



Berufsverband  
Deutscher Präventologen e.V.

Kurze Übersicht: Fachstudium der Präventologie

### **Modul 1: Grundlagen der Prävention (WE 1- 4)**

Erworbene Fähigkeiten: Grundverständnis für die Prävention

- WE 1 Grundlagen und Konzepte
- WE 2 Gesundheitsrisiken, Gesundheitsförderung und Prävention
- WE 3 Entwicklung der Medizin
- WE 4. Wirksamkeit und Risiken der Komplementärmedizin

### **Modul 2: Basiswissen zum Berufsbild (WE 5-7)**

Erworbene Fähigkeiten: Grundkenntnisse zur Prävention und Gesundheitsförderung in Deutschland und zur Bedeutung der Selbsthilfe für die Gesundheitsförderung

- WE 5 Das Umfeld der Tätigkeit des Präventologen
- WE 6 Prävention und Gesundheitsförderung in Deutschland
- WE 7 Bürgerschaftliches Engagement, Selbsthilfe und Prävention

### **Modul 3: Psychologische Grundlagen der Prävention (WE 8-13)**

Erworbene Fähigkeiten: Grundkenntnisse der Gesundheitspsychologie, Motivationskunde, Lerntechniken und Entspannungstechniken

- WE 8 Die Gesundheitspsychologie
- WE 9 Motivation und Bedürfnisse
- WE 10 Motivation und Ressourcen
- WE 11 Die Fähigkeiten des Gehirns
- WE 12 Lernen und Lerntechniken
- WE 13 Mentale Fitness

### **Modul 4: Aktivierendes Kompetenztraining (WE 14)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie kennen das Aktivierende Kompetenztraining und können es für sich und Ihre Klienten nutzen

- WE 14 Aktivierendes Kompetenztraining



Berufsverband  
Deutscher Präventologen e.V.

## **Module 5 und 6: Psychohygiene (WE 15-16) und Schlafberatung (WE 17)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie wissen, wie Stress bewältigt werden kann und wie ein guter Schlaf gefördert wird.

WE 15	Stress und Freizeit
WE 16	Stress am Arbeitsplatz
WE 17	Schlafberatung: Biologie und Störungen

## **Modul 7: Ernährung (WE 18- 29)**

Erworbene Fähigkeiten: Grundkenntnisse der Ernährungsproblematik und der Ernährungsphysiologie. Die Fähigkeit und Kompetenz zur qualifizierten Ernährungsberatung

WE 18	Wohlbefinden und ernährungsbedingte Erkrankungen
WE 19	Eiweiß und Kohlehydrate
WE 20	Ernährung: Fette
WE 21	Wasser und Trinken
WE 22	Hunger und Sättigung
WE 23	Vegetarisches Essen und Vollwert-Ernährung
WE 24	Verschiedene Zielgruppen
WE 25	Vitamine
WE 26	Mineralstoffe
WE 27	Sekundäre Pflanzenstoffe
WE 28	Praxis der Beratung
WE 29	Beratungsleitlinien

## **Modul 8: Körperliche Bewegung (WE 30 - 34)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie besitzen ausreichende Kenntnisse über die Bedeutung körperlicher Bewegung für Gesundheit und Wohlbefinden und können diese in Beratungsprozessen vermitteln.

WE 30	Gesundheit und Wohlbefinden
WE 31	Praxis der Beratung
WE 32	Übungen für alle, Bewegung überall
WE 33	Fitness-Training
WE 34	Sportarten



Berufsverband  
Deutscher Präventologen e.V.

### **Modul 9: Suchtprävention (WE 35 - 39)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie kennen die unterschiedlichen Suchtmittel und Abhängigkeiten und sind in der Lage, Beratungen zur Suchtprävention zu leisten.

WE 35	Sucht und Drogen
WE 36	Rauchen und Raucherentwöhnung
WE 37	Praxishilfen zur Raucherentwöhnung
WE 38	Alkohol und Abhängigkeit
WE 39	Praxis der Prävention bei Alkohol

### **Modul 10: Zielgruppenspezifische Beratung (WE 40 - 46)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie können sich bei Beratungsprozessen auf die Bedürfnisse und Probleme einzelner Zielgruppen einstellen.

