



Ausschreibung Learning Contracts: „Physical Activity Coaching“

Persönliche und Telefonische Beratung inaktiver, depressiver Erwachsener beim Einstieg in einen aktiven Lebensstil

Inhalt: In der PACINPAT (physical activity counseling in in-patients with major depressive disorders) Studie geht es darum, die Auswirkungen von Bewegungscoaching auf die körperliche Aktivität bei Patienten mit Depressionen zu untersuchen. In vier schweizerischen Kliniken (Basel, Riehen, Solothurn, Münchenbuchsee) werden Patienten, die unter Depressionen leiden, rekrutiert und randomisiert. Die Interventionsgruppe erhält ein massgeschneidertes Bewegungscoaching, welches während dem Klinikaufenthalt im persönlichen Gesprächen stattfindet, sowie nach dem Klinikaufenthalt mit Telefongesprächen und SMS Nachrichten während einem Jahr weitergeführt wird.

Die Rekrutierung und die bald darauffolgende Coaching-Sessions werden im Januar 2019 beginnen. Nun suchen wir engagierte Coaches, die an unserer internen Schulung (beginnend Mitte Oktober 2018) die benötigten Skills erwerben und weiterentwickeln, um die Patienten auf dem Weg hin zu einem körperlich aktiven Lebensstil zu begleiten.

Learning Contract: Für die Umsetzung dieser Studie suchen wir nach Sportstudierenden, die Interessen haben praktische Erfahrung im Bereich **Gesundheits- und Bewegungsberatung / Personaltraining / Verhaltensänderung / Kundenbetreuung** zu sammeln. Der LC ist insbesondere für Studierende interessant, die zukünftig in der Gesundheitsförderung, der Bewegungstherapie oder im Bereich Personaltraining tätig sein möchten.

Aufgaben: Interne Schulung: Kennenlernen der Studienabläufe, erlernen der Coaching-Inhalte und üben der Beratungsgespräche. (ca. 10 x 2h, mit weiterführenden zweiwöchentlichen Meetings ab Coachings Beginn)
Im Studienteam: Selbstständige individuelle Beratung inaktiver, depressiver Erwachsener. Die Beratung beinhaltet zwei persönliche Gespräche während der Klinikaufenthalt und zweiwöchentliche Telefongespräche sowie das Versenden von wöchentlichen SMS Nachrichten nach dem Klinikaufenthalt im Verlauf von 12 Monaten. Hinzu kommt die Dokumentation der erbrachten Leistungen.

Anforderung: Sportstudierende Ende Bachelor (5. Semester) oder Master (1. Semester), zuverlässig, kommunikativ, selbstständig, motiviert, lösungsorientiert, mit Interesse für Gesundheitspsychologie, Sport und Bewegung.

Umfang: Minimal 6 ECTS. Der Arbeitsaufwand beinhaltet zu Beginn Anwesenheit an einem fixen Wochentag in die zugeteilte Klinik und danach ca. 3-10h / Woche, kann aber flexibel und ortsunabhängig (ausser Team Meetings) vollbracht werden!

Zeitraum: Anfangs November 2018 – Mai 2019, mit Erweiterung als Hilfsassistent/in.

Entlöhnung: Es wird erwartet, dass die Studierenden die zu beratenden Personen über den LC hinaus über einen Zeitraum von 12 Monaten begleiten. Für jede betreute Person erhalten die Studierenden eine Pauschale von 200.- CHF.

Masterarbeit: Es besteht auch die Möglichkeit im diesem Projekt eine Bachelor-/ Masterarbeit zu verfassen.

Kontakt: Frau Robyn Cody, robyn.cody@unibas.ch, Tel. Mo-Fr: 061 207 47 17