶ Kenntnis einzelner Ressourcenaktivierender Interventionen
- ▶ Kenntnis über Vorteile und Grenzen eines ressourcenorientierten Arbeitens

**Stresstheorien**

- ▶ Einzelne einschlägige Stresstheorien,
- ▶ Stressreaktion
- ▶ Auswirkungen von Stress; Körperliche Auswirkungen kurz- und längerfristiger Stressreaktionen

**Methoden und Techniken der Stressbewältigung**

- ▶ Überblick über die einzelnen Schulen der Stressbewältigung
- ▶ Neurobiologische Grundlagen von Entspannungsverfahren
- ▶ Einzelne Verfahren wie Kognitive Umstrukturierung, Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Biofeedback, Hypnose, Imagination und Meditation in Theorie und Praxis
- ▶ Indikations- und Kontraindikationsbereiche für die einzelnen Verfahren

**Anwendungsfelder der Stressbewältigung**

- ▶ Ausgewählte Anwendungsbereiche der Stressbewältigung: Anwendung zur Bewältigung und Vorbeugung von somatischen und psychischen Störungen sowie Belastungsfaktoren, Sport, ausgewählte Anwendungsbereiche bei Kindern und Jugendlichen
- ▶ Wirksamkeit von Methoden der Stressbewältigung in ausgewählten Anwendungsbereichen
- ▶ Reflektion der Umsetzbarkeit in verschiedenen Settings
- ▶ Voraussetzungen für die Anwendung von Stressbewältigungsverfahren

**Ressourcenorientierung**

- ▶ Definition und Kategorisierung von Ressourcen
- ▶ Diagnostik von Ressourcen
- ▶ Ressourcenorientierte Gesprächsführung
- ▶ Vorstellung einzelner ressourcenaktivierender Interventionen: Ressourcenorientierte Selbstbeobachtung, Persönliches Resilienzmodell, Zielvisionen etc.
- ▶ Vorstellung einzelner ressourcenorientierter Konzepte: Das Züricher Ressourcenmodell, Euthyme Therapie
- ▶ Vorteile und Grenzen eines ressourcenorientierten Arbeitens

Lehr-/Lernformen	STREBE1-V-3	Stresstheorien	Vorlesung	15h+15h	1 LP
	STREBE2-S-4	Methoden und Techniken der Stressbewältigung	Seminar	30h+60h	3 LP
	STREBE3-S-4	Anwendungsfelder der Stressbewältigung	Seminar	30h+60h	3 LP
	STREBE4-S-4	Ressourcenorientierung	Seminar	30h+60h	3 LP

Voraussetzung für	—
Studienleistung	Selbstreflexion persönlicher Stressbewältigung im Studium (im PPF). <i>Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.</i>
Prüfungsform	Mündliche Prüfung mit Praxisbezug (15 Minuten, Einzelprüfungen)
Benotung	Note (1-5) Anteil an der Gesamtnote: 10/131 (ca. 8%)

---

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
3/4	10 (2/8)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
120 h	180h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
300h			●	●	●

### Ziele/ Kompetenzen

Das übergeordnete Ziel des Moduls „Arbeit und Gesundheit“ ist die Sensibilisierung der Studierenden für die enorme Relevanz des beruflichen Kontextes für die Gesundheitsförderung. Im Rahmen des Moduls erlangen die Studierenden darum die notwendigen Kenntnisse und Kompetenzen, die ein Gelingen der Gesundheitsförderung im betrieblichen Kontext auf Verhaltens- und Verhältnisebene erfordert. Das Verständnis des komplexen Zusammenhangs von Gesundheit und Arbeit setzt ein Verständnis für eine Vielzahl von organisationalen, sozialen und personalen Kompetenzen und Ressourcen voraus, die in diesem Modul gelehrt und gelernt werden.

Im Rahmen des Moduls werden arbeitswissenschaftliche und gesundheitswissenschaftliche Grundbegriffe, Konzepte und Theorien vermittelt, die jeweils mit ihrem Bezug zum Individuum, zur Organisation und zur Gesellschaft erörtert werden. Aufbauend darauf werden gemeinsam mit den Studierenden Lösungsansätze aus Sicht der Gesundheitsförderung erarbeitet, die settingspezifisch vertieft werden. Teilnehmende verfügen über grundlegendes Wissen und Verständnis der für die Gesundheitsförderung relevanten Strukturen und Prozesse im betrieblichen Kontext. Im Rahmen des Moduls setzen sie sich intensiv mit den Aufgaben, Herangehensweisen und Kompetenzen in verschiedenen spezifischen Anwendungsfeldern (z. B. Betrieben, Bildungseinrichtungen, Einrichtungen des Gesundheitswesens) auseinander.

