

„Studium und familiären Verpflichtung optimal vereinbaren“

Sandra Silber-Meter schaffte nach der Geburt ihres Sohnes den Branchenwechsel

Nachdem Sandra Silber-Meter in die Tourismusbranche und den Exporthandel geschnuppert hatte, fand sie in der professionellen Ernährungsberatung eine Aufgabe, in



der sie ihre berufliche Zukunft sieht. Nach der Geburt ihres Sohnes wagte Sandra Silber-Meter den Branchenwechsel und begann, sich 2007 mit der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement zum vielseitig einsetzbaren Ernährungsexperten zu qualifizieren. Ihre betriebliche Ausbildung absolvierte sie in der Edelsteinklinik in der Nähe von Idar-Oberstein, einer Fachklinik für Kinder- und Jugendrehabilitation. Durch das duale Studiensystem, das eine betriebliche Ausbildung und ein Fernstudium mit kompakten Präsenzphasen verbindet, konnte sie ihr Studium und ihre familiären Verpflichtungen optimal „unter einen Hut bringen“. Nach Studienende wurde Sandra Silber-Meter von der Edelsteinklinik übernommen, wo sie mit übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen

zusammenarbeitet. Den Schritt zum Branchenwechsel würde sie immer wieder wagen: „Das war das Beste, was mir passieren konnte.“

Sandra Silber-Meter war ursprünglich in der Tourismusbranche tätig. Schnell merkte sie, dass diese Arbeit jedoch nicht „ihr Ding“ war. Auch in ihrer anschließenden Tätigkeit im Export sah sie für sich keine Zukunft. Mit der Geburt ihres Sohnes gab sie deshalb ihre Stelle auf, um sich ganz um den Nachwuchs zu kümmern. „Mit der Geburt meines Sohnes habe ich aufgehört zu arbeiten. Nachdem er aber aus dem Größten raus war habe ich beschlossen, wieder arbeiten zu gehen. Ich habe mich schon lange für Ernährung interessiert. Deshalb habe ich beschlossen, mich in diesem Bereich nach Qualifikationsmöglichkeiten umzuschauen. Durch meine Familie war ich natürlich standortgebunden. Und auch ein Präsenzstudium wäre für mich deshalb nicht in Frage gekommen. Aus diesem Grund habe ich mich nach Fernstudienmöglichkeiten umgeschaut und bin direkt auf die Deutsche Hochschule gestoßen. Das Studiensystem aus betrieblicher Ausbildung und Fernstudium mit kompakten Präsenzphasen hat mich sofort überzeugt.“

„Mein duales Studium konnte ich optimal mit meiner familiären Verpflichtung vereinbaren“

2007 begann Sandra Silber-Meter ihr dreijähriges Studium zum „Bachelor in Ernährungsberatung“ an der Deutschen Hochschule. Mit der Suche nach einem Ausbildungsplatz hatte sie trotz Ortsgebundenheit keine Probleme: „Ich habe mich umgeschaut, welche Möglichkeiten es in der Nähe meines Wohnortes gibt meine betriebliche Ausbildung zu absolvieren und habe mich dort beworben; unter anderem auch in der Edelsteinklinik in der Nähe von Idar-Oberstein, einer Fachklinik für Kinder- und Jugendrehabilitation. Dort waren sie vom Studiensystem der Deutschen Hochschule begeistert und haben mich auch sofort eingestellt.“

Im Rahmen der dualen Studiengänge der Deutschen Hochschule arbeiten die Studierenden eine Mindeststundenanzahl von 20 Stunden in ihrem Ausbildungsbetrieb. Durch die Möglichkeit, die Arbeitszeit individuell zu vereinbaren, eignet sich das Hochschulstudium auch für Mütter und Sportler, da sie ihre familiären Verpflichtungen bzw. ihre Trainings- und Wettkampfphasen optimal mit dem Studium verbinden können. Für Sandra Silber-Meter die perfekte Möglichkeit, Studium und Familie zu vereinbaren.

„Das Studiensystem war optimal. Ich habe morgens in meinem Ausbildungsbetrieb gearbeitet und hatte den Mittag und den Abend Zeit, mich um meinen kleinen Sohn zu kümmern und zu studieren. Außerdem konnte ich meine Präsenzphasen wohnortnah in Saarbrücken absolvieren. Das war optimal. Anders hätte ich Studium und Familie wohl nicht unter einen Hut bekommen!“

„Der Wechsel zur Ernährungsberatung war das Beste, was mir passieren konnte“

2009 schloss Sandra Silber-Meter ihr Bachelor-Studium an der Deutschen Hochschule ab. Von ihrem Ausbildungsbetrieb wurde sie anschließend übernommen. „Ich hatte das Glück, nach meinem Studium in der Edelsteinklinik fest angestellt zu werden. Ich arbeite dort mit übergewichtigen und adipösen Kindern und Jugendlichen zusammen, die in Gruppenschulungen lernen, wie sich gesunde Ernährung zusammensetzt und wie wichtig sie für ihre Gesundheit ist. Aber auch die Eltern spielen bei meiner Arbeit eine entscheidende Rolle, denn auch sie müssen richtiges Essverhalten erlernen. Nur so können sie den Kindern und Jugendlichen nach der Therapie helfen. Deshalb sind regelmäßige Elternschulungen unerlässlich. Neben den Gruppenschulungen werden aber auch Einzelberatungen durchgeführt, so z.B. bei Patienten mit speziellen Indikationen oder Lebensmittelunverträglichkeiten. Mir macht meine Arbeit unheimlich viel Spaß. Ich bin froh, dass ich den Berufswechsel gewagt habe. Das war das Beste, was mir passieren konnte.“