

6 Persönliche Antworten

Die Aktualität der Prävention im wissenschaftlichen Bereich ist als hoch einzuschätzen, an allen Instituten Österreichs erfolgen diesbezügliche Forschungsarbeiten.

Die aktuelle Berufssituation ist nicht optimal und regional unterschiedlich. Multijobität ist in; Bedürfnisse sind vorhanden, aber politische Aktionen fehlen; starke Zurückhaltung im monetären Bereich. Da Berufsfelder zwar in der Theorie weitgehend ausformuliert, in der Praxis aber nicht vorhanden sind, erhebt sich die Frage nach der Verantwortlichkeit der Institute zur Behebung dieser Misere. Ebenfalls müßte eine klarere Bereichsabgrenzung der Prävention vorgenommen werden.

Im fachlichen Bereich sind Konkurrenzierungen vorhanden (Physiotherapie, Ärzte), gravierender ist aber die kostenorientierte Konkurrenz einzuschätzen. Ausgebildete in zeitökonomischer Kurzform (Lehrwarte, Fachspezialisten) werden bei niedriger Entlohnung sehr häufig bevorzugt. Allerdings ist die meist reproduktive Arbeitstätigkeit inkongruent zum Studium (= Überqualifikation der Absolventen).

Der Trend der universitären Ausbildung ist weiter steigend. Dies betrifft sowohl die Institute mit ihren Wün-

schen der Beibehaltung und Ausweitung der Studienrichtung Prävention/Fitness, als auch die Studierenden mit zunehmenden Steigerungsraten.

Bezüglich der Ausbildung (= im engen Sinne „Berufsvorbildung“) seien folgende Gedanken angeführt: Sowohl im Kernbereich Sportwissenschaft (= 1. Fach mit vielen gemeinsamen Lehrveranstaltungen für Lehramt und Sportwissenschaften) als auch im Fächerbündel Prävention dürfte das *Lehrangebot zu wenig ausdifferenziert* sein (Mangel an finanzieller Bedeckbarkeit). Wegen der kumulativen Charakteristik des Faches Fitness bzw. Prävention besteht die Gefahr eines *niederen Anspruchsniveaus* der Lehrveranstaltungen. Wegen des vorgegebenen Angebotes durch die Institute könnten Unentschlossene in diese Richtung „gedrängt werden“, der Verdacht auf ein *Verlegenheitsstudium* (mit Konsequenzen) liegt nahe. Die Berufsausbildung mit *Berufspraktika* dürfte teilweise *nicht ausreichend* sein. Für die notwendigen *Berufsweiterbildungen* sind die Universitäten nicht zuständig. Der Ausbildungszweig der Prävention ist an einigen Instituten Österreich meist personell gebunden, die notwendigen *Infrastrukturen* sind noch *nicht institutionalisiert*.

GERDA JIMMY

Gesundheitssport in der Schweiz –

Die gegenwärtige Situation und universitäre Ausbildungsgänge

1 Situationsbeschreibung

Bei Sonne oder Schnee strömen sie fröhlich aus ihren Wohnungen. Zu Fuß, per Inline-Skates oder Ski wird frische Luft und Energie getankt. Wieder einmal erweisen sich die Schweizer als bewegungsfreudiges Volk. Dieses Bild entspricht aber leider nicht der Realität: Weder Sonne noch Schnee sind – besonders im Flachland, wo sich die größten Städte befinden – die Regel und ebenfalls beschränkt sich der Bewegungsdrang auf eine Minderheit. Daher wies die erste Bestandsaufnahme über das Bewegungsverhalten der Schweizer/ innen im Jahre 1995 ernüchternde Resultate auf: Der aus gesundheitlicher Sicht genügend aktive Anteil der Bevölkerung beträgt nur ein Drittel, ein weiteres Drittel bewegt sich mäßig und das übrige Drittel gar nicht (HÄTTICH 1995). Es zeichnete sich also auch hierzulande ein ähnliches Bild wie in anderen Industrienationen ab, was inzwischen durch eine breiter abgestützte Gesundheitsbefragung in der Schweizer Bevölkerung bestätigt wurde (CALMONTE/KÄLIN 1997).