Die Studierenden beschäftigen sich dabei mit den Maßnahmen und Prozessen zur Stärkung der Gesundheit einzelner Mitarbeiter/-innen und der Gestaltung gesundheitsförderlicher Arbeitsbedingungen zur Stärkung und Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden sowie der Entwicklung und Stärkung der Arbeitsfähigkeit. Wobei sowohl die Verhaltensebene des Individuums als auch die Verhältnisebene von Betrieb, Unternehmen und überbetrieblichem Umfeld zu berücksichtigen ist. Darüber hinaus setzen sich die Studierenden mit der systematischen Entwicklung und Steuerung betrieblicher Rahmenbedingungen, Strukturen und Prozesse in einem ganzheitlichen betrieblichen Gesundheitsmanagement auseinander.

Gesundheitsförderung wird zunehmend als Grundbedingung erfolgreicher Lehr- und Lernbedingungen in Bildungseinrichtungen verstanden.

---

Studierende werden daher für den Zusammenhang von Bildung und Gesundheit sensibilisiert und setzen sich differenziert mit Gemeinsamkeiten und Unterschieden verschiedener Bildungseinrichtungen wie Kindergarten, Schule und Hochschule auseinander.

Studierende

- ▶ kennen theoretische und empirische Grundlagen zum Themenkomplex Arbeit und Gesundheit.
- ▶ verstehen den Zusammenhang von Belastungen, Beanspruchungen und Beanspruchungsfolgen, können diese reflektieren und lösungsorientierte Herangehensweisen entwickeln.
- ▶ entwickeln Verständnis für die zunehmende Relevanz psychosozialer Belastungen (z. B. Gratifikationskrisen und Job Strain).
- ▶ reflektieren den Stellenwert der betrieblichen Gesundheitsförderung neben Arbeitsschutz, Ergonomie und Qualitätsentwicklung in der Arbeitswelt.
- ▶ verstehen und reflektieren Strukturen und Prozesse im betrieblichen Gesundheitsmanagement und der betrieblichen Gesundheitsförderung.
- ▶ entwickeln Verständnis, Profil und Kompetenz der professionellen Rolle der Gesundheitsförderung im betrieblichen Kontext.
- ▶ können den Public Health Action Cycle auf spezifische Kontexte anwenden.
- ▶ können spezifische Kontexte und relevante Belastungsfaktoren erfassen und berücksichtigen.
- ▶ kennen die Schnittstellen zwischen verschiedenen Akteuren und Praxisfeldern.
- ▶ können Interventionskonzepte auf der Ebene verschiedener Organisationen entwickeln, umsetzen und evaluieren.

---

Inhalte

- ▶ Theoretische und empirische Grundlagen zum Themenkomplex Arbeit und Gesundheit
- ▶ Theoretische Grundlagen berufsbezogener Gesundheitsförderung
- ▶ Evaluation und Qualitätskriterien in der Betrieblichen Gesundheitsförderung
- ▶ Berufsbezogene Belastungsfaktoren, Beanspruchung, Folgen
- ▶ Stress und Stressbewältigung im beruflichen Kontext
- ▶ Psychosoziale Belastungen, Gratifikationskrisen, Job Strain
- ▶ Führung und Gesundheit
- ▶ Ergonomie
- ▶ Verhaltens- und Verhältnisprävention
- ▶ Organisationspsychologische und organisationssoziologische Grundlagen
- ▶ Das Haus der Arbeitsfähigkeit
- ▶ Work-Life-Balance
- ▶ Psychische Belastung und Burnout
- ▶ Arbeitslosigkeit und Gesundheit
- ▶ Durchführung des betrieblichen Gesundheitsmanagements
- ▶ Kreislauf aus IST-Analyse, Planung, Intervention und Evaluation

- ▶ Instrumente und Methoden der IST-Analyse (Gesundheitszirkel, Impulstest, Work-Ability-Index)
- ▶ Arbeitsschutz und -medizin
- ▶ Absentismus – Präsentismus
- ▶ Betriebliches Eingliederungsmanagement
- ▶ Demographischer Wandel und betriebliches Altersmanagement
- ▶ Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Lehr-/Lernformen	ARGE1-V-3	Arbeit und Gesundheit	<b>Vorlesung</b>	30h+30h	2 LP
	ARGE2-S-4	Betriebliches Gesundheitsmanagement	<b>Seminar</b>	30h+60h	3 LP
	ARGE3-S-4	Spezifische Anwendungsfelder (AF) I	<b>Seminar</b>	30h+60h	3 LP
	ARGE4-Ü-4	Spezifische Anwendungsfelder (AF) II	<b>Übung</b>	30h+30h	2 LP
		<b>Inhalte</b>			
		<b>AF I</b>	Bildungseinrichtungen (KITA, Schule, Hochschule)		
		<b>AF II</b>	Unternehmen, Öffentliche Einrichtungen, Einrichtungen des Gesundheitswesens		

Voraussetzungen	—
Voraussetzung für	—
Studienleistung	—
Prüfungsform	<b>Hausarbeit</b>
Benotung	<b>Note (1-5)</b>
	<b>Anteil an der Gesamtnote: 11/131 (ca. 8%)</b>

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
6	9	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
90 h	180 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
270 h			●	●	●

### Ziele/ Kompetenzen

Innerhalb der Gesundheitsförderung spielt die Kommune eine zunehmend wichtige Rolle. Dabei ist das kommunale Setting einerseits ein eigener Handlungsraum für Gesundheitsförderung als auch eine übergeordnete Instanz z. B. in der Trägerschaft von Bildungseinrichtungen etc.

