



*Certificate of Advanced Studies (CAS)*  
**„Angewandte  
Gesundheitsförderung“**

## MODULHANDBUCH

Modul I:

**Gesundheitspsychologie und Beratung**

Modul II:

**Betriebliche Gesundheitsförderung**

## Inhalt

<b>1 Das Zertifikatsstudium .....</b>	<b>2</b>
1.1 Qualifikationsziele und angestrebte Kompetenzen.....	2
1.2 Teilnahmevoraussetzungen .....	3
<b>2 Struktur und Organisation des CAS .....</b>	<b>3</b>
2.1 Verantwortliche .....	3
2.1.1 Modulverantwortliche.....	3
2.1.2 Dozierende .....	3
2.1.3 Anmeldung, Beratung, Koordination.....	4
2.2 Lehrformen .....	4
2.2.1 Betreutes Selbststudium .....	4
2.2.2 Lernplattform und virtuelles Klassenzimmer .....	4
2.2.3 Präsenzstudium .....	4
2.3 Umfang und Prüfungen .....	4
2.3.1 Umfang .....	4
2.3.2 Studienleistung.....	5
2.3.3 Prüfungsleistung.....	5
2.3.4 Notengebung.....	5
2.4 Abschluss und Kreditpunkte.....	5
<b>3 Modulbeschreibung.....</b>	<b>6</b>
3.1 Modul 1 „Gesundheitspsychologie und Beratung“ .....	6
3.2 Modul 2 „Betriebliche Gesundheitsförderung: Theorie und Praxis“ .....	7
<b>4 Vorteile für die Berufspraxis .....</b>	<b>9</b>

## 1 Das Zertifikatsstudium

Das berufsbegleitende Zertifikatsstudium „Angewandte Gesundheitsförderung“ bietet Berufstätigen aus den Arbeitsfeldern der Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation<sup>1</sup> die Möglichkeit einer wissenschaftlichen Vertiefung bzw. Erweiterung ihrer beruflichen Kompetenzen im Bereich Gesundheitspsychologie und Gesundheitsförderung und hierbei insbesondere die Betriebliche Gesundheitsförderung und das Betriebliche Gesundheitsmanagement.

Das Zertifikatsstudium erstreckt sich über eine Dauer von 2 Semestern mit Präsenz- und Onlinephasen und beinhaltet 2 Weiterbildungsmodule (siehe Modulbeschreibung). Beide Module können auch einzeln belegt werden. Der Certificate of Advanced Studies (CAS) mit insgesamt 15 Credit Points (CP) nach dem European Credit Transfer System (ECTS) wird jedoch nur für beide Module vergeben. 1 CP entspricht in etwa einem Lernaufwand (workload) von 25h.

Dies entspricht insgesamt einem Lernaufwand von etwa 375 Stunden verteilt auf zwei Semester. Mit erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmenden ein Certificate of Advanced Studies (CAS) „Angewandte Gesundheitsförderung“. Das CAS gilt als erfolgreich abgeschlossen, wenn in beiden Modulen Studien- und Prüfungsleistungen bestanden wurden. Die Kosten belaufen sich auf 2.650,00 €.

### CAS „Angewandte Gesundheitsförderung“ (15 ECTS-Punkte)

	ECTS	Semester	Beginn	Prüfungsleistung
<b>Modul I</b> „Gesundheitspsychologie und Beratung“	7	1	i.d.R. zum WS	studienbegleitende Leistungen, Hausarbeit
<b>Modul II</b> „Betriebliche Gesundheitsförderung in Theorie und Praxis“	8	2	i.d.R. zum SS	Ausarbeitung einer Fallstudie Klausur
<b>Kosten</b>	2.650,00 €			

### 1.1 Qualifikationsziele und angestrebte Kompetenzen

Das Zertifikatsstudium soll Studierende dazu befähigen, wesentliche Themen im Bereich der Gesundheitspsychologie, der Betrieblichen Gesundheitsförderung und des Betrieblichen Gesundheitsmanagements zu bearbeiten und zu vertiefen. Dabei spielt auch die Qualitätsentwicklung eine wichtige Rolle. Qualitätsentwicklung umfasst hierbei insbesondere die Orientierung an gesundheitspsychologischen Modellen sowie eine systematische, zielgruppenspezifische Bedarfsermittlung, Strategieentwicklung und Evaluation von gesundheitsfördernden und präventiven Maßnahmen unter Anwendung wissenschaftlicher Methoden.