2 Nationale Programme zu Sport, Bewegung und Gesundheit

Mit dem Symposium „Bewegung – Sport – Gesundheit“ der Eidgenössischen Sportschule Magglingen wurde daher 1995 der Grundstein für eine national koordinierte Arbeit in der Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport gelegt. Vorgetragen wurden wissenschaftliche Belege für die erhebliche Schutzwirkung von Bewegung und Sport gegenüber klassischen Zivilisationskrankhei-

ten sowie wegweisende Bewegungsprogramme aus dem Ausland. Angesichts der vorhandenen Evidenz und dem bedenklichen Bewegungsmangel der Nation schloß das Symposium mit folgendem Konsens:

„Es gilt, in der gesamten Bevölkerung der Schweiz Kenntnisstand, Einstellung und Verhalten in dem Sinne zu entwickeln, daß vermehrt Bewegung und Sport in gesundheitsfördernder Weise gelehrt, aufgenommen und betrieben wird;...“ (STIERLIN/KAMBER 1995, 3).

Umgehend wurde ein Argumentarium für ein Regierungsprogramm erstellt, welches nicht vollumfänglich realisiert werden konnte, jedoch im Jahre 1996 den Start des Projektes „Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport“ von der Eidgenössischen Sportschule Magglingen und dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich zur Folge hatte.

Wie im Argumentarium vorgesehen, dient dieses Projekt der Verbreitung und Vereinheitlichung der Wissensgrundlagen und der Entwicklung von Interventionsprojekten zur Bewegungsförderung mit Modellcharakter. Zudem wurde im Rahmen der Förderung der Zusammenarbeit auf nationaler Ebene das „Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz“ ins Leben gerufen. Vertreten sind öffentliche sowie privatrechtliche Institutionen von nationaler Bedeutung wie die kantonalen Verantwortlichen für Gesundheitsförderung und für Sport, der Schweizerische Olympische Verband, Vertreter der Sportlehrerausbildungen, die größten Krankenkassen oder der Schweizerische Turnverband. Sie widmen sich neben dem Informationsaustausch der gezielten Ver-

besserung der Bewegungsförderung in der Schweiz unter Berücksichtigung der neuesten Erkenntnisse.

Derzeit wird ein Grundlagendokument erarbeitet, welches die Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Bewegung, die Bewegungsempfehlungen und die Ziele der Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sport in der Schweiz zusammenfaßt. Es soll den Mitgliedern des Netzwerkes zur Vereinheitlichung und breiteren Unterstützung ihrer Aktivitäten dienen. Bereits laufende Umsetzungsmaßnahmen verschiedener Mitgliederinstitutionen sind beispielsweise der flächendeckend neu gestaltete „Vita Parcours“ (Trimm-dich Pfad), die schweizweite Einführung der „Allez Hop! – Gesundheitskurse“ durch Sportverbände und Krankenversicherer, Anlässe zur Förderung des Fahrrads als alltägliches Fortbewegungsmittel sowie der „Aktiv Paß“.

Mit dem zu Jahresbeginn erschienenen „Aktiv Paß“ motiviert die Krankenkasse *Konkordia* ihre Mitglieder zu regelmäßiger Aktivität. Neben Sportarten sollen auch tägliche Aktivitäten wie Gehen oder Handwerkerarbeiten protokolliert werden. Dabei gibt eine Drehscheibe Aufschluß über die Anzahl verbrauchter Kalorien. Wer wöchentlich 1.000 kcal. pro Woche durch Bewegung verbrennt, kann sich auf eine Belohnung freuen. Der „Aktiv Paß“ enthält weiter einen Trainingskontrollplan für Besucher von Fitneßcentern sowie eine Informationsbroschüre, welche die Wichtigkeit der Bewegung für die Gesundheit aufzeigt und Empfehlungen für gesundes Bewegen erläutert.