Angesichts des demographischen Wandels kommen auf die Kommunen dabei zunehmend neue Herausforderungen zu, die neben einer veränderten medizinischen Versorgung auch die Stärkung von Prävention und Gesundheitsförderung voraussetzen.

Innerhalb des Moduls werden die Studierenden für dieses Setting sensibilisiert und mit entsprechenden allgemeinen und spezifischen Methoden und Werkzeugen vertraut gemacht, die für ein Gelingen der Gesundheitsförderung auf kommunaler Ebene wesentlich sind. Sie beschäftigen sich mit dem öffentlichen Gesundheitsdienst und setzen sich vertieft mit dessen Selbstverständnis, Aufgaben und Strukturen auf nationaler, regionaler und lokaler Ebene auseinander. Dabei lernen sie die Relevanz der Gesundheitsberichterstattung kennen und können die Inhalte in den kommunalen und gesellschaftlichen Kontext einordnen. Darüber hinaus erlernen sie partizipative Methoden der Bürgerbeteiligung und können diese auf ausgewählte Fragestellungen anwenden. Studierende

- ▶ kennen Strukturen, Prozesse und Akteure des kommunalen Settings.
- ▶ entwickeln Verständnis für die Aufgaben und Rollen des öffentlichen Gesundheitsdienstes.
- ▶ lernen Reflexion und Anwendung von Methoden und Werkzeugen.
- ▶ verstehen Methoden und Inhalte der Gesundheitsberichterstattung.
- ▶ können aktuelle Herausforderungen des öffentlichen Gesundheitsdienstes einordnen und können Merkmale seiner Arbeitsweise benennen.
- ▶ können die Bedeutung der Gesundheitsberichterstattung für die Gesundheitsplanung und Gesundheitspolitik einordnen.
- ▶ sind in der Lage, Ergebnisse der Gesundheitsberichterstattung zu analysieren und zu interpretieren sowie diese für die Strategieentwicklung auf unterschiedlichen Ebenen (kommunal, regional, national) zu nutzen.

- ▶ sind in der Lage für ausgewählte Beispiele eine eigene Strategie der Gesundheitsberichterstattung zu entwerfen und erforderliche Daten, Methoden der Erhebung und relevante Akteure zu identifizieren.
- ▶ kennen die Funktion und Arbeitsweise kommunaler Gesundheitskonferenzen und können eine kommunale Gesundheitskonferenz planen.
- ▶ sind mit unterschiedlichen Methoden der Partizipation und Bürgerbeteiligung vertraut und können diese kontextspezifisch anwenden.

Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Aufgaben, Akteure und Prozesse innerhalb des öffentlichen Gesundheitsdienstes</li> <li>▶ Methoden und Werkzeuge der kommunalen Gesundheitsförderung</li> <li>▶ Kommunale Netzwerke und Kommunale Gesundheitskonferenzen</li> <li>▶ Geschichte, Aufgaben und Strukturen des öffentlichen Gesundheitsdienstes</li> <li>▶ Programme und Projekte der Gesundheitsförderung im Rahmen des öffentlichen Gesundheitsdienstes</li> <li>▶ Soziale Arbeit im öffentlichen Gesundheitsdienst (z. B. Prozessentwicklung und -begleitung, Netzwerkarbeit, Empowermentstrategien, Förderung von Selbsthilfe und Beratung)</li> <li>▶ Methoden, Strukturen, Akteure und Inhalte der Gesundheitsberichterstattung</li> <li>▶ Herausforderungen des Schnittstellenmanagements, Datenschutz</li> <li>▶ Regionaler Gesundheitsatlas</li> <li>▶ Bürgerbeteiligung und Partizipation</li> <li>▶ Methoden partizipativer Gesundheitsberichterstattung (Bürgerkonferenzen, Stakeholder-Dialoge)</li> </ul>
---------	--

Lehr-/Lernformen	KOGE1-S-6	Der öffentliche Gesundheitsdienst	Seminar	30h+60h	3 LP
	KOGE2-S-6	Gesundheitsberichterstattung	Seminar	30h+60h	3 LP
	KOGE3-S-6	Strukturen und Werkzeuge	Seminar	30h+60h	3 LP

Voraussetzungen	—
Voraussetzung für	—
Studienleistung	—
Prüfungsform	Mündliche Prüfung (30 Minuten), Gruppenprüfung/ Diskussion
Benotung	Note (1-5) Anteil an der Gesamtnote: 9/131 (ca. 7%)



Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
6	6	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
60 h	120 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
180 h			●	●	●