<sup>1</sup> zum Beispiel aus den Arbeitsfeldern Physiotherapie, Sportwissenschaft, Ernährungswissenschaft, Medizin, Gesundheitsmanagement, Gesundheitsfachberufe

Die Teilnehmenden sind nach Abschluss des CAS „Angewandte Gesundheitsförderung in der Lage:

- Präventions- und Gesundheitsförderungsthemen fachübergreifend zu analysieren sowie Problembe-  
reiche, Zielgruppen und Interventionsziele zu bestimmen und zu bearbeiten
- Relevante Anwendungsfelder der Gesundheitspsychologie zu erkennen und psychische Störungen dif-  
ferenziert zu reflektieren sowie konkrete psychologische Maßnahmen zur Förderung der biopsychoso-  
zialen Gesundheit zu konzipieren und umzusetzen
- Das Vorgehen bei der Etablierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements zu planen
- Individuelle Maßnahmen innerhalb der Betrieblichen Gesundheitsförderung zu entwerfen, umzuset-  
zen und zu evaluieren

## 1.2 Teilnahmevoraussetzungen

Für die Teilnahme am Zertifikatsstudium „Angewandte Gesundheitspsychologie“ wird ein abgeschlosse-  
nes Hochschulstudium oder eine abgeschlossene Berufsausbildung sowie mindestens jeweils ein Jahr  
Berufserfahrung vorausgesetzt.

## 2 Struktur und Organisation des CAS

Zu Studienbeginn erhalten alle Teilnehmenden einen Account mit persönlichem Login und Passwort zur  
onlinebasierten Lernplattform. Hier werden alle relevanten Materialien, Übungen und Lernschritte von  
den verantwortlichen Dozierenden hinterlegt. Die Lernplattform ist die zentrale Schnittstelle zwischen  
Dozierenden und Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

### 2.1 Verantwortliche

Das Lehrteam des Zertifikatsstudiums setzt sich aus Professoren und Lehrkräften der Hochschule Furt-  
wangen und der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg zusammen.

#### 2.1.1 Modulverantwortliche

##### **Modul I**

**Prof. Dr. Birgit Reime**

Fakultät Gesundheit, Sicherheit, Gesellschaft  
Angewandte Gesundheitswissenschaften  
Hochschule Furtwangen  
Robert-Gerwig-Platz 1  
78120 Furtwangen

##### **Modul II**

**Prof. Dr. Kirsten Steinhausen**

Fakultät Gesundheit, Sicherheit, Gesellschaft  
Angewandte Gesundheitswissenschaften  
Hochschule Furtwangen  
Robert-Gerwig-Platz 1  
78120 Furtwangen

#### 2.1.2 Dozierende

##### **Modul I**

**Prof. Dr. Birgit Reime**

Hochschule Furtwangen  
Fakultät Gesundheit, Sicherheit, Gesellschaft  
Angewandte Gesundheitswissenschaften

##### **Modul II**

**Prof. Dr. Kirsten Steinhausen**

Hochschule Furtwangen  
Fakultät Gesundheit, Sicherheit, Gesellschaft  
Angewandte Gesundheitswissenschaften

### 2.1.3 Anmeldung, Beratung, Koordination

Hochschule Furtwangen  
HFU Akademie  
Robert-Gerwig-Platz 1  
78120 Furtwangen

Karen Markowski  
Tel.: +49 (0) 7723/ 920-2676  
E-Mail: [markowski@hs-furtwangen.de](mailto:markowski@hs-furtwangen.de)  
[www.igf-studium.de](http://www.igf-studium.de)

## 2.2 Lehrformen

Das Angebot ist ein Blended-Learning Programm. D.h. es verbindet betreute Selbststudienphasen (80%) mit Präsenzveranstaltungen (20%). Durch eine maximale Teilnehmerzahl von 15 Personen ist ein intensiver Austausch zwischen den Lernenden und Lehrenden möglich. Bei der Vermittlung der Inhalte werden Lehrformen eingesetzt, die ein praxisnahes und handlungsorientiertes Lernen unterstützen.

