



BERUFSVERBAND DER  
PRÄVENTOLOGEN E.V.

## **Curriculum des Fachstudiums**

# **Präventologie**

## **- Kurzfassung -**

---

Erarbeitet von: ©Berufsverband der Präventologen e.V.  
Gneisenastr. 42  
10961 Berlin

Überarbeitet von: Sophia Warnecke

Stand: 10.01.2020

---

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

### Erworbene Fähigkeiten:

Sie besitzen ein Grundverständnis für die Prävention.

- WE 1 Bedeutung, Geschichte und Perspektiven der Prävention
- WE 2 Determinanten von Gesundheit, Gesundheitsförderung, Prävention
- WE 3 Entwicklung der Medizin
- WE 4 Wirksamkeit und Risiken der Komplementärmedizin

## **Modul 2: Gesundheits- und Lebenskompetenz (WE 5 - 6)**

### Erworbene Fähigkeiten:

Sie besitzen ein umfassendes Wissen über die Gesundheitskompetenz so-wie die Lebenskompetenz.

- WE 5 Health Literacy und Gesundheitskompetenzbildung durch Selbstmanagementprogramme
- WE 6 Gesundheit und Lebenskompetenztraining® (GLK®)

## **Modul 3: Basiswissen zur präventologischen Tätigkeit (WE 7 – 9)**

### Erworbene Fähigkeiten:

Sie erhalten Grundkenntnisse zur Prävention in Deutschland, zum Berufsbild und zur Rechtskunde.

- WE 7 Tätigkeitsumfeld des Präventologen
- WE 8 Prävention und Gesundheitsförderung in Deutschland
- WE 9 Bürgerschaftliches Engagement, Selbsthilfe und Prävention

## **Modul 4: Psychologische Grundlagen der Prävention (WE 10 - 15)**

### Erworbene Fähigkeiten:

Grundkenntnisse der Gesundheitspsychologie, Motivationskunde, Lerntechniken und Entspannungstechniken.

- WE 10 Die Gesundheitspsychologie
- WE 11 Motivation und Bedürfnisse

- WE 12 Motivation und Ressourcen
- WE 13 Die Fähigkeiten des Gehirns
- WE 14 Lernen und Lerntechniken
- WE 15 Mentale Fitness und Entspannung

### **Modul 5: Stress, Entspannung und Schlaf (WE 16-18)**

#### Erworbene Fähigkeiten:

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

- WE 16 Stress und Stressbewältigung
- WE 17 Stress und Arbeit
- WE 18 Schlafberatung: Biologie und Störungen

### **Modul 6: Ernährung (WE 19 - 29)**

#### Erworbene Fähigkeiten:

Sie erhalten Grundkenntnisse der Ernährungsproblematik und der Ernährungsphysiologie und bekommen die Fähigkeit und Kompetenz zur qualifizierten Ernährungsberatung.

- WE 19 Grundlagen einer (gesunden) Esskultur
- WE 20 Eiweiß und Kohlehydrate
- WE 21 Fette
- WE 22 Vitamine
- WE 23 Mineralstoffe
- WE 24 Sekundäre Pflanzenstoffe
- WE 25 Wasser und Trinken
- WE 26 Hunger und Sättigung
- WE 27 Vegetarisches Essen und Vollwerternährung
- WE 28 Verschiedene Zielgruppen
- WE 29 Ernährungsberatung

### **Modul 7: 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 Grundlagen: Gesundheit und Wohlbefinden
- WE 31 Bewegungsübungen für den Alltag
- WE 32 Bewegungsberatung
- WE 33 Fitnessstraining
- WE 34 Sportarten

### **Modul 8: Suchtprävention (WE 35 - 37)**

#### 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 Rauchentwöhnung
- WE 37 Alkoholabhängigkeit und Prävention

### **Modul 9: Zielgruppenspezifische Prävention (WE 38 - 41)**

#### Erworbene Fähigkeiten:

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

- WE 38 Grundlagen; Prävention bei Kindern und Jugendlichen
- WE 39 Geschlechtsspezifische Gesundheit
- WE 40 Alter und Gesundheit
- WE 41 Essstörungen

### **Modul 10: Organsysteme, Krankheiten, Prävention (WE 42 - 58)**

#### 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 42 Herz und Kreislauf
- WE 43 Prävention von kardiovaskulären Erkrankungen
- WE 44 Verdauungssystem
- WE 45 Übergewicht und Gewichtsregulation
- WE 46 Stoffwechsel und Diabetes
- WE 47 Stütz- und Bewegungsapparat

WE 48	Immunsystem
WE 49	Hormonsystem
WE 50	Geschlechtskrankheiten und Verhütung
WE 51	Nieren und Harnwege
WE 52	Gehirn und Nervensystem
WE 53	Seelische und Neuropsychiatrische Störungen
WE 54	Das Sehen
WE 55	Hören und Gleichgewichtsorgan
WE 56	Mund- und Zahnhygiene
WE 57	Atmung
WE 58	Haut und Haar

### **Modul 11: Lebensgestaltung (WE 59 - 65)**

#### Erworbene Fähigkeiten:

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

WE 59	Partnerschaft und Beziehungen
WE 60	Kinder und Erziehung
WE 61	Sexualität
WE 62	Reisen und Reiseberatung
WE 62	Präventive Sicherheitsberatung
WE 64	Präventive Umweltberatung
WE 65	Betriebliche Gesundheitsförderung

### **Modul 12: Psychologische Präventionspraxis (WE 66 – 68)**

#### Erworbene Fähigkeiten:

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

WE 66	Gesprächsführung in der Präventionsberatung
WE 67	Präventionsziele in der Praxis
WE 68	Stressbewältigungsprogramm

### **Modul 13: Praxis Know-How (WE 69 - 76)**

#### Erworbene Fähigkeiten:

Sie erarbeiten ein grundlegendes Know-how zur Berufsausübung als Präventologe in den Feldern Kommunikation und Verkauf, Marketing, Präsentation und Organisation unter Nutzung moderner Kommunikationstechnologie.

WE 69	Kommunikation
WE 70	Theorie der präventologischen Beratung
WE 71	Praxis der präventologischen Beratung
WE 72	Selbstmanagement und Zeitmanagement
WE 73	Präsentation und Moderation
WE 74	Berufsperspektiven
WE 75	Start in die Berufspraxis
WE 76	Existenzgründung und Praxismanagement

## Copyright

Der Gesamtumfang des Studiums der 77 WEs liegt bei 540 Stunden. Die Studentinnen und Studenten absolvieren zusätzlich sechs Wochenendseminare mit insgesamt 90 Stunden Lehre und Praxis.

Alle Rechte sind dem Berufsverband der Präventologen vorbehalten:

©Berufsverband der Präventologen e.V.  
Gneisenastr. 42  
10961 Berlin  
November 2019  
[www.praeventologe.de](http://www.praeventologe.de)

*Kleinere Änderungen vorbehalten.*