Ziele/  
Kompetenzen

Die Entwicklungspsychologie der Lebensspanne behandelt psychosoziale Veränderungsprozesse über den gesamten Lebenslauf. Sie bietet sich als theoretischer Rahmen an, um gesundheitspsychologische Fragen stärker in einen zeitlichen, altersbezogenen, aber auch geschlechtsspezifischen Zusammenhang zu stellen. Das Erleben von Gesundheit (und Krankheit) ist lebenslänglichen, systematischen Veränderungen unterworfen. Menschen unterscheiden sich in ihrer gesundheitlichen Situation sowie darin, welche gesundheitlichen Risiken und Ressourcen sie aufweisen (differentielle Perspektive). Gesundheitsbezogene Ereignisse und Erfahrungen wirken sich auf das Erleben und Erfahren von zukünftigen Gesundheitsereignissen aus. Es gibt gesundheitsbezogene Ereignisse, die vorwiegend in bestimmten Phasen im Lebenslauf/bei bestimmten Altersgruppen auftreten. Es lassen sich Entwicklungsphasen unterscheiden, mit denen mehr oder weniger typische (auch normative) gesundheitliche Ereignisse und Entwicklungsaufgaben verbunden sind, welche von den meisten Menschen in diesen Phasen erlebt werden: Kindheit, Jugend, Erwachsenenalter (frühes und mittleres) und Alter (spätes Erwachsenenalter/junge und alte Alte). Auch das Geschlecht ist ein Merkmal, das in Bezug auf die Gesundheit deutlich differenziert.

In der **Kindheit** werden gesundheitsrelevante Einstellungen in Familie und Bildungseinrichtungen erworben und entsprechende Verhaltensweisen eingeübt. Im Kindesalter nimmt positives Gesundheitsverhalten zu. Im **Jugendalter** werden viele gesundheitsrelevante Verhaltensweisen (wie z. B. Rauchen, Alkoholkonsum) etabliert und stabilisiert, während positives Gesundheitsverhalten eher abnimmt. Durch den wachsenden Autonomieanspruch Jugendlicher schwinden Einflussmöglichkeiten von Familie und Schule, während die Einflüsse Gleichaltriger zunehmen. Zu Beginn des **Erwachsenenalters** nimmt das Gesundheitsverhalten ebenfalls eher ab, weil jüngere Erwachsene sich oft als „unverwundbar“ für Krankheiten wahrnehmen. Im mittleren Erwachsenenalter nimmt das Gesundheitsverhalten wieder zu, weil sich Personen dieser Altersgruppe als anfälliger für Krankheiten erleben und daher mehr in die Aufrechterhaltung ihrer Gesundheit investieren, andererseits aber auch weniger körperlich aktiv sind. Die deutlich verlängerte Lebenserwartung hat dazu geführt, dass der Anteil der **Alten** in der Gesellschaft stark wächst und diese Lebensphase mit ihren Gesundheitskonzepten und gesundheitlichen Interessen große Beachtung erfährt.

Grundprinzip des Gesundheitsverhaltens ist nun „Use it or loose it“. Wer auch im späteren Erwachsenenalter für körperliche Bewegung, gesunde Ernährung und geistige Aktivität sorgt, wird mit hoher Wahrscheinlichkeit gesünder und zufriedener bleiben.

- ▶ Kenntnis und Verständnis typischer Entwicklungsmerkmale und -muster in einzelnen Lebensphasen
- ▶ Kenntnis und Verständnis von Entwicklung und Veränderung von Gesundheitsverhalten über die Lebensspanne
- ▶ Kenntnis und Verständnis von Gesundheitsressourcen und -risiken über die Lebensspanne
- ▶ Erkennen, beschreiben und erklären von gesundheitsrelevanten Unterschieden im Zusammenhang mit Alter und Geschlecht
- ▶ Anwendung gesundheitsrelevanter Fragen auf Lebensalter und spezifische Lebensphasen
- ▶ Einbezug spezifischer Merkmale und Besonderheiten von Lebensphasen/Lebensalter/Geschlecht bei der Planung von gesundheitsförderlichen Projekten und Maßnahmen

Inhalte

- ▶ Definition von Entwicklung, Gegenstand und Aufgaben
- ▶ Zeitstrecken, Alter, Entwicklungsstand
- ▶ Entwicklungsaufgaben und Architektur des Lebenslaufs
- ▶ Entwicklungsziele und Entwicklungsregulation
- ▶ Entwicklung im Kindesalter
- ▶ Entwicklung im Jugendalter
- ▶ Entwicklung im Erwachsenenalter (Sonderstellung Alter)
- ▶ Gesundheitsverhalten über die Lebensspanne
- ▶ Gesundheitliche Risiken und Ressourcen im Lebenslauf
- ▶ Körperliche Aktivität und Ernährung über die Lebensspanne

Lehr-/Lernformen

GELE1-V/Ü-6	Gesundheitsförderung über die Lebensspanne (LS) I	Vorlesung/ Übung	30h+60h	3 LP
GELE2-V/Ü-6	Gesundheitsförderung über die Lebensspanne (LS) II	Vorlesung/ Übung	30h+60h	3 LP