3 Ausbildungsgänge

Die universitären Ausbildungsinstitute für die Sportlehrerausbildung treiben die nationale Entwicklung derzeit ebenfalls mit dem Zusammenschluß eines Netzwerkes voran. Das eidgenössische Turn- und Sportlehrerdiplomstudium hat sich in seiner 75jährigen Tradition von einem zweisemestrigen Ergänzungsstudium zu einem achtsemestrigen Monofachstudium entwickelt. Dem Vorteil der breiten berufsqualifizierenden Spezialisierung steht der Nachteil der universitären Isolierung dieses Monofaches gegenüber. Eine Arbeitsgruppe hat nach eingehender Analyse der gegenwärtigen Situation ein Maßnahmenpapier verabschiedet, dessen acht Postulate mit den folgenden beiden Reformvorschlägen zusammengefaßt werden können:

1. Das eidgenössische Diplomstudium soll zugunsten der universitären Integration des Faches 'Sport' in die Lizentiats- und Lehramtsstudiengänge aufgehoben werden.
2. Die gesamtschweizerische Entwicklung der Sportstudien soll mit einem Netzwerk von sich ergänzenden Kompetenzzentren verbunden werden.

Dies entspricht einer völligen Umstrukturierung, welche die Schweizer Institute für Sportlehrerausbildungen vor manche Herausforderung stellen wird. Gerade für die Sportwissenschaft ist eine derartige Entwicklung vonnöten, denn aufgrund der traditionellen Dominanz der Lehre im Diplomstudium genießt sie bislang eine beschränkte Förderung und universitäre Integration.

Im Gegensatz zum System vieler deutscher Universitäten, besteht hier nach dem Grundstudium keine Auswahl zwischen Lehramtsstudium, Sportwissenschaft oder etwa Sporttherapie. Kenntnisse und Fähigkeiten für außerschulische Berufsfelder müssen vorwiegend in Nachdiplomstudien und Zusatzausbildungen erworben

werden. Erste Vorstöße zu einer Änderung wurden an der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich vorgenommen, wo seit vergangenem Herbst ein Lehrgang in Bewegungs- und Sportwissenschaften angeboten wird, welcher indes bereits ein abgeschlossenes Turn- und Sportlehrerdiplom oder ein naturwissenschaftliches Grundstudium voraussetzt.

Im Rahmen des neu zu bildenden Netzwerkes sind auch Kompetenzzentren in der Gesundheitsförderung geplant. Im gegenwärtigen Diplomstudium sollen Gesundheitsfragen, wie auch im gesamten Schweizer Schulsystem, vorwiegend fächerübergreifend abgedeckt werden. Sowohl die Didaktik, Physiologie, Sportsociologie als auch das Geräteturnen räumen der Gesundheit ihren Platz ein. Eigens der Gesundheit gewidmete Fächer sind daher dünn gesät. An der Universität Bern beispielsweise wird im dritten Semester das Fach „Gesundheitserziehung in der Schule“ unterrichtet, koordiniert mit entsprechenden Themen in der Trainingslehre und Gymnastik.

In einer Reihe von Vorlesungen und Übungen mit vorwiegendem Erlebnisharakter werden die Diplomstudenten/innen auch mittels Eigendiagnostik eingeführt. Themen wie Fairneß und Gesundheit, Burn-Out-Syndrom, oder Gesundheitsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport werden im Hinblick auf den Sportunterricht an der Sekundarstufe erarbeitet. In der Schweiz laufende Projekte, vor allem aus dem Schulbereich, werden vorgestellt. Zudem lernen die Studenten/innen einige Entspannungstechniken sowie Beispiele aus der meditativen Bewegungskultur kennen. Ergänzend gewähren Gastdozenten/innen Einblicke aus den Bereichen der Sexualerziehung, Suchtmittelprävention, Ernährungslehre sowie Bewegungs- und Haltungsschulung. Letzteres Thema wird in der Gymnastik vertiefend aufgegriffen, während die Trainingslehre den gesundheitlichen Nutzen von Ausdauertraining abdeckt (FIRMIN 1993).

