

Gesundheitsförder*in sein – „Raum für deine Perspektive(n)“

Projekt von Studierenden und Alumni im Studiengang
Integrative Gesundheitsförderung, Fakultät Soziale Arbeit und Gesundheit

erfahrungsorientiertes Lernen, Lernen durch Lehren

Projektskizze

Die Hochschule Coburg ergriff als Vorreiterin mit einem der ersten Studiengänge für Gesundheitsförderung die Initiative und führte 2005 mit dem Studiengang Integrative Gesundheitsförderung (IGF) eine wissenschaftlich fundierte Ausbildung auf Bachelor- und seit 2015 auf Masterniveau ein. Der Studiengang greift damit ein wachsendes gesellschaftlich relevantes Zukunftsfeld auf und vermittelt den Studierenden aktuelle theoretische Erkenntnisse sowie Kompetenzen aus dem Handlungsfeld Gesundheitsförderung, für welches die Weltgesundheitsorganisation WHO Patin steht. Dabei steht das Konzept der Salutogenese im Mittelpunkt, welches Bedingungen für die Entstehung und Förderung von Gesundheit erforscht und damit der klassischen pathogenetischen Herangehensweise, wie sie etwa in der Medizin üblich ist, eine ergänzende ressourcenorientierte und innovative Perspektive an die Seite stellt. Das Studium beinhaltet Schwerpunkte in den Bereichen a) Arbeit und Gesundheit, b) Tourismus, Freizeit und Gesundheit und c) Kuration, Rehabilitation und Gesundheit. Im Fokus stehen eine praxisnahe, anwendungsorientierte Ausbildung durch Studierendenprojekte mit institutionellen Praxispartnern, Lernen durch Selbsterfahrung, die Förderung von Future Skills wie Introspektion und Resilienz sowie Stressbewältigung.

Trotz steigender Akzeptanz auf dem Arbeitsmarkt, zum Beispiel im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, ist dieses Feld noch vergleichsweise jung, die Berufsfelder dementsprechend divers. Somit stehen Studierende, die beruflich im Feld Fuß fassen möchten, oftmals vor der Herausforderung, sich ein eigenes Professionsverständnis aufzubauen und sich Berufsperspektiven selbstinitiativ zu kreieren. Zudem müssen sich zumeist junge Frauen in einem überwiegend männlichen Umfeld etablieren, was subjektiv als anspruchsvoll empfunden wird.



Experten-Live-Gespräch mit Brigitte Neumann;
Bildrechte: Jacqueline Jaax



Visions-Workshop im Fugenlos

Ziele

Um Studierende bei der Entwicklung von berufsfeldspezifischen Kompetenzen zu fördern, organisierte der eigens gegründete Berufsverband Integrative Gesundheitsförderung über einige Zeit einen Austausch mit Alumni und Workshops. Da sich allerdings die Verbandstrukturen als nachteilig und zu wenig nachhaltig erwiesen, und die Mitglieder nach Alternativen suchten, entwickelte eine kleine Gruppe um Miriam Lange, Bachelor-Studentin der Integrativen Gesundheitsförderung und Christina Röhrich, wissenschaftliche Mitarbeiterin im Studiengang und Absolventin des Bachelor- und Masterstudiengangs Gesundheitsförderung, die Idee für ein innovatives Peer-to-Peer-Projekt. Angetrieben vom Motto „Wir empowern uns selbst“, entwickelten sie die Idee für ein dezidiertes Austausch- und Trainingsformat, um die Studierenden und Absolvent*innen bei der professionellen Rollenfindung, Entwicklung der Persönlichkeit und der Berufsidentität im Feld der Gesundheitsförderung zu unterstützen. Die Teilnahme war für die Studierenden freiwillig.