### 2.2.1 Betreutes Selbststudium

Für das Selbststudium finden sich alle notwendigen Inhalte auf der Lernplattform. Hier können die Lernmaterialien eingesehen und heruntergeladen, die Aufgaben bearbeitet und über Diskussionsforen mit Mitlernenden/ Mitstudierenden und Tutoren kommuniziert werden. Sinnvollerweise teilen die Teilnehmenden ihre Lerneinheiten in 2-3 Blöcke ein, die sich zeitlich gut mit ihrer beruflichen Tätigkeit vereinbaren lassen. Die Vorbereitung auf die Klausuren ist zeitlich im Selbststudium berücksichtigt.

### 2.2.2 Lernplattform und virtuelles Klassenzimmer

Die internetbasierte Lernplattform gewährleistet eine zeit- und ortsunabhängige Verfügbarkeit der Lernmaterialien. Neben der Distribution der Lernmaterialien bietet die Lernplattform verschiedene Kommunikationsmöglichkeiten. In Diskussionsforen, Online-Chats oder Arbeitsgruppen wird der ortsunabhängige Austausch mit Lernenden und Lehrenden ermöglicht. Während des Studiums steht ein virtuelles Klassenzimmer zur Verfügung, in dem ein direkter synchroner Austausch mit Lehrenden und Mitlernenden möglich ist. Dafür müssen sich die Teilnehmenden zu einem verabredeten Zeitpunkt im System anmelden.

### 2.2.3 Präsenzstudium

Das Präsenzstudium findet zu Beginn und am Ende jedes Moduls statt. In der ersten Präsenzveranstaltung werden organisatorische Fragen geklärt und in das Thema eingeführt. Neben der Vermittlung von Fachwissen dienen die Präsenzveranstaltungen auch dem interaktiven Austausch zwischen Dozierenden und Teilnehmenden sowie den Teilnehmenden untereinander. Durch praktische Übungen wird eine unmittelbare Handlungskompetenz im Alltag erworben.

## 2.3 Umfang und Prüfungen

### 2.3.1 Umfang

Als Lernaufwand für das gesamte CAS sind 375 Unterrichtsstunden verteilt auf zwei Module in zwei Semestern vorgesehen. Dies schließt sowohl die Präsenzzeit (ca. 20% des gesamten Lernaufwandes) als

auch das Selbststudium (ca. 80% des gesamten Lernaufwandes) mit ein. Der mittlere Lernaufwand umfasst etwa acht Stunden pro Woche.

### 2.3.2 Studienleistung

Studienleistungen sind individuelle schriftliche, mündliche oder praktische Leistungen, die von Studierenden im Zusammenhang mit den einzelnen Modulen erbracht werden. Sie werden bewertet, aber nicht notwendigerweise benotet. Für die Anerkennung der Studienleistung müssen zuvor definierte Mindestanforderungen erfüllt worden sein. Ihre Bewertung geht nicht in die CAS Abschlussnote ein. Studienleistungen sind Bestandteil beider Module.

### 2.3.3 Prüfungsleistung

Studienbegleitende Prüfungen werden im CAS „Angewandte Gesundheitsförderung“ als Modulprüfungen abgelegt. D.h. die Prüfung bezieht sich jeweils auf ein Modul des CAS. Die Prüfungsleistungen werden vom Leiter bzw. der Leiterin des jeweiligen Moduls abgenommen und benotet und bilden die Grundlage für die CAS Abschlussnote.