Inhalte	
LS I	Kindheit, Jugendalter, Erwachsenenalter (frühes und mittleres)
LS II	Alter (hohes Erwachsenenalter – junge/alte Alte)

Voraussetzungen

—

Voraussetzung für

—

Studienleistung

—

Prüfungsform

Klausur (90 Minuten)

Benotung

Note (1-5)  
Anteil an der Gesamtnote : 6/131 (ca. 5%)

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2/3/4	18 (3/2/7/6)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
150 h	390 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
540 h			●	●	●

Ziele/  
Kompetenzen

Im Rahmen des Moduls beschäftigen sich Studierende mit der Bandbreite der unterschiedlichen Berufsfelder der Gesundheitsförderung und lernen diese in den politischen Kontext einzuordnen. Darüber hinaus erlernen sie das methodische Handwerkszeug um Projekte der Gesundheitsförderung planen, umsetzen und evaluieren zu können.

### Sozial- und Gesundheitspolitik

Die Studierenden verfügen über grundlegende Kenntnisse der wesentlichen Zusammenhänge, Strukturen und Entwicklungen in der Sozial- und Gesundheitspolitik. Studierende

- ▶ kennen zentrale Strukturen und Akteure der sozialen Sicherungssysteme sowie die grundlegenden Organisations- und Finanzierungsformen in Deutschland
- ▶ können am Beispiel der Gesundheitspolitik die Reformnotwendigkeiten der Sozialpolitik in historischer und aktueller Perspektive erläutern, unterschiedliche sozialpolitische Positionen darlegen und Reformansätze bewerten
- ▶ können die Gesundheitsökonomie im Spannungsfeld von Staat und Markt, Effizienz und sozialer Gerechtigkeit analysieren und bewerten
- ▶ kennen WHO-Strategien und -Gesundheitsziele im europäischen und globalen Kontext (Primary Health Care/Health Promotion)
- ▶ können sich in aktuellen gesundheitspolitischen Diskussionen positionieren sowie ihre Position fachlich begründen und reflektieren

### Berufsfelder der Gesundheitsförderung

Studierenden wird ein Einblick in die Vielfalt der Arbeitsplätze und Tätigkeiten von Gesundheitsförderern/-innen gegeben, damit sie frühzeitig mit Themen und Akteuren/-innen des späteren Berufsfeldes vertraut werden.

### Projektmanagement

Die Studierenden kennen das Grundinstrumentarium der Planung, Durchführung, Überwachung und Evaluierung von Projekten. Sie verfügen über die zum Management eines Projekts der Gesundheitsförderung erforderlichen Methodenkenntnisse und sind in der Lage, einzelne Projektmanagementschritte durchzuführen und dabei Qualitätsstandards zu beachten. Studierende

- 
- ▶ kennen Grundbegriffe und Instrumente des operativen Projektmanagements.
  - ▶ kennen die Struktur der Verantwortlichkeiten und Rollen bei der Projektgestaltung.
  - ▶ sind in der Lage beispielhaft einzelne Projektplanungsschritte durchzuführen.
  - ▶ können ein Vorhaben systematisch planen, durchführen und darstellen.
  - ▶ arbeiten erfolgreich im Team und zielorientiert.
  - ▶ kennen Anforderungen an die Prozessbegleitung (Monitoring) und die Evaluierung eines Projekts.
  - ▶ kennen Qualitätskriterien für die Durchführung und Evaluierung von Projekten und können sie beispielhaft anwenden.
  - ▶ kennen einschlägige Evaluationsmodelle und können sie auf Projekte der Gesundheitsförderung anwenden.

---

Inhalte

### **Sozial- und Gesundheitspolitik**

- ▶ soziale Sicherung aus historischer und aktueller Perspektive
- ▶ strukturelle Rahmenbedingungen der sozialen Sicherungssysteme
- ▶ zentrale Herausforderungen und Bewältigungsstrategien der Gesundheitspolitik in Deutschland
- ▶ die ökonomische Dimension der Gesundheitspolitik
- ▶ Präventionspolitik: Grundkonzepte, ausgewählte Handlungsfelder, rechtliche Grundlagen
- ▶ nationale und internationale Strukturen der Gesundheitspolitik (EU-Ebene, WHO)

### **Berufsfelder der Gesundheitsförderung**

- ▶ Ausgewählte Praxisakteure stellen ihre Strategien und Berufsfelder vor
- ▶ Ein mögliches Berufsfeld wird methodisch gestützt erkundet

