*Lernfeld 03:* Selbstsorge, Selbstwahrnehmung, Selbstbestimmung

|  |
| --- |
| *Themenschwerpunkt:* **„Erfahrungsbezogene Gesundheitskompetenz: Stärkung einer bewussten Körperwahrnehmung“** |
| **Lernergebnisse** | **Lerninhalte** | **Literatur / Links**  | **EQR**  |
| Die Lernenden unterscheiden aus philosophischer Sicht die Begriffe Körper und LeibDie Lernenden nennen Ursachen bzw. Risikofaktoren, welche das Phänomen Leiblichkeit als Erfahrung für Gesundheitskompetenz behindern | Philosophische Annäherung zu den Begriffen Körper versus LeibAuswirkungen der Technisierung auf die Leiblichkeit bzw. Körperwahrnehmung | Böhme, G. (2019): Leib. Die Natur, die wir selbst sind. Berlin: Shurkamp | 2-6 |
| Die Lernenden erklären den Zusammenhang des leiblichen Spürens mit dem Erwerb von GesundheitskompetenzDie Lernenden planen Maßnahmen, welche die Körperwahrnehmung für den Erwerb von Gesundheitskompetenz fördern | Das leibliche Spüren von Grenzerfahrungen als Voraussetzung zum Erwerb von GesundheitskompetenzDie Fähigkeit zur Wahrnehmung eines hohen KörperbewusstseinsKörperwahrnehmung lernen (Achtsamkeit, Entspannung, Körper- und Bewegungsbildung) | Brieskorn-Zinke, B. (2012): Erfahrungsbezogene Gesundheitskompetenz im Pflegestudium: Konzeption, Unterrichtung, Bewertung. Arbeitspapier aus der evangelischen Hochschule, Darmstadt |
| Die Lernenden erklären die Wirkung des Leiblichen Spürens, welche u.a. über die Kommunikation erzielt werden kann | Die Evidenz des spürbaren LeibesLeib und Körper in der SoziologieLeibliche Kommunikation (Ausdrücke und Eindrücke, die Macht der Phantasie u.a.) | Uzarewicz, C. (2016): Das Weite suchen. Einführung in die phänomenologische Anthropologie für Pflege. Berlin, Boston: De Gruyter Odlenbourg |
| Die Lernenden nennen Ursachen von Körperbildstörungen und zeigen wirksame Strategien in ausgewählten Problemsituationen auf | Ursachen und Auswirkungen körperlicher Veränderungen, Selbstkonzepte und KörperbildStrategien zur Stärkung der Körperwahrnehmung bei unterschiedlichen Körperbildstörungen (annehmen und integrieren lernen, Körperbildarbeit, Wirkung von Yoga, u.a.) | Uschok, A. (Hg.) (2016): Körperbild und Körperbildstörungen. Handbuch für Pflege- und Gesundheitsberufe. Bern: Hogrefe |