



University of Applied Sciences

**APOLLON** Hochschule  
der Gesundheitswirtschaft

# Fallaufgabe „Gesundheitspsychologie und gesundheitsbezogenes Motivationsmanagement“

P-MOPSB01



---

Das Studienheft und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen ist nicht erlaubt und bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Rechteinhabers. Dies gilt insbesondere für das öffentliche Zugänglichmachen via Internet, die Vervielfältigung und Weitergabe. Zulässig ist das Speichern (und Ausdrucken) des Studienhefts für persönliche Zwecke.

---

Melanie Horstmann

**Fallaufgabe**  
**„Gesundheitspsychologie**  
**und gesundheitsbezogenes**  
**Motivationsmanagement“**

P-MOPSB01



**Dr. Melanie Horstmann**

(geb. 1976) baute nach ihren ersten Studiengängen in Sport- und Gesundheitswissenschaften (Bielefeld) und Auslandsaufenthalten in Südafrika, ein zertifiziertes Reittherapiezentrum auf und leitete für das Deutsche Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V. den Weiterbildungsbereich. Parallel schloss sie ihre Promotion zum Thema Entwicklungsförderung für Kinder mit psychomotorischen Auffälligkeiten an der Universität Osnabrück ab. Während ihrer folgenden Tätigkeit im Betrieblichen Gesundheitsmanagement, entschloss sich Dr. Melanie Horstmann zur 2-jährigen Qualifizierung als systemische Beraterin und schloss ein berufsbegleitendes Studium in

Wirtschaftspsychologie (M. Sc.) ab. Seit 2016 ist Dr. Melanie Horstmann freiberuflich als Beraterin und Coach tätig und gründete 2018 das Unternehmen Vorsprung Glück. Parallel dazu nahm sie 2018 ihre Tätigkeit als Lehrbeauftragte, Autorin und Dozentin an der APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft auf.

---

Werden Personenbezeichnungen aus Gründen der besseren Lesbarkeit nur in der männlichen oder weiblichen Form verwendet, so schließt dies das jeweils andere Geschlecht mit ein.

Falls wir in unseren Studienheften auf Seiten im Internet verweisen, haben wir diese nach sorgfältigen Erwägungen ausgewählt. Auf die zukünftige Gestaltung und den Inhalt der Seiten haben wir jedoch keinen Einfluss. Wir distanzieren uns daher ausdrücklich von diesen Seiten, soweit darin rechtswidrige, insbesondere jugendgefährdende oder verfassungsfeindliche Inhalte zutage treten sollten.

## Fallaufgabe

### „Gesundheitspsychologie und gesundheitsbezogenes Motivationsmanagement“

Online-Code:

**P-MOPSB01-XX2-N01**

Name:	Vorname:	Tutor/-in:
Postleitzahl und Ort:	Straße:	Datum:
Matrikel-Nr.:	Studiengangs-Nr.:	Note:
Heftkürzel: <b>P-MOPSB01</b>	Druck-Code <b>0718N01</b>	Unterschrift:

Liebe Studierende,

bitte senden Sie Ihrem Tutor die vollständige Lösung über den Online-Campus zu. Reichen Sie im Regelfall nur eine Datei ein. Die Korrekturen werden bei uns archiviert. Sie erhalten von Ihrem Tutor eine Rückmeldung sowie die erzielte Note über den Online-Campus.

### Wichtig:

- Beachten Sie die Standards und die Bewertungskriterien zu Einsende- und Fallaufgaben auf dem Online-Campus in der Bibliothek unter „Wissenschaftliches Arbeiten“.
- Grundsätzlich gilt: Die von Ihnen eingereichte Lösung muss Ihre eigene geistige Leistung darstellen. Bitte beachten Sie hierzu insbesondere die Standards zum wissenschaftlichen Zitieren, welche auch bei der Lösung von Fallaufgaben Anwendung finden müssen. Die „Hinweise zur Zitation und zum Literaturverzeichnis“ finden Sie ebenfalls auf dem Online-Campus in der Bibliothek unter „Wissenschaftliches Arbeiten“.

Auf dem Online-Campus finden Sie für viele Fallaufgaben und Studienhefte wichtige Hinweise und Aktualisierungen auf den Infoseiten zu den unterschiedlichen Lernelementen. Hier sind Korrekturhinweise und Aktualisierungen zur jeweiligen Fallaufgabe bzw. zum Studienheft hinterlegt. Zudem können Sie sich ggf. weitere Informationen downloaden, die Sie zur Bearbeitung benötigen. Daher schauen Sie sich die Infoseiten vor der Bearbeitung einer Fallaufgabe unbedingt aufmerksam an!

Wie Sie auf die Infoseiten zu den Lernelementen gelangen, erfahren Sie im Heft APONC01: Der APOLLON Online-Campus.

**Bei der Bearbeitung wünschen wir viel Erfolg!**



---

## Situationsbeschreibung

Sie haben eine Stelle als Beauftragte(r) für Betriebliches Gesundheitsmanagement in einem Krankenhaus erhalten. Die Geschäftsführung möchte mit einem umfassenden Gesundheitsmanagement für das Unternehmen werben und zum Thema „Rückenfit am Arbeitsplatz“ ein settingbasiertes Projekt im Unternehmen durchführen. Hierbei sollen insbesondere die Inhalte der Motivationspsychologie berücksichtigt werden, um die Teilnehmermotivation und den Erfolg des Programms zu sichern.

