



Fortbildung „Psychologische Gesundheitsförderung (BDP)“: Kurze Übersicht zu Inhalten für eine Fortbildungsbescheinigung

Die Fortbildung umfasst die Hauptbereiche:

A: Theorie mit A1 – A4, B: Anwendungen mit B1 – B3

Modul	Inhalte	UE (1 UE=45 min)
A	Theoretische und methodische Grundlagen: Module A1 - A4	insgesamt 64 UE
*A1	Gesundheitspsychologische Grundlagen	16 (Äquivalenz unten)
A2	Medizinische und epidemiologische Grundlagen	16
A3	Methoden der Motivation und des Selbstmanagements	16
A4	Methoden der Gruppenarbeit und Moderation	16
B	Spezifische Anwendungen: Module B1 – B3	insgesamt 120 UE
B1	Allgemeine psychologische Gesundheitsförderung für Personen Förderung allgemeiner Kompetenzen zur gesunden Lebensführung: Selbstkompetenzen, Entspannung, Stressbewältigung, soziale Kompetenzen	40
B2	Spezifische Gesundheitsförderung und Prävention für Personen	40
B21	Gesundheitsspezifische Lebensweisen: Ressourcen und Risiken, z. B. Bewegung, Ernährung und Essverhalten, Schlaf, Umgang mit Suchtstoffen	
B22	Entwicklungsbezogene Gesundheitsförderung und Prävention z. B. für Kinder, Jugendliche, Alterungsprozesse	
B23	Gesundheitsförderung bei kritischen Lebensereignissen z. B. Verlust, berufliche Änderungen, posttraumatischer Stress	
B24	Prävention und Gesundheitsförderung bei chronischen Erkrankungen z. B. Vorsorge, Früherkennung; Rückfallprävention, Krankheitsbewältigung	
B3	Gesundheitsförderung und Prävention in Settings und für Multiplikatoren	40
B31	Unterstützung von Selbsthilfegruppen	
B32	Gesundheitsförderung für Familien	
B33	Gesundheitsförderung in Settings z. B. in Schulen, Betrieben, Kommunen, Krankenhäusern Gesundheitsfördernde Strukturen im Freizeitbereich Gesundheitsförderung für gesunde Umweltbedingungen	
B34	Aus- und Fortbildung für Gesundheitsförderung	
B35	Management in der Gesundheitsförderung z. B. bei Sozialversicherungsträgern, Wohlfahrtsverbänden, Gesundheitspolitik	

*Modul A1 - Alternativ zum Nachweis einer Fortbildungsveranstaltung ist eine Äquivalenzanerkennung von Selbststudium mit anschließendem schriftlichen Leistungsnachweis möglich, wählbar aus:

Webseiten; [Gesundheitspsychologie](#) der Sektion Gesundheits- und Umweltpsychologie – mit [Fragenkatalog](#)
Buch; Knoll, Nina u.a. (2011): „Einführung in die Gesundheitspsychologie“, Stuttgart UTB – mit [Fragenkatalog](#)

Nachweismöglichkeiten zu den Inhalten der Fortbildung

Aus-, Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen von akademischen Gesundheitsberufen
(mindestens 8 UE zu einem Themenbereich)

Praxiserfahrungen in Praktika, Berufserfahrungen

Selbststudium mit schriftlichem Leistungsnachweis für das Modul A1