### **Projektmanagement**

- ▶ Problemanalyse, Zielhierarchie, Stakeholderanalyse, Risikoanalyse
- ▶ Projektstrukturplan
- ▶ Termin- und Einsatzmittelplanung
- ▶ Projektfortschrittmessung
- ▶ Arten von Projekten der Gesundheitsförderung und ihre Managementvoraussetzungen
- ▶ Arten von Organisationen und ihre Managementvoraussetzungen bei der Durchführung von Projekten im Bereich der Gesundheitsförderung
- ▶ Qualitätskriterien im Projektmanagement
- ▶ beispielhafte Planung einer eigenen Projektidee ("Transferprojekt") in Gruppenarbeit nach den Regeln eines qualitätsgesicherten Projektmanagements
- ▶ Anwendung unterstützender Softwaretools

Lehr-/Lernformen	GEHA1-S-1	Entwicklungen in der Sozial- und Gesundheitspolitik	Seminar	30h+60h	3 LP
	GEHA2-V-2	Berufsfelder der Gesundheitsförderung (Ringvorlesung)	Vorlesung	30h+30h	2 LP
	GEHA3-S-3	Berufsfelderkundung – praktische Planung, Durchführung und Auswertung	Seminar	30h+90h	4 LP
	GEHA4-V/Ü-3	Projektmanagement	Vorlesung/ Übung	30h+60h	3 LP
	GEHA5-Ü-4	Planung eines Transferprojektes	Übung	30h+150h	6 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	—				
Prüfungsform	Hausarbeit (Transferprojekt)				
Benotung	Note (1-5)				
	Anteil an der Gesamtnote: 18/131 (ca. 14%)				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
6	6	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
75 h	105 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
180 h			●	●	●

Ziele/  
Kompetenzen

Im Rahmen des Moduls setzen sich Studierende mit den Rahmenbedingungen ihrer späteren beruflichen Praxis auseinander. Dabei beschäftigen sie sich mit ihrer eigenen Rolle sowie ihrer Positionierung innerhalb der allgemeinen und spezifischen Kontextfaktoren des sie umgebenden Systems.

### Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Studierende

- ▶ sind in der Lage, eine Kommunikationsstrategie zu gegebenen Zielen der Gesundheitsförderung zu skizzieren.
- ▶ kennen die deutsche Medienlandschaft in ihren Grundzügen.
- ▶ können Zielgruppen und Stakeholder der Öffentlichkeitsarbeit identifizieren.
- ▶ kennen Instrumente der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.
- ▶ können typische Anliegen der Gesundheitsförderung zielgruppengerecht für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit aufbereiten.
- ▶ kennen Besonderheiten der organisationsinternen Öffentlichkeitsarbeit.
- ▶ können den Nutzen zielgerichteter Presse- und Öffentlichkeitsarbeit aufzeigen.

### Recht und Betriebswirtschaft

Die Studierenden kennen betriebswirtschaftliche und rechtliche Grundlagen der beruflichen Praxis auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung. Sie kennen wesentliche Strategien für den Berufseinstieg in abhängige Beschäftigungsverhältnisse und in die berufliche Selbstständigkeit. Studierende

- ▶ entwickeln unternehmerisches Denken.
- ▶ erwerben Verhandlungssicherheit bei Vertragsschlüssen.
- ▶ entwickeln einen sicheren Umgang mit Behörden.
- ▶ erlangen Sicherheit in der Anfertigung von berufsbezogenem Schriftverkehr.
- ▶ lernen den Umgang und die Einhaltung von Fristen.
- ▶ kennen die eigenen rechtlichen Grenzen.

---

## Sozialmarketing und Fundraising

Studierende

- ▶ können gemeinnützige Organisationen in ihrem Umfeld analysieren um Zielbildungen und strategische Ausrichtungen für die Positionierung zu erarbeiten.
- ▶ erlangen einen Überblick über den Fundraising-Markt, Methoden und Instrumente.
- ▶ können spezifische Zielgruppen, gesellschaftliche Milieus und Lebensstile identifizieren um diese für das kommunikative Handeln einer Organisation gestaltbar zu machen.
- ▶ können Maßnahmen und Kampagnen planen, umsetzen und evaluieren, die auf unterschiedliche Zielgruppen zugeschnitten sind.
- ▶ können eine Organisation aus der Perspektive des Marktes beschreiben.

---

Inhalte

### Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

- ▶ Journalismus und Medienlandschaft in Deutschland
- ▶ Das Konzept der Medien-Frames
- ▶ PR-Texte, Storyline und wesentliche journalistische Stilmittel
- ▶ Stakeholder-Analyse und –Management
- ▶ Grundlagen der Mitarbeiterkommunikation
- ▶ Dynamik, Chancen und Risiken von Kampagnen im Gesundheitswesen
- ▶ Nicht-intendierte Effekte in der Gesundheitskommunikation
- ▶ Grundlagen der Evaluation in der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
- ▶ Strategische Kommunikationsplanung

### Recht und Betriebswirtschaft

- ▶ Aspekte der Existenzgründung
- ▶ Rechtliche Rahmenbedingungen im Gesundheitswesen
- ▶ Verhältnisprävention
- ▶ Sozialrecht, Zivilrecht
- ▶ Berufsrecht der Gesundheitsberufe
- ▶ Arzneimittel- und Lebensmittelrecht

