



Gesundheitsförderung & -pädagogik: Curriculum adaptiert

Der Masterlehrgang Gesundheitsförderung & Gesundheitspädagogik blickt auf eine erfolgreiche Historie zurück und schärft nun mit überarbeitetem Curriculum und neuer wissenschaftlichen Leiterin, Univ.-Prof. Mag.^a Dr.ⁱⁿ Andrea Paletta, die gesellschaftlich so essentielle Identitätsfindung in Sachen Gesundheit.

Verquere Schönheitsideale wie Thigh Gap und Ab Crack in sozialen Medien, Body Shaming und Mobbing an Schulen, industriell gefertigte Nahrung und Fast Food im Alltag, Optimierungszwänge überall. „Unser Körper scheint heutzutage mehr denn je als Bühne zur Selbstinszenierung, als Mittel zum Zweck, als Voraussetzung für Erfolg zu dienen. Besonders Kinder und Jugendliche, die in der besonderen Phase des Werdens und im Organisieren ihres Selbst stecken, benötigen aus diesen Gründen fachgerechte Unterstützung, um ihre körperlich-seelische Integrität stärken zu können“, bringt Univ.-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Andrea Paletta, neue wissenschaftliche Leiterin des Masterlehrgangs Gesundheitsförderung & Gesundheitspädagogik, zum Ausdruck.

Zwischen Optimierung & Reizüberflutung

Denn die moderne Industrie-, Konsum- und Mediengesellschaft bietet zum Teil nur wenig gesundheitsfördernde Voraussetzungen: Bewegungsmangel durch langes Sitzen, Mängelernährung durch industrielles Essen, ständige Reizüberflutung und Beschleunigung, Konkurrenzdenken und zunehmende Gewalt, weil die Marke „Ich“ mehr zu zählen scheint als das gemeinsame Wir. Bewegungs-, ernährungs- und psychosozialorientierte Kenntnisse für den Wachstumsmarkt Gesundheit sind also gefragter denn je. „Das überarbeitete Curriculum des viersemestrigen Masterlehrgangs wurde daher an die aktuellen, veränderten soziologischen Gegebenheiten und Entwicklungen angepasst und richtet sich an LehrerInnen aller Schultypen, Kindergarten- und HortpädagogInnen sowie JugendarbeiterInnen und Coaches in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Suchtprävention sowie Stress- und Konfliktbewältigung“, skizziert Paletta.

„GesundheitsbotschafterInnen“

Das Angebot, das in Kooperation mit der Uni Graz und der Pädagogischen Hochschule entwickelt wurde, ist auch PH-Steiermark-Vizektorin HS-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Regina Weitlaner eine offensichtliche Herzensangelegenheit. Zwischen einer Schüssel frischer Sommerbeeren und einem Strauß Sonnenblumen wird die Begeisterung der stellvertretenden wissenschaftlichen Leiterin für den Masterlehrgang im Zuge unseres Interviews sichtbar. Außerdem ist Weitlaner bereits seit Durchgang eins im Jahr 2007, der von Mag.^a Dr.ⁱⁿ Evelyn Erlitz-Lanegger erfolgreich initiiert wurde, mit an Bord. „Der Mensch im 21. Jahrhundert gestaltet nicht nur sein Leben, er gestaltet in zunehmendem Maße auch seinen Körper und somit seine Gesundheit. Identitätsfindung ist deshalb ein so wesentliches Thema für jeden von uns. Die Expertise unserer renommierten Lehrenden trägt seit über einem Jahrzehnt zur Sensibilisierung in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Achtsamkeit, Reflexion und Entspannung bei“, erläutert Weitlaner stolz. AbsolventInnen und künftige TeilnehmerInnen sieht sie als „GesundheitsbotschafterInnen, die ihre Mitmenschen und vor allem

Kinder und Jugendliche positiv anstecken sollen, die individuelle Balance im Leben zu finden.“ Mit vermeintlichen Vorurteilen, gesundes Essen zu kochen sei kosten- und zeitintensiv, räumen Paletta und Weitlaner zum Schluss noch unisono auf. „Ich vergleiche das gerne mit den sogenannten coffeecup-learning-Einheiten, die je nach Vorkenntnisse 10-20 Minuten in Anspruch nehmen. Zeit ist Mangelware, aber eine Tasse Kaffee geht sich immer aus. Umgelegt auf das Thema Ernährung möchte ich damit sagen, dass es viele tolle Blitzmenüs gibt, die man mit bewusst eingekauften, frischen Zutaten selbst zubereiten kann“, so Weitlaner.

Masterlehrgang Gesundheitsförderung & -pädagogik

- Dauer: 4 Semester, berufsbegleitend
- Umfang: 120 ECTS
- Ort: Pädagogische Hochschule Steiermark, Karl-Franzens-Universität Graz
- Kosten: EUR 9.800,-
- Abschluss: Master of Arts (MA)
- Starttermin: 5. Oktober 2018 (Anmeldeschluss: 8. September 2018)

Weitere Infos finden Sie hier: <https://bit.ly/2lBaLKm>

Rückfragen:

Cathrin Wolff, MA

UNI for LIFE / Leitung Marketing & Kommunikation

Tel.: +43/(0)316/380 1278

E-Mail: cathrin.wolff@uni-graz.at

Weitere Informationen unter www.uniforlife.at