### 2.3.4 Notengebung

Jede Prüfungsleistung wird mit einer der folgenden Noten bewertet:

1 = sehr gut	= eine hervorragende Leistung
2 = gut	= eine Leistung, die erheblich über den Anforderungen liegt
3 = befriedigend	= eine Leistung, die durchschnittlichen Anforderungen entspricht
4 = ausreichend	= eine Leistung, die trotz ihrer Mängel noch den Anforderungen genügt
5 = nicht ausreichend	= eine Leistung, die wegen erheblicher Mängel den Anforderungen nicht mehr genügt

Zur differenzierten Bewertung der Prüfungsleistungen können Zwischenwerte durch Erhöhen oder Absenken der Note um 0,3 gebildet werden. Ausgeschlossen sind dabei die Noten 0,7/ 4,3 / 4,7 und 5,3. Die Modulprüfung ist bestanden, wenn sie mindestens mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet wurde. Die Prüfung kann bei Nichtbestehen einmal wiederholt werden.

Die CAS Note errechnet sich als das nach ECTS-Punkten gewichtete arithmetische Mittel der erfolgreich bestandenen Modulprüfungen von Modul I und Modul II. Jede der beiden Modulprüfungen fließt somit mit 50% in die Gesamtnote mit ein.

## 2.4 Abschluss und Kreditpunkte

Das Zertifikatsstudium schließt mit einem Certificate of Advanced Studies (CAS) „Angewandte-Gesundheitsförderung“ ab. Insgesamt werden 15 CP vergeben. Voraussetzung für die Vergabe von ECTS-Punkten ist neben dem erfolgreichen Abschluss der Modulprüfungen der Nachweis der geforderten Studienleistungen: Vor- und Nachbereitung der Modulinhalte, kontinuierliche Mitarbeit auf der Lernplattform, aktive Teilnahme an den Präsenzveranstaltungen.

### 3 Modulbeschreibung

#### 3.1 Modul 1 „Gesundheitspsychologie und Beratung“

<b>Modulverantwortliche</b>	Prof. Dr. Birgit Reime	
<b>Organisation</b>	Online mit 2 Präsenzveranstaltungen (Blended-Learning)	
<b>angestrebter Abschluss</b>	Bei Bestehen beider Module: "Certificate of Advanced Studies (CAS)"	
<b>Lernziele</b>	<p>Die Studierenden sind nach Abschluss des Moduls in der Lage:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relevante Anwendungsfelder der Gesundheitspsychologie zu erkennen und psychische Störungen differenziert zu reflektieren.</li> <li>• Konkrete psychologische Maßnahmen zur Förderung der biopsychosozialen Gesundheit zu konzipieren und umzusetzen.</li> <li>• Problembereiche, Zielgruppen und Interventionsziele zu bestimmen und zu bearbeiten.</li> <li>• Präventions- und Gesundheitsförderungsthemen fachübergreifend zu analysieren.</li> </ul>	
<b>Inhalte des Moduls</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratung im Gesundheitswesen</li> <li>• Psychologische Modelle des Gesundheitsverhaltens</li> <li>• Einführung in die Gesundheitspsychologie</li> <li>• Grundlegende psychologische Modelle (und Persönlichkeit)</li> <li>• Zielgruppenorientierte Interventionsansätze</li> <li>• Gesundheitsförderung in Lebensphasen</li> <li>• Modelle gesundheitsbezogenen Verhaltens inkl. Verhaltensmodifikation</li> <li>• Stressforschung</li> <li>• Health Needs Assessment und Interventionsplanung</li> </ul>	
<b>Veranstaltungsorte (werden rechtzeitig bekannt gegeben)</b>	Studienzentrum Freiburg Konrad-Goldmann- Strasse 7 D-79100 Freiburg	Oder: Hochschule Furtwangen HFU Akademie Lindenstr. 1/1 D-78120 Furtwangen
<b>Moduldauer</b>	1 Semester	
<b>Kreditpunkte</b>	7 CP nach ECTS	
<b>Arbeitsaufwand</b>	Kontaktzeit	ca. 35 Stunden
	Selbststudium (Vor-/Nachbereitung der Modulinhalte, Bearbeitung von Übungsmaterialien, Vorbereitung Prüfungsleistungen)	ca.140 Stunden

