

Urkunde



BSA-Akademie
Prävention, Fitness, Gesundheit
School for Health Management

Nico Koch

hat den Lehrgang

Gesundheitscoach

Aufbauqualifikation

Fernstudien - DQR - Stufe 4



der BSA-Akademie

erfolgreich absolviert

Die Erläuterung des Abschlusses ist Bestandteil dieser Urkunde.



Saarbrücken, 13.08.2025

Fachbereichsleitung
Prof. Dr. Arne Morsch

Pädagogischer Leiter der BSA-Akademie
Prof. Dr. Andreas Strack

Direktor der BSA-Akademie
Prof. Dr. Thomas Wessinghage



1. BEZEICHNUNG DES ABSCHLUSSES

Gesundheitscoach

2. ÜBERSETZTE BEZEICHNUNG DES ABSCHLUSSES

Health Coach

3. PROFIL DER BERUFLICHEN HANDLUNGSFÄHIGKEIT

Durch die Teilnahme an dem o. g. Fernlehrgang hat der/die Teilnehmer/in folgende Kompetenzen zur selbstständigen Erfüllung fachlicher Anforderungen und Aufgaben im Tätigkeitsfeld der Gesundheitsförderung erworben:

- (1) Vertieftes fachtheoretisches Wissen im beruflichen Tätigkeitsfeld der individuums- und lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung und Prävention mit den folgenden Schwerpunkten:
 - Begriffsbestimmung und Definitionsansätze sowie Entstehungs- und Erklärungsmodelle von Gesundheit und Krankheit
 - Grundlagen der Epidemiologie und Demografie
 - Grundlagen der sozialen Sicherung und des deutschen Gesundheitssystems
 - Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention
 - Grundlagen der Qualitätsentwicklung und Evaluation in der Gesundheitsförderung und Prävention
 - Individueller Lebensstil und Gesundheit
 - Gesundheitsrelevante Verhaltensweisen bzw. Handlungsfelder der individuellen Gesundheitsförderung und Prävention
 - Theorien und Modelle des Gesundheitsverhaltens als Grundlage für den Aufbau und die Aufrechterhaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils
 - Interventionen zum Aufbau und zur Aufrechterhaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils
 - Interventionsprogramme zur Gesundheitsförderung und Prävention
 - Grundlagen der Gesundheitsförderung in Settings
 - Lebensphasenorientierte Gesundheitsförderung in den Settings KiTa, Schule, Betrieb und Kommune
- (2) Breites Spektrum kognitiver und praktischer Fertigkeiten im beruflichen Tätigkeitsfeld der individuums- und lebensweltbezogenen Gesundheitsförderung und Prävention mit den nachfolgenden Schwerpunkten:
 - Beratung, Motivation und Unterstützung von Personen (Einzelpersonen und Gruppen) beim Aufbau und der Beibehaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils
 - Gesundheitsaufklärung, z. B. in Form von Vorträgen zu verschiedenen gesundheitsrelevanten Themen
 - Planung, Umsetzung und Überprüfung von zielgruppenspezifischen qualitätsgesicherten Interventionsmaßnahmen organisiert als Kurskonzept in den gesundheitsrelevanten Interventionsbereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung/Stressmanagement in den Bereichen der Primär- und Sekundärprävention
 - Planung, Umsetzung und Kontrolle von qualitätsgesicherten Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und Prävention in verschiedenen Settings, wie z. B. Unternehmen, unter besonderer Berücksichtigung der gesundheitsrelevanten Interventionsbereiche Bewegung, Ernährung und Entspannung/Stressmanagement
- (3) Sozialkompetenz im Tätigkeitsfeld Gesundheitsförderung mit den folgenden Schwerpunkten:
 - Die Arbeit in einer Gruppe und deren Arbeitsumgebung mitgestalten und kontinuierlich Unterstützung anbieten
 - Arbeitsabläufe und -ergebnisse begründen und über Sachverhalte umfassend kommunizieren
- (4) Selbstständigkeit im Tätigkeitsfeld Gesundheitsförderung mit den folgenden Schwerpunkten:
 - Sich Lern- und Arbeitsziele setzen, diese reflektieren, realisieren und verantworten