

Auf einen Blick

Beratungskompetenz für Bewegungsförderung

Wissenschaftliche Weiterbildung

- Termine** April bis Juni 2025
- Abschluss** **MC – Microcredentials**
(Zertifikat über 5 Credit Points nach ECTS)
- Kosten** **880 EUR** Teilnahmegebühr
inkl. Seminar Getränke
- Lehrtort** Katholische Hochschule Freiburg
Campus II · Charlottenburger Straße 18
79114 Freiburg
- Anmeldung** www.kh-freiburg.de/weiterbildungsangebote



Konzeption und Durchführung

Prof.in Dr. Wiebke Göhner

Weiterbildungsleitung
Professorin für Gesundheitspsychologie
wiebke.goehner@kh-freiburg.de

Dr. Angelika Eisele-Metzger

Physiotherapeutin, Master of Public Health

Daniela Sieber

Psychologin, Kinder- und
Jugendlichenpsychotherapeutin

Organisatorische Fragen

Elisabeth Schätzle

elisabeth.schaetzle@kh-freiburg.de
+49 (0)761 200-1364

Katholische Hochschule Freiburg

für alle – nachhaltig – engagiert



Wir stehen ein für Weltoffenheit, Toleranz und Solidarität.

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unseren Weiterbildungen. Am Institut für Wissenschaftliche Weiterbildung (IWW) der Katholischen Hochschule Freiburg bieten wir vielfältige Weiterbildungsmöglichkeiten für Fach- und Führungskräfte im Sozial- und Gesundheitswesen sowie Pastoral an. Dabei lassen wir die Stärke der Hochschule – die Verzahnung von Theorie und Praxis – in die Weiterbildungsangebote einfließen. Gerne beraten wir Sie persönlich.

Mit unserem Newsletter immer auf dem Laufenden bleiben:

www.kh-freiburg.de/weiterbildung



Campus II

Charlottenburger Straße 18
79114 Freiburg
www.kh-freiburg.de

KATHOLISCHE
HOCHSCHULE FREIBURG

IWW – INSTITUT FÜR
WISSENSCHAFTLICHE
WEITERBILDUNG



© KH 04/2024

WEITERBILDUNG

Beratungskompetenz für Bewegungsförderung

Psychologische Strategien zur
Förderung eines aktiven Lebensstils

KATHOLISCHE
HOCHSCHULE FREIBURG

IWW – INSTITUT FÜR
WISSENSCHAFTLICHE
WEITERBILDUNG





Die Wissenschaftliche Weiterbildung thematisiert die professionelle Beratung zu gesundheitsförderlichem Verhalten, insbesondere in Bezug auf körperliche Aktivität. Dabei werden spezifische psychologische Strategien der Verhaltensänderung angewendet (behavior change techniques).

Die Teilnehmenden erwerben praktische Fähigkeiten, Strategien der Verhaltensänderung an Klient*innen, Patient*innen und Mitarbeitende zu vermitteln und den Prozess der Verhaltensänderung zu unterstützen.

Insbesondere aus der Gesundheitspsychologie stammen Konzepte und Methoden, die die Wahrnehmung und Reflektion von Beratungssituation ermöglichen sowie Ansätze anbieten, die eigenen Ressourcen positiv zu nutzen. So können Verhaltensänderungen hin zu einem positiven Gesundheitsverhalten unterstützt werden.

Inhalte

- » Zielgruppenspezifische motivationale und volitionale Aspekte gesundheitsförderlichen Verhaltens
- » Theorien und Modelle von Gesundheit und Gesundheitsverhalten sowie Vertiefung zentraler Konstrukte der Gesundheitsförderung (u.a. Selbstkonkordanz, Konsequenzerfahrungen)
- » Reflektion des eigenen Rollenverständnisses im Kontext der Kommunikation und Beratung zu gesundheitsförderlicher Verhaltensänderung
- » Theoretisch basierte, praktische Methoden zur individuellen Förderung von Gesundheitsverhalten (sog. Strategien der Verhaltensänderung), insbesondere in Bezug auf körperliche Aktivität

Methodik

- » Blended Learning: Präsenz und eLearning
- » Praktische Übungen
- » auf Nachfrage: Abschlussprüfung mündliche Präsentation

Zielgruppe

- » Insbesondere Physiotherapeut*innen und Bewegungstherapeut*innen
- » Studierende/Auszubildende/Fachkräfte, die den Prozess der Bewegungsförderung bei Klient*innen, Patient*innen, Mitarbeitenden begleiten wollen

Zulassungsvoraussetzungen

- » Interesse für beratende Tätigkeiten im Bereich der körperlichen Aktivität
- » ein erster berufsqualifizierender Hochschulabschluss ist nur erforderlich, wenn ein Zertifikat mit Credit Points nach ECTS erwünscht ist