<b>Art der Prüfungsleistung</b>	Schriftliche Ausarbeitung Die Modulnote geht in die CAS Abschlussnote ein (Gewichtung 50%).
<b>Art der Studienleistung</b>	Vor- und Nachbereitung der Modulinhalte, kontinuierliche Mitarbeit auf der Lernplattform, aktive Teilnahme an den Präsenzveranstaltungen
<b>Voraussetzung für die Anrechenbarkeit des Moduls zur Vergabe des CAS</b>	Bestehen der Modulprüfung und Studienleistung
<b>Teilnehmerzahl</b>	max. 15 Personen
<b>Teilnahmevoraussetzung</b>	Abgeschlossene Berufsausbildung oder abgeschlossenes Hochschulstudium mit jeweils mind. 1 Jahr Berufserfahrung
<b>Sprache</b>	Deutsch/ teilweise Englisch zum Lesen wissenschaftlicher Studien
<b>Studienmaterialien und empfohlene Literatur</b>	Das für dieses Modul relevante Studienmaterial wird auf der Online-Plattform zur Verfügung gestellt.

### 3.2 Modul 2 „Betriebliche Gesundheitsförderung: Theorie und Praxis“

<b>Modulverantwortlicher</b>	Prof. Dr. Kirsten Steinhausen
<b>Organisation</b>	Online mit 2 Präsenzveranstaltungen (Blended-Learning)
<b>angestrebter Abschluss</b>	Bei Bestehen beider Module: “Certificate of Advanced Studies (CAS)”
<b>Lernziele</b>	Die Studierenden sind nach Abschluss des Moduls in der Lage: <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Hintergrund und Notwendigkeit eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) zu verstehen</li> <li>• die wesentlichen Bestandteile des Betrieblichen Gesundheitsmanagements in Betrieben und sonstigen Institutionen zu benennen</li> <li>• die verschiedenen Schritte und die Vorgehensweise bei der Etablierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements zu kennen und anhand von Fallbeispielen anzuwenden</li> <li>• die wesentlichen Maßnahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements zu kennen und anhand von Fallbeispielen anzuwenden</li> <li>• die wichtigsten externen und internen Akteure des BGMs zu kennen und deren Relevanz einzuordnen</li> <li>• Die Notwendigkeit einer kontinuierlichen Evaluation und Qualitätssicherung des BGM zu reflektieren.</li> <li>• konkrete gesundheitsfördernde Maßnahmen im Betrieb zu planen und umzusetzen:</li> <li>• den individuellen Bedarf von Maßnahmen der BGF in den Firmen zu erfassen</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voraussetzungen konkreter Maßnahmen zu benennen</li> <li>• Standardprozeduren innerhalb der Betrieblichen Gesundheitsförderungen zu bestimmen</li> <li>• individuelle Konzepte der BGF zu entwerfen, um langfristigen Erfolg und Nachhaltigkeit zu sichern</li> <li>• Methoden zur Prozessevaluation anzuwenden und konkrete Maßnahmen zur Optimierung zu entwickeln</li> </ul>		
<p><b>Inhalte des Moduls</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hintergrund, Geschichte und Notwendigkeit eines BGMs; gesetzliche Rahmenbedingungen</li> <li>• Das BGM Haus: wesentliche Bestandteile des BGMS</li> <li>• Der BGM Zyklus: die verschiedenen Schritte bei der Einführung eines BGM; wesentliche verhalten- und verhältnisorientierten Maßnahmen</li> <li>• Kennzahlen zur Evaluation eines BGM</li> <li>• Wesentliche interne und externe Akteure des BGM; Relevanz der Krankenkassen und des Präventionsgesetzes</li> <li>• Die Rolle der Arbeitssicherheit und der Betriebsmedizin im Rahmen des BGM</li> <li>• Arbeitsbedingte Gesundheitsrisiken und Erkrankungen</li> <li>• Präventives Potential von Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung</li> <li>• Bedarfsanalyse und Zusammenarbeit mit externen Dienstleistern/Netzwerken</li> <li>• Planung, zeitgerechter Aufbau von Strukturen und Umsetzung von BGF</li> <li>• Evaluation, Qualitätssicherung und Nachhaltigkeit</li> <li>• Kenntnis über die Bedeutung konkreter Maßnahmen von z.B. der: <ul style="list-style-type: none"> <li><b>körperlichen Aktivität</b> zur Verbesserung/Vorbeugung von z.B.: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rücken- und Sitzproblemen</li> <li>- Allgemeiner Fitness</li> <li>- Körpergewicht</li> <li>- kardiovaskulären Risikofaktoren</li> </ul> </li> <li><b>ausgewogenen Ernährung</b> zur Verbesserung/Vorbeugung von z.B.: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Risikofaktoren chronisch degenerativer Erkrankungen durch optimierte Zufuhr von Vitaminen, Spurenelementen und weiterer Schutznährstoffe</li> <li>- Körpergewicht</li> <li>- Magen-Darm-Problemen</li> </ul> </li> <li><b>Stressprävention und Stresscoping</b> zur Verbesserung/Vorbeugung von z.B.: <ul style="list-style-type: none"> <li>- allg. Leistungsfähigkeit</li> <li>- hoher Fehlzeiten</li> <li>- Burn-out Symptomatik</li> <li>- Zufriedenheit am Arbeitsplatz</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Spezielle Arbeitszeitproblematik (z.B. Schicht)</li> <li>• Arbeitsplatzergonomie</li> <li>• Bedeutung, Planung und Umsetzung konkreter Schulungs- und Fortbildungsmaßnahmen</li> </ul>		
<p><b>Veranstaltungsorte (werden rechtzeitig bekannt gegeben)</b></p>	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;">                 Studienzentrum                  Freiburg Konrad-                  Goldmann- Strasse 7                  D-79100 Freiburg             </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;">                 Oder:                  Hochschule Furtwangen                  HFU Akademie                  Lindenstr.1/1                  D-78120 Furtwangen             </td> </tr> </table>	Studienzentrum Freiburg Konrad- Goldmann- Strasse 7 D-79100 Freiburg	Oder: Hochschule Furtwangen HFU Akademie Lindenstr.1/1 D-78120 Furtwangen
Studienzentrum Freiburg Konrad- Goldmann- Strasse 7 D-79100 Freiburg	Oder: Hochschule Furtwangen HFU Akademie Lindenstr.1/1 D-78120 Furtwangen		

