

Lernen, wie man besser und bewusster lebt

Ein neuer Beruf stellte sich
in Braunschweig vor

Von Anna Boos

„Die meisten Menschen beginnen erst dann sich Gedanken über ihre Gesundheit zu machen, wenn sie bereits krank sind“, erklärt Jan Lehmann. Der Präventologe gibt seinen Klienten Tipps für eine gesunde Lebensführung. Er ist Vorsorge-Berater.

Bundesweit gibt es etwa 500 solcher Berater. Vielen Menschen ist das Tätigkeitsfeld der Experten weitgehend unbekannt. Um ihren Berufszweig bekannter zu machen und ihr Netzwerk auszubauen, fand das erste Treffen der Regionalgruppe Niedersachsen des Berufsverbandes Deutscher Präventologen jetzt in Braunschweig statt.

„In ausführlichen Gesprächen machen wir uns ein ganzheitliches Bild von unseren Klienten“, beschreibt Jan Lehmann seine Arbeit. Sie stellen Fragen zur Lebensweise im Alltag, zum Berufs- und Familienleben, aber auch zu den Zielen und Wünschen, die ihre Klienten haben.

„Wir coachen Kompetenzen. Wir helfen den Menschen, sich ihrer Ressourcen bewusst zu werden und den inneren Schweinehund zu überwinden.“

„Wir verstehen uns als
Partner“

Die Spezialisten arbeiten in Unternehmen, Schulen, Altenheimen oder der eigenen Praxis. Als betriebliche Gesundheitsberater geben sie Bewegungskurse für die Mitarbeiter. In Schulen geben sie Workshops für Schüler und Lehrer zu Themen wie gesunder Ernährung oder Stressbewältigung.

„Viele Präventologen sind Quereinsteiger“, sagt Martina Rios, Geschäftsführerin des Berufsverbandes. Sie kommen meist aus Gesundheits- oder Sozialberufen und haben beispielsweise als Krankenschwester, Medizinisch-technische Assistentin oder Sozialarbeiterin gearbeitet.

Der Beruf des Präventologen ist noch neu. Seit 2003 bietet der Berufsverband ein staatlich anerkanntes Fernstudium an.

Schwerpunkte der einjährigen Ausbildung sind Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung. „Dabei verstehen wir uns nicht als Konkurrenz zu Ärzten, sondern sehen uns als Kooperationspartner“, betont Martina Rios.

38

19.09.11