WE 40	Allgemeine Einführung, Prävention bei Kindern
WE 41	Prävention bei Jugendlichen
WE 42	Prävention bei Männern
WE 43	Prävention bei Frauen
WE 44	Frauen mit Essstörungen
WE 45	Alter und Gesundheit
WE 46	Prävention bei Alterungsprozessen

### **Modul 10: Organsysteme, Krankheiten, Prävention (WE 47-78)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie kennen die unterschiedlichen Krankheiten der einzelnen Organsysteme und sind in der Lage, präventologische Beratungen zur Vermeidung und zum Umgang mit diesen Krankheiten zu leisten.

WE 47	Herz und Kreislauf
WE 48	Prävention der Arteriosklerose
WE 49	Prävention des Bluthochdrucks
WE 50	Herzinfarkt und Schlaganfall
WE 51	Diabetes Mellitus
WE 52	Übergewicht und gesundheitliche Folgen
WE 53	Diäten im Vergleich
WE 54	Beratung bei Übergewicht



Berufsverband  
Deutscher Präventologen e.V.

WE 55	Skelett und Knochen
WE 56	Die Wirbelsäule
WE 57	Gelenke und Muskeln
WE 58	Das tut dem Rücken gut!
WE 59	Mobilitäts- und Gelenkberatung
WE 60	Stoffwechsel
WE 61	Verdauungssystem
WE 62	Nieren und Harnwege
WE 63	Immunsystem
WE 64	Allergien
WE 65	Hormonsystem
WE 66	Weibliche Geschlechtsorgane
WE 67	Männliche Geschlechtsorgane
WE 68	Prävention von Geschlechtskrankheiten
WE 69	Sexuelle Probleme und Kinderlosigkeit
WE 70	Gehirn und Nervensystem
WE 71	Seelische Störungen und Depressionen
WE 72	Neuropsychiatrische Erkrankungen
WE 73	Mund- und Zahngesundheit
WE 74	Atmung
WE 75	Das Sehen
WE 76	Hören und Gleichgewichtsorgan
WE 77	Haut und Hautpflege
WE 78	Haut, Haar und Haarpflege

## **Modul 12: Lebensgestaltung (WE 79 -87)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie kennen die Bedingungen für eine gesundheitsförderliche Lebensgestaltung und können ihre Klienten fachkompetent beraten.

WE 79	Partnerschaft und Beziehungen
WE 80	Kinder und Erziehung
WE 81	Aspekte der Paarberatung
WE 82	Sexualität und Verhütung
WE 83	Sexualität und Selbstbewusstsein
WE 84	Reisen und Reiseberatung
WE 85	Präventive Sicherheitsberatung
WE 86	Präventive Umweltberatung
WE 87	Betriebliche Gesundheitsförderung



Berufsverband  
Deutscher Präventologen e.V.

### **Modul 13: Psychologische Präventionspraxis (WE 88 - 90)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie kennen die Grundlagen der psychologischen Präventionsberatung und können dieses Wissen in der Gesprächsführung, zur Zielbestimmung und zur Stressbewältigung kompetent anwenden.

WE 88	Gesprächsführung in der Präventionsberatung
WE 89	Präventionsziele in der Praxis
WE 90	Stressbewältigungsprogramm

### **Modul 14: Praxis Know-how (WE 91-99)**

Erworbene Fähigkeiten: Sie erarbeiten ein grundlegendes Know-how zur Berufsausübung als Präventologe in den Feldern Kommunikation und Beratung, Selbstmanagement, Präsentation und Moderation, Marketing und Verkauf unter Nutzung moderner Kommunikationstechnologie und sie können eine Existenzgründung in die Wege leiten und erfolgreich *umsetzen*

WE 91	Kommunikation
WE 92	Grundlagen der präventologischen Beratung
WE 93	Praxis der präventologischen Beratung
WE 94	Selbstmanagement und Zeitmanagement
WE 95	Präsentation und Moderation
WE 96	Berufsperspektiven
WE 97	Start in die Praxis
WE 98	Praxismanagement und Marketing
WE 99	Netzwerkbildung und Kommunikationstechnologie

**Gesamtumfang des Studiums: ca. 340 Std. Selbststudium, 60 Std. Seminare, 40 Std. Abschlussarbeit, also insgesamt ca. 440 Stunden.**

© Berufsverband Deutscher Präventologen e.V.,  
Ludwig-Barnay-Str.1  
30175 Hannover  
Januar 2010, Änderungen vorbehalten