<b>Moduldauer</b>	1 Semester:	
<b>Kreditpunkte</b>	8 CP nach ECTS	
<b>Arbeitsaufwand</b>	Kontaktzeit	40 Stunden
	Selbststudium (Vor-/Nachbereitung der Modulinhalte, Bearbeitung von Übungsmaterialien, Klausurvorbereitung)	160 Stunden
<b>Art der Prüfungsleistung</b>	Schriftliche Ausarbeitung einer Fallstudie und Klausur. Die Bewertung geht in die CAS Abschlussnote ein (Gewichtung 50%).	
<b>Art der Studienleistung</b>	Vor- und Nachbereitung der Modulinhalte, kontinuierliche Mitarbeit auf der Lernplattform, aktive Teilnahme an den Präsenzveranstaltungen, Ausarbeitung eines relevanten Themas,	
<b>Voraussetzung für die Anrechenbarkeit des Moduls zur Vergabe des CAS</b>	Bestehen der Modulprüfung (Ausarbeitung einer Fallstudie und Klausur)	
<b>Teilnehmerzahl</b>	max. 15 Personen	
<b>Sprache</b>	Deutsch	
<b>Studienmaterialien und empfohlene Literatur</b>	Das für dieses Modul relevante Studienmaterial wird über die Online-Plattform zur Verfügung gestellt	

## 4 Vorteile für die Berufspraxis

Aufgrund des demographischen Wandels, der zunehmenden Arbeitsbelastung und die damit verbundene Zunahme psychisch bedingter Erkrankungen stehen wir vor besonderen Herausforderungen. Hier kann das betriebliche Gesundheitsmanagement vorbeugen. Die Teilnehmer können nach Abschluss des Moduls die Grundlagen des betrieblichen Gesundheitsmanagements verstehen und anwenden. Aufgrund des seit Anfang 2016 implementierten Präventionsgesetzes sind hier günstige Voraussetzungen gegeben und der Bedarf an Fachleuten im Bereich BGM wird steigen.