

Gesundheitscoaching als Dienstleistung von Physiotherapeuten?

„Man kann einen Menschen nichts lehren.

Man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.“


Galileo Galilei

Gründe



- Beratungsbedarf in der Bevölkerung wächst stetig
- Informationsflut zu allen Gesundheitsthemen bei gleichzeitig fehlender Orientierung hinsichtlich Seriosität und Aktualität
- Demographischer Wandel
- Bewegungswissen als tragende Säule der Prävention
- Vernetzung zwischen Gesundheitswissen und Beratungskompetenzen
- Erweiterung des Berufsfeldes - Existenzsicherung

Rollenreflexion und Haltungen

Experte „Ich weiß, was gut und richtig für dich ist und zeige dir das.“ Wenn du machst, was ich dir sage, wird dir das helfen.“	Helfer „Ich weiß was gut ist und ich helfe dir mit meinem Wissen und Können. Die Beziehung zwischen uns ist wichtig, aber du bist abhängig.“	Coach „Ich helfe dir dein Problem zu verstehen, damit du es selbst lösen kannst und zukünftig unabhängiger wirst“
<ul style="list-style-type: none"> •Fachwissen •Erfahrungswissen 	<ul style="list-style-type: none"> •Fach-und Handlungswissen •Erfahrungswissen •Beziehungsgestaltung 	<ul style="list-style-type: none"> •Fach- und Handlungswissen •Erfahrungswissen •Methodenkompetenz Beratungstechniken
		

Das zentrale Problem in der Gesundheitsförderung ist nicht der Mangel an Wissen, sondern der Mangel an Umsetzung.

Das Biomedizinische Modell

Gesundheit= Abwesenheit von Krankheit

Biologische Parameter-Was macht krank?

Stress hat hier nur eine negative Bedeutung

Keine Bedeutung von Gefühlen und Bedürfnissen

Gesundheitsförderung: Aufklärung, Belehrung, Anweisung

Gesundheitsförderung: Bio-psycho-soziales Modell

Systemischer Ansatz

Körperliche und seelische Gesundheit/ Subjektive Gesundheit und biologische Parameter.

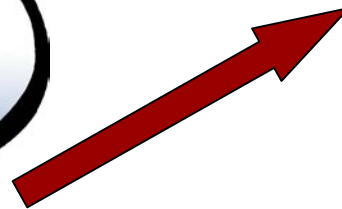
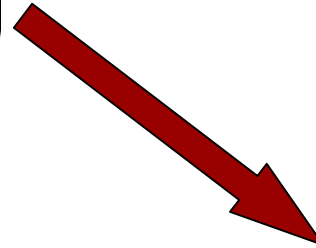
Stressoren wirken als Anforderungen, Effekt abhängig von Ressourcen

Bedürfnisse sind interne Anforderungen,
Bedürfnisbefriedigung fördert Gesundheit

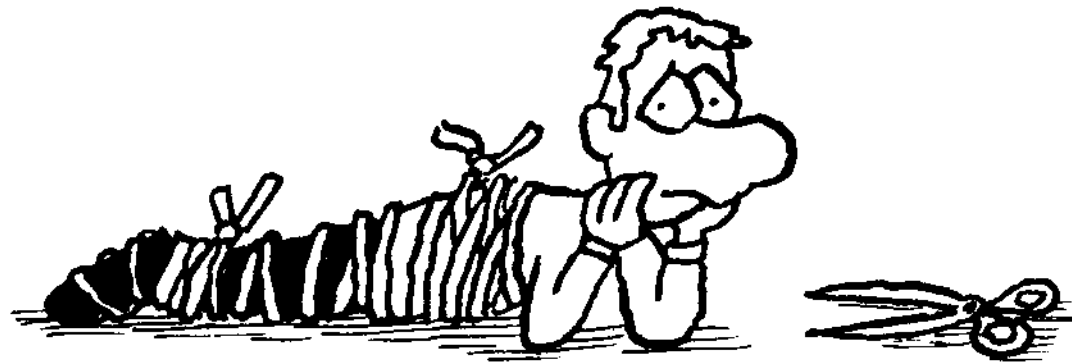
Gefühle sind bedeutsam



Reflexion über Anforderungen und Ressourcen



Defizitorientierung oder Ressourcenorientierung?



