

Name des Moduls: E07 Gesundheitspsychologie – Health Coaching		
Prüfung: E07 Gesundheitspsychologie – Health Coaching	LV.-Nr.:	ECTS-Punkte: 5 CP
Empfohlene Einordnung: A. Semester	Pflichtkennzeichen: [PF]	Lehrveranstaltungssprache: Deutsch
Modulverantwortung: Prof. Dr. Heike Englert	Modulturnus: WiSe, SoSe	Information zur Anmeldung:
Lehrende: Prof. Dr. Heike Englert		
Qualifikationsziele	Die Studierenden können <ul style="list-style-type: none"> • die Chancen und Grenzen der klassischen Ernährungsberatung in der Praxis erkennen und einordnen • die eigenen Coaching Kompetenzen erkennen und einordnen • erste Erfahrungen mit den erlernten Werkzeugen des Health Coachings sammeln • ein Health Coaching Konzept (Erstgespräch, Folgegespräch, „herausfordernde Situationen“, Abschlussgespräch) erstellen 	
Prüfungsform/-umfang	Videoaufzeichnung und schriftliche Analyse des Coaching Gesprächs	
Lehrform	<ul style="list-style-type: none"> • Übung 	
Lehrinhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Chancen und Grenzen der klassischen Ernährungsberatung • Definition Gesundheitspsychologie • Gesundheitspsychologische Modelle und ihre Bedeutung in der Praxis • Coaching/Health Coaching vs. Beratung • Hypothesen des Coachings/Health Coachings • Coaching Kompetenzen • Werkzeuge des Health Coachings (Potenzialanalyse und Ressourcen, Zielbestimmung und Motivation, Wahrnehmungsschärfe, Verhaltensflexibilität) • Health Coaching Prozesse 	
Workload	Präsenzveranstaltung (3 SWS): Studentische Vor- und Nachbereitung: Summe:	45 h 105 h 150 h
Inhaltliche Voraussetzungen	keine	
Formale Voraussetzungen	keine	
Literaturempfehlungen	Knoll, N.: Einführung Gesundheitspsychologie, UTB Verlag, Bern (2016) Siegrist, U.: Resilienz trainieren, mvg Verlag (2017) Wehrle, M.: 500 beste Coaching Fragen, managerSeminare Verlag (2017) Prohaska, S.: Coaching in der Praxis, Junfermann Verlag, Paderborn (2013) Franke, A.: Salutogenese – zur Entmystifizierung der Gesundheit, dgvt Verlag (2017)	