

## **Infoblatt**

### **Ausbildung zur**

### **Diplomierten Gesundheitsberaterin/zum Diplomierten Gesundheitsberater**

Zielgruppe: Personen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich, BerufswiedereinsteigerInnen, Interessierte

Theorie: 136 Stunden; Praxis: 2 Beratungsgespräche (Planung, Durchführung, Dokumentation)

Modul 1: Kommunikation 16 UE

Modul 2: Psychologie & Pädagogik 32 UE

Modul 3: Methoden & Modelle Gesundheit 40 UE

Modul 4: Systemische Beratung 24 UE

Modul 5: Transfer in die Praxis 24 UE

Schwerpunkte in den Modulen 1-5 werden folgende Themen sein:

Gesundheitskognitionen und Gesundheitsverhaltenstheorie

- o Subjektive Krankheitstheorien und Gesundheitsvorstellungen
- o Risikoeinschätzung
- o Intention

Gesundheitsverhalten

- o Sonnenschutzverhalten
- o Sportliche Aktivität als gesundheitsbezogenes Handeln
- o Ernährung
- o Orales Gesundheitsverhalten
- o Konsum von Alkohol und Drogen über die Lebensspanne
- o Tabakkonsum: Erklärungsmodelle und Interventionsansätze
- o Gesundheit und Alter

Stress, Emotionen und Bewältigung

Krankheitsbewältigung

- o Krebs bis Schmerz
- o Chron. Erkrankungen etc.
- o Prävention
- o Lehr- und Lerntheorie
- o spezielle Kommunikationstechniken wie z.B. gewaltfreie Kommunikation, wertfreie Kommunikation
- o Unterstützung und Begleitung bei Verhaltensänderungen

Ein Themenschwerpunkt vollzieht ein offenes Curriculum, das bedeutet, dass je nachdem wie sich die TeilnehmerInnen-Gruppe zusammensetzt, aus welchen Bereichen die TeilnehmerInnen kommen, sich vertiefend mit diesem Klientel auseinandergesetzt wird.

Sind z.B. mehrere Berufsgruppen im Lehrgang, die mit alten Menschen arbeiten, wird das Thema vertiefend mit dem Focus "Alter Mensch" bearbeitet.