Sie haben den konkreten Auftrag, zum Thema „Rückenfit in der Pflege“ ein internes Projekt bei Ihrem Arbeitgeber zu planen und durchzuführen. Zielgruppe des aktuellen Projekts sind die Mitarbeiter(innen) in der stationären Pflege. Hier ist die Krankheitsquote aufgrund von Rückenproblemen, besonders bei älteren Mitarbeiter(inne)n, in den letzten zwei Jahren stark gestiegen.

Zur Vorbereitung auf die nächste Teamsitzung mit der Geschäftsführung werden Sie gebeten, die wichtigsten motivationspsychologischen Faktoren für die Teilnahme der Zielgruppe in einem 10-seitigen Handout zusammenzufassen. Berücksichtigen Sie dabei die folgenden Fragestellungen.

---

## Aufgabenstellung

Im Folgenden finden Sie die Aufgabenstellung. Bitte beachten Sie, dass Sie die vorgeschriebene Seitenzahl von max. 10 Seiten einhalten.

### Aufgabe 1: Ansatz und Epidemiologie

- 1.1 Nennen Sie in 2–3 Sätzen zwei gesundheitsbezogene Argumente für die Berücksichtigung des Themas „Rückenfit in der Pflege“ für ältere Pflegekräfte in der stationären Pflege. Untermauern Sie Ihre Argumente anhand von epidemiologischen Daten.

*6 Pkt.*

- 1.2 Stellen Sie drei mögliche Vorteile des Settingansatzes im Allgemeinen dar, und nennen Sie für den Settingansatz und den individuellen Ansatz jeweils ein konkretes Beispiel für das Projekt „Rückenfit in der Pflege“.

*15 Pkt.*

### Aufgabe 2: Motivation

Das Projekt „Rückenfit in der Pflege“ soll unter anderem durch Werbeplakate an die Belegschaft kommuniziert werden. Für die nächste Teamsitzung haben Sie die Aufgabe bekommen, ein Plakat zu entwerfen, das besonders die älteren Frauen in der stationären Pflege für eine interne Rückenschule motivieren soll. Für die Gestaltung wollen Sie vor allem die limbischen Typen berücksichtigen.

- 2.1 Begründen Sie in 2–3 Sätzen, warum die Berücksichtigung der limbischen Typen aus psychologischer Sicht für die Gestaltung des Plakats von Bedeutung ist.

*5 Pkt.*

- 2.2 Überlegen Sie, wie Sie aufgrund des dominierenden Motivfelds Ihrer spezifischen Zielgruppe das Plakat gestalten. Nennen Sie das Motivfeld und begründen Sie zwei Aspekte der Angebotsgestaltung, die Sie kommunizieren müssten, um Ihre Zielgruppe zu erreichen.

*8 Pkt.*

- 2.3 Nennen Sie die sechs Persönlichkeitstypen und überlegen Sie sich jeweils ein für den Persönlichkeitstyp passendes Angebot im Rahmen von „Rückenfit in der Pflege“, welches die Merkmale des Gesundheitsverhaltens berücksichtigt.

*24 Pkt.*



### Aufgabe 3: Abwehrreaktionen

Sie möchten nun die erste Maßnahme zum Thema „Rückenfit in der Pflege“ mit einem Plakat intern ankündigen. Sie verwenden hierzu den Furchtappell „Ich hab Rücken vom Bücken!“.

3.1 Geben Sie in 2–3 Sätzen an, was Furchtappelle sind.

**3 Pkt.**

3.2 Mit welchen Abwehrreaktionen auf Ihr Plakat müssen Sie rechnen? Nennen Sie vier Abwehrreaktionen und stellen Sie diese jeweils mit einem Beispiel kurz dar.

**20 Pkt.**

### Aufgabe 4: Bonusprogramme und Teilnahmemotivation

In der Sitzung eröffnet Ihnen die Geschäftsführung, dass Sie die Teilnahme der Beschäftigten an den Angeboten des Projekts „Rückenfit am Arbeitsplatz“ mit einem Bonusprogramm verbinden möchte.

4.1 Die Geschäftsführung bittet Sie, zwei extrinsische Anreizmöglichkeiten vorzuschlagen. Begründen Sie Ihre Auswahl in 2–3 Sätzen.

**7 Pkt.**

4.2 Sie sind gegenüber Bonusprogrammen kritisch eingestellt. Bitte erklären Sie Ihren Geschäftsführern, welche zwei psychologischen Effekte eintreten können, wenn extrinsische Anreize oder Prämien schlecht gewählt sind. Beschreiben Sie die beiden Effekte jeweils in 2–3 Sätzen und geben jeweils ein Beispiel an, bei welchen Prämien diese auftreten.

**12 Pkt.**

**Gesamt: 100 Pkt.**













© APOLLON Hochschule

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Fragen und Anregungen direkt zum Studienheft bitte an folgende Adresse: [autor@apollon-hochschule.de](mailto:autor@apollon-hochschule.de)

Wir stellen dann für Sie den Kontakt zur Autorin/zum Autor her.