

## Anna Rotter

# arbeitet freiberuflich als Gesundheitsmanagerin und Fitnessstrainerin

## Mein Job



Anna Rotter

### Und so war mein Studium an der Universi-

Die vielen engagierten Dozenten, die uns zum einen fachlich ausgebildet, zum anderen aber auch persönlich ermutigt haben unseren Weg zu gehen.

### Akademischer Werdegang

Ausbildung: Ausbildung zur staatlich geprüften Gymnastik-lehrerin

BA-Studium: Vermittlungswissenschaften an der Universität Flensburg

MA-Studium: Prävention und Gesundheitsförderung an der Universität Flensburg

### Wo arbeitest du und wie sieht dein Aufgabenfeld aus?

Ich arbeite freiberuflich als Gesundheitsmanagerin und Fitnessstrainerin für verschiedene Einrichtungen in Dresden. Hierzu zählen neben der Kooperation mit Fitnessstudios auch Unternehmen, die ich im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements berate.

### Was bringt dir dort besonders Spaß?

Ich schätze an dieser Arbeit vor allem die Abwechslung. Über unterschiedliche Aufträge für unterschiedliche Kunden arbeite ich immer wieder mit verschiedenen Personen unterschiedlicher Disziplinen zusammen, kann mich immer wieder in neue Themen einarbeiten und mich in den verschiedensten Bereichen ausprobieren. Und das Beste: es geht immer um Gesundheit, um ihren Erhalt und ihre Verbesserung – nicht etwa um Krankheit.

### Wie ist der Stellenumfang/ die Arbeitszeit/ das Gehalt?

Von nichts kommt nichts – die Sicherheit eines Angestelltenverhältnisses mit entsprechender Arbeitszeit und einem festen Gehalt entfällt bei einer selbstständigen Tätigkeit. Zwar ist der Stundenlohn, den ich für einzelne Leistungen ansetze (n) kann ggf. höher als der einer vergleichbaren Leistung im Rahmen einer Festanstellung, doch dafür entfallen auch jegliche Sozialleistungen bzw. müssen selbst finanziert werden. Eine selbstständige Tätigkeit beinhaltet ein hohes Maß an Kunden- und Auftragsakquise, um sich ein mehr oder weniger regelmäßiges Einkommen zu sichern. Dies ist natürlich sehr zeitaufwändig. Zunächst muss investiert werden ohne zu wissen, ob sich diese lohnt, ob daraus ein Auftrag resultiert. Doch bekommt auch das Geld einen anderen Wert: es ist das direkte Ergebnis meiner Arbeit und meines Könnens.

### Welche berufsbegleitenden Weiterqualifikationen gibt es in dem

### Arbeitsfeld, können diese finanziert werden?

Um in der Selbstständigkeit zu bestehen, ist in meinen Augen eine ständige Weiterbildung enorm wichtig. Die Möglichkeiten der Finanzierung sind unterschiedlich. Es gibt verschiedene Stellen – in Sachsen beispielsweise die Sächsische Aufbaubank, die Unternehmensgründern Unterstützung anbietet. Die Agentur für Arbeit unterstützt Existenzgründer, sofern vorher eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung bestand. Frisch gebackene Hochschulabsolventen haben es da schwer. Ich selbst muss beispielsweise meine Rückenschulleiterlizenz (wichtig für die Anerkennung der Durchführung von Präventionskursen nach §20 SGB V) aus eigener Tasche bezahlen.

### Ist es mit der Familie vereinbar?

Die Flexibilität bezüglich der Arbeitszeit ist sicherlich sehr familienfreundlich. Als Freiberuflerin muss ich mich zwar selbst um meine Aufträge bemühen, kann dies jedoch in einem gewissen Rahmen (zeitlich) frei entscheiden, doch: Wenn ich nicht arbeite, bekomme ich kein Geld. Wenn ich oder meine Familie krank ist und nicht arbeiten kann, d.h. geschäftliche Termine nicht wahrnehmen kann, keine Kurse leiten kann, bekomme ich kein Geld – sofern ich alleine tätig bin und nicht auf freie Mitarbeiter zurückgreifen kann.

Hinsichtlich der Familiengründung erhalten Selbstständige bei einer Schwangerschaft staatliche Unterstützung. Sie haben ebenfalls einen Anspruch auf Elterngeld, der sich, wie bei Festangestellten auch, prozentual am Nettoeinkommen des Vorjahres bemisst und eine finanzielle Absicherung darstellt. Hier stellen sich ganz andere Fragen: Wie geht es weiter, wenn der Nachwuchs da ist? Wie kann ich meine Kunden während der Elternzeit weiter pflegen? Wie kann ich mir Folgeaufträge sichern?

### Was empfehlst du unseren Studierenden für den Einstieg in den Beruf?

Seid offen für alles und mutig auch kleine Umwege zu gehen! Das Feld der Gesundheitswissenschaften ist groß und bietet vielleicht mehr Möglichkeiten als man es sich vorzustellen vermag. Hinzukommt, dass das BGM-Feld noch sehr jung ist, d.h. in vielen Unternehmen wird das erst aufgebaut oder entwickelt. Man kann als Berufsanfänger dadurch vielfach schnell verantwortungsvolle Aufgaben übernehmen.

### Welche Inhalte des Studiums helfen dir bei der neuen Tätigkeit?

Ich denke, wenn man die Uni verlässt, muss man sich klar sein, dass man eine Menge Wissen hat, aber kaum Können. Denn Abläufe, individuelle Begebenheiten und Faktoren eines Unternehmens vor Ort und müssen – wie bei jedem anderen Job auch – zunächst erlernt werden. Und so profitiere ich hauptsächlich von meiner Master Thesis, die ich über das betriebliche Gesundheitsmanagement geschrieben habe, und zwar nicht nur fachlich, sondern auch hinsichtlich dieser intensiven (Entwicklungs-)Phase. Ich habe sie zumindest als solche erlebt und durch meinen Bezug zur Praxis, durch meine gleichzeitige praktische Umsetzung eines betrieblichen Gesundheitsmanagements viele neue und wichtige Erfahrungen sammeln können. Natürlich bedarf alles einer entsprechenden fachlichen Basis, die im Master Prävention und Gesundheitsförderung sehr breit aufgestellt ist. Ich denke außerdem, dass man das Wissen, das man im Studium erlernt, in einer zweiten Job-Phase erst anwenden kann, wenn es um konzeptionelle und weiterreichende Aufgaben und Entscheidungen geht, die auf einen warten. Vor dem Hintergrund, dass in vielen Unternehmen kaum Wissen über Gesundheitsmanagement besteht, kann diese Phase unter Umständen sehr schnell eintreten.

Liebe Anna, herzlichen Dank und weiterhin viel Erfolg!