Neu im Kreise der Hochschulausbildungen findet sich auch der Studienlehrgang der Eidgenössischen Sporterschule Magglingen, da das ursprünglich zweijährige Studium zu einem dreijährigen Fachhochschulstudium aufgewertet wurde. Seine Stärke liegt in der zielgerichteten Vorbereitung auf Tätigkeiten im außerschulischen Bereich, wobei „Bewegung und Gesundheit“ eines der sieben wählbaren Berufsfelder darstellt. Neben der präventiven Gesundheitsförderung ist dabei die sporttherapeutische Ausrichtung von Bedeutung, wobei auch dies für die Schweiz ein junges Gebiet ist.

Wer dieses Berufsfeld wählt, darf zunächst die im Grundstudium erlangten Grundlagen zum Einfluß der Bewegung auf die Gesundheit unter Beweis stellen, denn es gilt in Podiumsgesprächen Argumente für den Gesundheitssport zu verteidigen. Danach folgen Praxisbeispiele von Kurslektionen und die Vorstellung laufender Projekte aus Bereichen wie Suchtprävention, Sport mit Arbeitslosen oder Seniorensport. Weiter werden eigene Projekte in Angriff genommen. Fragen zu Über- und Untergewicht werden anhand von Ernährungsgrundlagen, Energieverbrauchs-Rechnungen und Körpermessungen behandelt. Spezialwochen zum Thema Rücken sowie Herz-Kreislauf-Rehabilitation in einer Klinik verbinden Theorie mit Praxis.

Danach werden zwei Vertiefungsrichtungen angeboten, welche mit eigener praktischer Tätigkeit gekoppelt sind.

„Adapted Physical Activities“ bearbeitet Themen im Behindertensport und Sozialtherapiebereich, dazu gehört auch die Mitorganisation des alljährlichen Behindertensporttages. Die Vertiefung „Fitneß“ widmet sich zunächst der Erstellung von Trainingsplänen mit oder ohne Kraftmaschinen und der Abklärung von Risiken. Wer sich zur Fitneßinstructor/in ausbilden läßt, wird weiter in der Durchführung von Leistungstests geschult, wer Aerobicinstructor/in werden will, erlernt die entsprechenden Formen und didaktischen Prinzipien. Beides wird in Lehrübungen angewandt.

An der Universität Basel wie auch an der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich wird die Ausbildung für eine außerschulische Berufstätigkeit im Gesundheitssport im Rahmen eines Nachdiplomstudiums angeboten. Beim Lehrgang „Fitneß, Training und Gesundheit“ in Basel liegt der Schwerpunkt auf Ausbildertätigkeiten im Fitneßbereich während im Zürcher „Adapted Physical Activities“-Studium Anstellungen in der Sporttherapie sowie im Sonder- und Sozialbereich angepeilt werden.

Allen drei Studiengängen ist gemeinsam, daß sie stark berufsorientiert sind. Die Vermittlung von Wissen wird mit der Schulung von Fertigkeiten für zukünftige Tätigkeiten gekoppelt. Anstellungsmöglichkeiten im praktischen Bereich ergeben sich in der Schweiz in Fitneßcentern, in der betrieblichen Gesundheitsförderung oder in Kliniken, welche derzeit insbesondere die Sporttherapie für Beschwerden mit dem Bewegungsapparat sowie ambulante Herzrehabilitationsprogramme aufstocken. Zunehmend wagen Sportlehrer/innen auch den Schritt in die Selbständigkeit, um sich als Personal Trainer oder Leiter/in von Gesundheitsseminaren, Rückenschule und ähnlichen Kursen zu behaupten. In kleinerem Umfang

bieten sich Einsatzmöglichkeiten in der Sozialtherapie, im Seniorensport oder im Behindertensport.

Arbeitsmöglichkeiten eher administrativer Natur finden sich bei den Gesundheitsförderungsstellen von Behörden, Versicherungen und Krankenkassen, wobei die Anliegen von Bewegung und Sport oft nur ein Teilgebiet darstellen, so daß die Sportlehrer/innen nicht primäre Anwärter/innen auf diese Stellen sind (URSPRUNG 1998).