Gesundheits-Coaching

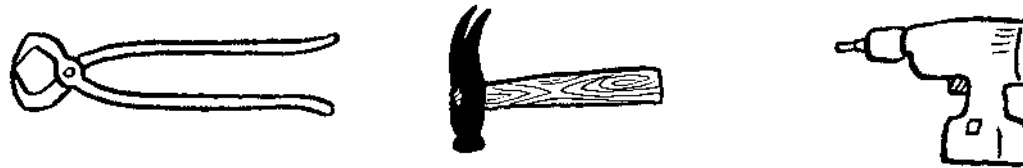
Physio- Coaching

- interaktiver, personenzentrierter Beratungs- und Begleitungsprozess auf der Grundlage physiotherapeutischen Wissens und physiotherapeutischer Erfahrung
- fördert Selbstreflexion und -wahrnehmung, Bewusstsein und Verantwortung
- arbeitet mit transparenten Interventionen
- Ziel ist immer, die Fähigkeit des Selbstmanagements zu erhöhen

Gesundheitscoaching

- Fachkompetenz
- Feldkompetenz
- Beratungskompetenz

Handwerkszeuge/ Techniken



- Gesprächstechniken und Strukturierung (Anlass, Anliegen, Auftrag, Ablauf)
- Fragetechniken
- Arbeit mit somatischen Markern/ Körpersprache
- Einsatz von Analyseinstrumenten/ Testverfahren
- Einsatz psychologischer Methoden der Verhaltensänderung

GGW *PHYSIOCOACH*®

- **Erweitert Ihre Handlungskompetenzen in Therapie und Prävention**
- **Integriert das biopsychosoziale Modell in die physiotherapeutische Arbeit**
- **Schafft ein zusätzliches Standbein auf dem Gesundheitsmarkt**

Betriebliches Gesundheitsmanagement: eine Investition mit hoher Rendite für Mensch und Betrieb

Gesundheit als «Nebenwirkung» eines guten Personalmanagements nutzt dem Betrieb und den Mitarbeitern gleichermaßen. Diese Einführung informiert fundiert über verbindliche Standards in der betrieblichen Gesundheitsförderung, ohne in bürokratischen Details zu versinken. Anhand vieler Beispiele erhalten Sie Einblick in die möglichen und lohnenden Verknüpfungen von Arbeit und Gesundheit. Profitieren Sie dabei vom Erfolg, aber auch von den Fehlern anderer. Außerdem erfahren Sie,

- wie Sie an das Thema Gesundheit und Arbeit mit neuen Ideen herangehen
- wie Sie schon vorhandene Personalentwicklungsmaßnahmen zur Gesundheitsförderung nutzen
- wie Sie nachhaltige Strukturen im betrieblichen Gesundheitsmanagement schaffen
- wie Sie auch persönlich eine neue und bereichernde Sichtweise zu Ihrer eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit gewinnen.

Viele Tipps und Berichte aus der Praxis erleichtern es Ihnen, Ihr betriebliches Gesundheitsmanagement pragmatisch, anregend und effektiv zu gestalten.

Verlag Hans Huber, Bern

www.verlag-hanshuber.com

HOGREFE Verlagsgruppe

Göttingen · Bern · Wien · Oxford · Prag · Kopenhagen ·

Stockholm · Paris · Amsterdam · Toronto · Cambridge, MA

ISBN 978-3-456-84892-1

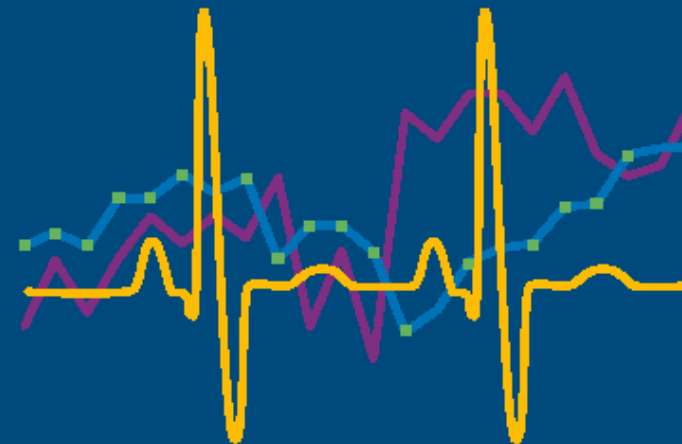


Schneider Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz

Cornelia Schneider

Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz

Nebenwirkung Gesundheit



HUBER

HUBER 