### Sozialmarketing und Fundraising

- ▶ Positionierung und Marktforschung
- ▶ Analysen
- ▶ Zielbildung und Strategieentwicklung
- ▶ Zielgruppen und Kommunikationsziele
- ▶ Maßnahmenplanung und Umsetzung
- ▶ Evaluation, Wirkung und Controlling

---

Lehr-/Lernformen	RABEP1-S-6	Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	Seminar	15h+15h	1 LP
	RABEP2-S-6	Grundlagen des Sozialmarketings und Fundraising	Seminar	15h+15h	1 LP
	RABEP3-S-6	Rechtliche und betriebswirtschaftliche Grundlagen	Seminar	45h+75h	4 LP

---

Voraussetzungen	—
Voraussetzung für	—
Studienleistung	—
Prüfungsform	Klausur (120 Minuten)
Benotung	Note (1-5)
	Anteil an der Gesamtnote: 6/131 (ca. 5%)

---



Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
5	27	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
720 h	90 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
810 h			●	●	●

### Ziele/ Kompetenzen

Die Studierenden wenden ihre bisherigen Kompetenzen und Kenntnisse im Rahmen eines 90-tägigen Vollzeitpraktikums an. Ziel ist die Einarbeitung in ein mögliches späteres Berufsfeld sowie eine spezifische Vertiefung der fachlichen und fachübergreifenden Kompetenzen. Die Praxisstelle garantiert dabei, dass die Studierenden von einer erfahrenen Fachkraft begleitet, angeleitet und betreut werden. Begleitet wird das Praktikum im Rahmen der Supervision (QUER5). Die Studierenden verfassen einen Praktikumsbericht, der einen Teil des Professionalisierungsportfolios (PL → QUER) darstellt. Studierende

- ▶ sind in der Lage, die Studieninhalte bezogen auf die Praktikumsbedingungen sinnvoll in ein Projekt der Gesundheitsförderung zu integrieren.
- ▶ können zentrale Aspekte der Gesundheitsförderung mit den unterschiedlichen Akteuren des Praktikumsplatzes analysieren und darauf bezogene Handlungsschritte planen und umsetzen.
- ▶ sind in der Lage (unter fachlicher Anleitung), Interventionsmaßnahmen zu begründen, zielgerichtet zu planen, umzusetzen und zu evaluieren.
- ▶ können Strukturen des Arbeitsplatzes und die damit verbundenen Herausforderungen analysieren und adäquate Interventionsmöglichkeiten reflektieren.
- ▶ sind in der Lage in unterschiedlichen sozialen Strukturen zu agieren und zu kommunizieren.
- ▶ sind in der Lage Erfahrungen mit eigenen Stärken und Schwächen zu analysieren und Folgerungen für den weiteren Lernprozess zu reflektieren (→ Fähigkeit zur Selbstreflexion).
- ▶ reflektieren ihre praktischen Tätigkeiten im Rahmen der Supervision (QUER5).
- ▶ können initiativ, eigenständig und im Team arbeiten.
- ▶ geben sich gegenseitig kollegiales Feedback.
- ▶ festigen ihr bereits vorhandenes Wissen und erwerben berufsorientierte und -spezifische Kompetenzen.
- ▶ entwickeln ihre eigene Professionalität.
- ▶ setzen sich mit ihrer beruflichen Identität auseinander.

### Inhalte

- ▶ Vollzeitpraktikum (angeleitete praktische Tätigkeit im Berufsfeld Gesundheitsförderung)
- ▶ Selbstreflexion

Lehr-/Lernformen	PRAX1-PS-5	Praxissemester	Praktikum	720h+90h	27 LP
Voraussetzungen	—				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	Erstellung und Abgabe von Wochenblättern. <i>Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.</i>				
Prüfungsform	Praktikumsbericht (Teil des PPF)				
Benotung	Bestanden/ nicht bestanden				

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
1/2/3/4/5	8 (2/1/1/2/2)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
90 h	150 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
240 h			●	●	●

Ziele/ Kompetenzen	<p>Das „Quermodul“ ist als eine fach- und disziplinenübergreifende, teilnehmerorientierte und substantiell reflexive Lehrveranstaltung konzipiert, die nicht in einzelnen Modulen aufgehoben ist, sondern quer zu allen Säulen, Fächern und Disziplinen des Studiums liegt. Ihr wesentliches Ziel ist es, die Studierenden immer wieder in reflexive, für sie bedeutsame Lernschleifen zu verwickeln, in denen die verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen und Lehrinhalte kritisch auf den Gegenstand <i>Gesundheitsförderung</i> in Theorie und Praxis betrachtet und reflektiert werden. Damit wird die Entwicklung von übergreifenden Schlüsselkompetenzen verfolgt, wie z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ vernetztes wissenschaftliches bzw. transwissenschaftliches Denken,</li> <li>▶ kritisch-reflexive Wissenskompetenz,</li> <li>▶ Ausbildung einer stimmigen Berufsidentität,</li> <li>▶ systemische Wahrnehmung komplexer Felder</li> </ul>
-----------------------	--