Herangehensweise

Das Planungsteam, bestehend aus IGF-Absolvent*innen und Studierenden, entwickelte das Konzept selbstinitiativ und mit hohem persönlichem Engagement, von IGF-lern für IGF-ler. Angedacht waren Workshops zur vertieften Auseinandersetzung mit fachrelevanten Themen im semesterübergreifenden Diskurs als auch Reflexion der fachlichen Identität und Entwicklung einer individuellen Berufsperspektive. Dies sollte durch inspirierende Veranstaltungsformate durch externe Referent*innen zu Berufs- und Kompetenzperspektiven ergänzt werden. In der Konzeption und Umsetzung konnte auf persönliche Fach- und Methodenkompetenzen und Erfahrungswerte aus dem Berufsverband zurückgegriffen werden.

Das Vernetzungs- und Trainingsprogramm:

1. moderiertes Live-Gespräch und Austausch zum Thema "Gesundheitsförderung ganz praktisch: was Experte-Sein wirklich heißt" am 15. Mai 2018
Moderation: Christina Röhrich, Tamara Stüllein
Referentin: Brigitte Neumann, Ernährungs- und Gesundheitsförderungsexpertin

Die erfahrene Expertin Brigitte Neumann gab einen spannenden, lebensnahen und ermutigenden Einblick in das Berufsfeld Gesundheitsförderung, entlang ihrer eigenen Berufsbiographie. Dabei fokussierte sie Zusammenhänge zwischen professionellem Rollenverständnis und Empowerment-Prozessen bei Individuen und Gruppen, sowie die Entwicklung einer ethischen Haltung. Im Anschluss an das Gespräch wurden Fragen der Teilnehmenden beantwortet und es gab im Stil eines kleinen World-Cafés die Möglichkeit für Austausch und Diskussion.

2. Open-Space-Veranstaltung zur Reflektion eines normativen Gesundheitsverständnisses am 14. Juni 2018
Moderation: Prof. Dr. Niko Kohls, Christina Röhrich, Tamara Stüllein

Die englischsprachige Veranstaltung fand im Beisein eines internationalen Forschungskonsortiums, Studierenden, Alumni, Hochschulangehörigen anderer Fachbereiche sowie externen Gästen in den Veranstaltungsräumen *Leise am Markt* statt. Nach Einführungsworten von Prof. Dr. Niko Kohls und einem Impulsreferat von Christina Röhrich führte Tamara Stüllein in die Dialogmethode Open-Space ein. Die Gäste diskutierten anregend über verschiedene Gesundheitsbegriffe und deren Implikationen. Einen besonderen Höhepunkt stellte die anschließende musikalische Einbindung aller Teilnehmer dar, die von der Chorleiterin des Landestheaters gestaltet wurde. Auf diese

Weise wurde den intellektuellen Anstrengungen ein gemeinschaftliches leibliches Spüren entgegengesetzt, welches Gesundheit in lockerer Atmosphäre erlebbar macht. Das innovative Format brachte Studierende mit Wissenschaftlern in einem festlichen Rahmen in Kontakt und wurde von allen Seiten als gelungen empfunden.

3. Workshop zu „Achtsamkeit und Kommunikation“ am 30. Juni 2018

Referent: Dr. Eckard Krüger

Dr. Eckard Krüger ist Arzt, Meditationslehrer und langjähriger Dozent für idiolektische Gesprächsführung. In einem ganztägigen Workshop in Seminarräumen des Pfarrzentrums St. Augustin brachte er den Teilnehmenden zunächst das leiblich spürende Wahrnehmen durch verschiedene Formen der Achtsamkeitsmeditation näher. Die Fähigkeit zur achtsamen Wahrnehmung ist nicht nur relevant für Selbstregulationsprozesse und die Förderung von Resilienz, sondern prägt auch eine professionelle gesundheitsförderliche Haltung und wirkt sich fördernd auf Kommunikationsprozesse aus. Letztere standen in der Hälfte des zweiten Workshops durch das Erfahrungslernen der idiolektischen Gesprächsführung im Zentrum, welche durch ihren Fokus auf die Eigensprache einer Person einen direkten Zugang zum subjektiven Erleben und damit zur Perspektive und Lebenswelt eines Menschen ermöglicht und damit ein wertvolles Handwerkszeug für praktische Gesundheitsförderung darstellt.