4 Schlußbemerkung

Die Gesundheitsförderung etabliert sich im Schweizer Sportunterricht an Schulen wie auch im Freizeitsport zunehmend. Der Sport hingegen muß seinen Platz im Gesundheitswesen noch weiter erkämpfen. Sowohl die Sporttherapie als auch die Prävention durch Bewegung und Sport haben in der Schweiz eine junge Tradition. Nur wer die Geldgeber von der eminenten Bedeutung von Bewegung und Sport für die Gesundheit überzeugen kann, darf sich der Aufgabe widmen, auch der Bevölkerung die Wichtigkeit der Bewegung aufzuzeigen, sei es mit oder ohne Sonne und Schnee.

Literatur

- CALMONTE, R./KÄLIN, W.: Körperliche Aktivität und Gesundheit in der Schweizer Bevölkerung – Sekundäranalyse der Daten zur Schweizerischen Gesundheitsbefragung 1992 (SGB92) im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit. Bern 1997
- FIRMIN, F.: Gesundheitserziehung in der Ausbildung der beruflichen DiplomsportlehrerInnen. In: KÖPPE, G. (Hrsg.): Theoriegeleitete Praxis in der Sportlehrerausbildung. (Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft, 57). Sankt Augustin 1993, 77-87
- HÄTTICH, A.: Bewegung und Sport in der Schweiz. Magglingen 1995
- STIERLIN, M./KAMBER, M.: Sport – Bewegung – Gesundheit. 34. Magglinger Symposium 1995. Magglingen 1995
- URSPRUNG, L.: Arbeitsmarkt Sport Schweiz. Zürich 1998

WEND-UWE BOECKH-BEHRENS/IRIS PAHMEIER

European Master in Health and Fitness

Im Oktober 1991 wurden anlässlich des 1. Europäischen Forums des ENSSHE (European Network of Sport Sciences in Higher Education) Arbeitsgruppen zur Entwicklung Europäischer Studiengänge eingesetzt. Für den Bereich Gesundheit sind derzeit vor allem die beiden European Master Studiengänge „Adapted Physical Activity“ und „Health and Fitness“ von Interesse, andere wie „Physical Activity for the Elderly“ sind in Vorbereitung.

Die Arbeitsgruppe European Masters Degree in Health and Fitness ist ein Interuniversity Collaboration Programme (ICP) in Health and Fitness. Es hat seit 1991 von der Europäischen Kommission insgesamt über 100.000 Ecu erhalten, um einen Postgraduierten Europäischen Studiengang in „Health and Fitness“ zu entwickeln und zu institutionalisieren. Zur Zeit sind 15 Universitäten Mitglieder dieser Arbeitsgruppe (Abb. 1).

1994 konnte das gemeinsam entwickelte Curriculum abgeschlossen und die Informationsbroschüre zum Studiengang vorgelegt werden. Nach Abschluß der Curriculum-Entwicklung sind die Hauptaktivitäten der Ar-

beitsgruppe die Organisation des Dozenten- und Studentenaustauschs und des jährlich stattfindenden Intensive Programmes.

| | |
|----------------|----------------------|
| Amsterdam (NL) | Chester (UK) |
| Bayreuth (D) | Clermont Ferrand (F) |
| Bristol (UK) | Edinburgh (UK) |
| Brussels (B) | Groningen (NL) |
| Linköping (S) | Porto (P) |
| Lisbon (P) | St Mary's (UK) |
| Odense (DK) | Telemark (S) |
| Oslo (N) | |

Abb. 1: Mitglieder der Arbeitsgruppe „European Masters Degree in Health and Fitness“

Studentenaustausch und Intensive Programmes

Der Studentenaustausch findet auf der Basis der europäischen SOKRATES-Richtlinien mit Hilfe bilateraler Kooperationsverträge zwischen den einzelnen Hochschulen statt.