Inhalte	<p>Die konkreten Themen im Quermodul orientieren sich an den jeweiligen Semesterschwerpunkten, an aktuellen gesellschaftspolitischen Tendenzen und insbesondere an den Fragestellungen, die für die Studierenden dabei wichtig und bedeutsam sind oder sein könnten. Es werden also in der Regel keine „neuen“ Inhalte behandelt, sondern die Inhalte aus den semesteraktuellen anderen Modulen aufgegriffen, vertieft und zusammen- bzw. quergedacht- wie z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Konturen des Berufsfeldes</li> <li>▶ Paradoxien und Widersprüchlichkeiten</li> <li>▶ Fallbesprechungen</li> <li>▶ Praktikumsvorbereitung</li> <li>▶ Supervision der Lehr-/Lernprozesse des Praxissemesters</li> <li>▶ Verhältnis von Individuum und Setting im Rahmen der Gesundheitsförderung</li> </ul>
---------	--

Lehr-/Lernformen	QUER1-S-1	Quergedacht	Seminar	15h+45h	2 LP
	QUER2-S-2	Quergedacht	Seminar	15h+15h	1 LP
	QUER3-S-3	Quergedacht	Seminar	15h+15h	1 LP
	QUER4-S-4	Quergedacht	Seminar	15h+45h	2 LP
	QUER5-S-5	Supervision der Lehr- und Lernprozesse im Praxissemester	Seminar	30h+30h	2 LP

---

Voraussetzungen	—
Voraussetzung für	—
Studienleistung	Kontinuierliches Führen des PPF. <i>Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.</i>
Prüfungsform	Professionalisierungsportfolio
Benotung	Bestanden/ nicht bestanden

---

Semester	Leistungspunkte	Angebotsfrequenz			
5/6	10 (1/9)	jährlich			
Präsenz	Selbststudium	Modulverantwortliche/r			
15 h	285 h				
Workload gesamt		Kompetenzfacette	Wissen	Bewertung	Handlung
300 h			●	●	●

**Ziele/  
Kompetenzen**

Die Studierenden zeigen, dass sie ein umschriebenes Thema aus dem Bereich der Gesundheitsförderung/Prävention theoretisch fundiert und bei Bedarf methodisch adäquat planen und bearbeiten können. Sie stellen ihre Planung mittels eines Exposé zur Diskussion und bearbeiten dann das Thema in einem festgelegten Zeitraum von drei Monaten selbständig. Studierende vollziehen Theorieansätze und Argumentationen in Auseinandersetzung mit ihren eigenen Fragestellungen nach, können diese vergleichen und kritisch reflektieren; diskutieren Befunde und leiten forschungs- und praxisrelevante Konsequenzen ab.

Bei Fragestellungen, die eine empirische Vorgehensweise erfordern (den Einsatz qualitativer und/oder quantitativer Methoden) ist eine saubere Deskription der Ausgangssituation (Forschungsstand) des interessierenden Problemfeldes zu erwarten, die Wahl der angewendeten Methode zu begründen und die Ergebnisse im Hinblick auf theoretische Perspektive und Fragestellung(en) diskursiv und kritisch zu interpretieren.

- ▶ Fähigkeit zur wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit einem Thema
- ▶ Kenntnisse über wiss. Textproduktion (analysieren, systematisieren, paraphrasieren, interpretieren); Inhalte sprachlich korrekt darstellen
- ▶ Fähigkeit zur Ableitung und Umsetzung einer Zielsetzung/Fragestellung/Forschungsfrage
- ▶ Vertiefte Auseinandersetzung mit einem fachdisziplinär relevanten Thema
- ▶ Fähigkeit zum vernetzten Denken - Perspektiven miteinander verbinden, vergleichen, unterscheiden
- ▶ Fähigkeit zur Herstellung von Theorie-Praxisbezügen

**Inhalte**

- ▶ Darlegung von für die Arbeit relevanten Formalia
- ▶ Erarbeitung einer umschriebenen Zielsetzung/Fragestellung
- ▶ Erstellen eines Exposé
- ▶ Darstellung und kritische Diskussion einzelner Arbeitsschritte einer wissenschaftlichen Arbeit
- ▶ Begleitung der Planungsphase
- ▶ Individuelle Beratung

Lehr-/Lernformen	BAAB1-S-5	B.A. Arbeit, Anleitung	Seminar	15h+15h	1 LP
	BAAB2	B.A. Arbeit, Durchführung	-	00h+270h	9 LP
Voraussetzungen	WIA und alle relevanten Studieninhalte				
Voraussetzung für	—				
Studienleistung	Anfertigung eines Exposé. <i>Voraussetzung für die Zulassung zur Modulprüfung.</i>				
Prüfungsform	B.A.-Arbeit				
Benotung	Noten (1-5) Anteil an der Gesamtnote: 10/131 (ca. 8%)				