4. Visions-Workshop zu Motivation & Inspiration, Freiraum & Dialog am 12. Oktober 2018

Moderation: Tamara Stüllein, Christina Röhrich, Jacqueline Jaax

Der ganztägige Workshop fokussierte die Reflexion und den Dialog über die Profession als Gesundheitsförderer*in, spezifische Kompetenzen in einer professionellen Generalisten-Rolle als auch die Reflexion und Rückverbindung der eigenen Motivation für das Berufsfeld.

Mit unterschiedlichen Methoden, Einzel-, Partner- und Gruppenformaten widmete sich der Workshop dem Anliegen, ein klares Bild für die Profession der Gesundheitsförderung zu entwickeln, das Kompetenzprofil zu explorieren und sich eigener Stärken und Spezifika in der beruflichen Rolle bewusst zu werden. Neben dieser kollektiven Perspektive bestand ein weiterer Teil des Workshops in der Exploration des eigenen beruflichen Weges und der individuellen Verortung im Berufsfeld Gesundheitsförderung.

Zum Abschluss ermöglichte der Dialogprozess nach Bohm eine gemeinschaftliche Reflexion und ein Hineinspüren zu den ganz kleinen wie großen Fragen, die für Gesund-



Die Visualisierung der eigenen Heldenreise als Methode
Bildrechte: Tamara Stüllein

heitsförder*innen relevant sind, eine Reflektion der eigenen wie gemeinsamen Perspektiven und Erkenntnisse als auch eine tiefere (Rück-)Verbindung zu den eigenen Motiven und Visionen, zur Profession als auch zu all den Menschen, mit denen man diese Unternehmung teilt.

Ergebnis

Die Veranstaltungsreihe erreichte insgesamt ca. 50 Studierende aus verschiedenen Semestern sowie zahlreiche Alumni der Coburger Gesundheitsförderungs-Studiengänge (B.Sc. und M.Sc.). Eine Evaluation des letzten Workshop-Angebots sowie zahlreiches mündliches Feedback zeichneten ein sehr positives Bild. Die Studierenden gaben an, dass es gelungen sei, mithilfe des Formats eigene Kompetenzen bewusst zu machen, sie wertvolle inhaltliche Anregungen erhalten haben und sich ermutigt fühlen, ihr eigenes zukünftiges Wirkungsfeld zu erschließen.

Das Angebot stärkte nach Ansicht der Teilnehmer*innen auch das Gemeinschaftsgefühl der IGF-ler. Zudem gaben einige Teilnehmer an, dass sie sich ihres Blinden Flecks bewusst wurden und sie wertvolle Entwicklungsimpulse für sich mitnehmen konnten. Gerade der Peer-to-Peer-Ansatz wurde als sehr authentisch, kompetent und unterstützend erlebt.

Das Format ist daher sehr geeignet für eine Fortführung bzw. strukturell begleitende Integration im Studiengang. Das didaktische Setting ist zudem geeignet für einen Transfer auf andere Disziplinen, insbesondere in Studiengängen mit jungen, sich entwickelnden Berufsfeldern.

Kontakt

Christina Röhrich M.Sc. (Projektkoordination)
Telefon: +49 (0)9561-317-495
Email: christina.roehrich@hs-coburg.de

für die Projektgruppe:

Miriam Lange, Tamara Stüllein, Jaqueline Jaax,
Marina Kuspaev, Jennifer Basel



Stimmen der Studierenden

Tolle Methoden! - endlich der fehlende "Tiefgang" -
gute Denkanstöße, viel Inspiration - DANKE,
GERNE WIEDER / REGELMÄSSIG

Ein hervorragender Workshop in allen Facetten! Die Leistung der drei Moderatoren Christina, Jacky und Tamara war beeindruckend- in durchweg positiver und gleichzeitig nachdenklicher, bzw. sorgfältig reflektierender Haltung haben sie kompetent mit bestens geeigneten Methoden und viel Abwechslung durch den Tag geführt. Die zentrale Fragestellung sowie die Unterthemen des Workshops waren äußerst relevant für jeden IGF Studenten. Dieser Workshop mit diesen Moderatoren, Methoden und in diesem Rahmen sollte ein festes Angebot im IGF-Studium sein.