

Zertifizierungsprozesse in der Ausbildung

Allgemeines

Qigong basiert auf jahrtausendealten chinesischen Gesundheits- und Entspannungsübungen und beinhaltet darüber hinaus Aspekte der Kampfkunst und der Meditation. Auch heute sind die Zahl der Qigong-Methoden und ihre Anwendungsmöglichkeiten äußerst vielfältig.

Qigong hat sich im Laufe der Menschheitsgeschichte auf dem Hintergrund fernöstlicher Tradition und Lebensphilosophie entwickelt, findet jedoch seit geraumer Zeit auch in der westlichen Bewegungskultur und Denkweise breite Resonanz. Qigong ist eine Form der Lebenspflege! Es fördert den harmonischen Fluss der Lebensenergie(Qi) durch eigenes Bemühen und Üben(Gong). Qigong ist ein ganzheitliches Übungssystem, das die körperlichen, seelischen und geistigen Aspekte des menschlichen Lebens in Harmonie und Einklang zu bringen sucht.

Qigong ist als lebensbegleitendes Übungssystem im Rahmen einer institutionalisierten Ausbildung nur eingeschränkt vermittelbar. War früher im Fernen Osten das persönliche Meister-Schüler-Verhältnis kennzeichnend für den Übertragungsweg, so hat sich heute im Westen eine Ausbildungskultur entwickelt, die die Befähigung zur Weitergabe von Qigong durch Kurse und Ausbildungslehrgänge mit entsprechenden Zertifikaten regelt.

Die Prozesse zur Erlangung von Zertifikaten der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V. (DQGG) sind nachfolgend beschrieben, die detaillierte Beschreibung der einzelnen Prozessschritte erfolgt zusätzlich in den „Ausbildungsrichtlinien der DQGG“.

Die Beschreibung der Zertifizierungsprozesse ist Teil der Qualitätssicherung in unserer Aus- und Weiterbildung und soll Anbietern der Erwachsenenbildung, sowie Anbietern von Angeboten im Bereich der Primärprävention als Grundlage für die Beurteilung der Befähigung von der DQGG ausgebildeten Lehrerinnen und Lehrer dienen. Darüber hinaus soll die Möglichkeit eines Vergleiches der angebotenen Ausbildung der DQGG zu anderen Ausbildungsinstituten gegeben werden.

Zertifizierungsprozess 1, Zweistufige Lehrerausbildung

Die DQGG bietet eine zweistufige Ausbildung zum Qigong-Lehrer an, die als in sich abgeschlossene, aber aufeinander aufbauende und sich ergänzende Einheiten konzipiert sind.

Die Mindestausbildungs- oder Unterrichtszeiten sind wahlweise unterteilt in:

Stufe 1: Kursleiter	= 250 / 300 Unterrichtsstunden =	187,5 / 225 Zeitstunden
Stufe 2: Lehrer	= 250 / 200 Unterrichtsstunden =	187,5 / 150 Zeitstunden
Gesamt:	= 500 Unterrichtsstunden =	375 Zeitstunden

Die Erteilung des Zertifikats erfolgt in der Regel: in der Stufe 1 frühestens nach 2 Jahren, in der Stufe 2 frühestens nach 4 Jahren.

Die Ausbildung erfolgt in regionalen Ausbildungsstandorten, die von mindestens zwei anerkannten Ausbildern vor Ort durchgeführt werden.

Die Veranstaltungen der regionalen Ausbildungsgruppen sind auch für die Teilnehmer anderer Ausbildungsgruppen offen.

Die Ausbilder sind verpflichtet ihre Ausbildungsorganisation detailliert offen zu legen und die Inhalte pro Ausbildungseinheit, in der Regel das Wochenendseminar, konkret zu benennen.

Die Zertifizierung des regionalen Kursangebotes und deren Referenten erfolgt durch die Prüfgruppe der DQGG.

Durch die Zertifizierung wird sichergestellt, dass alle Angebote nach den Ausbildungsrichtlinien der DQGG erfolgen.

Übersicht des zweistufigen Zertifizierungsprozesses

Stufe1 Kursleiter



Stufe2 Lehrer



Eingangsvoraussetzungen

Zugang zur Ausbildung haben in der Regel nur Personen, die eine mindestens 2jährige Qigong-Übungserfahrung oder eine Qigong-verwandte Methode (z.B. Taijiquan, Meditation, Yoga etc.) nachweisen können. Alle Teilnehmer müssen außerdem Mitglied der DQGG sein bzw. werden.

Abschlüsse & Zertifikate der Zweistufigen Ausbildung

Am Ende einer jeweiligen Ausbildungsstufe findet ein Abschlusskolloquium statt.

Auf der **Stufe 1** wird der zu Prüfende eine schriftliche Prüfung (ca. 10 Fragen zur TCM und 10 Fragen zur Übungspraxis), eine Lehrprobe von 30 Minuten Dauer und ein mündliches Prüfungsgespräch durchführen. Eingangsvoraussetzung für das Kolloquium ist die Vorlage einer schriftlichen Hausarbeit zu einem Qigong-relevanten Thema. Umfang dieser Hausarbeit ca. 5..20 DIN-A4- Seiten.

Der Abschluss der **Stufe 2** beinhaltet eine schriftliche Prüfung (ca.15 Fragen zur TCM und 15 Fragen zur Übungspraxis), eine Lehrprobe von 30 Minuten Dauer und ein Prüfungsgespräch. Auch auf dieser Stufe ist die Vorlage einer schriftlichen Hausarbeit Zulassungsvoraussetzung zur Teilnahme am Abschlusskolloquium. Desweiteren müssen 60 Zeitstunden (= 80 Unterrichtsstunden) eigenverantwortlicher Kursunterricht nachgewiesen werden.

Bei erfolgreicher Teilnahme an den Abschlusskolloquien werden den Absolventen die Zertifikate verliehen, die auch als Ausbildungsnachweise dienen.

Abschluss der Stufe 1: Zertifikat zum „Kursleiter/Kursleiterin der DQGG“,

Abschluss der Stufe 2. Zertifikat zum „Lehrer/Lehrerin der DQGG“.

Die Zertifikate der Stufe 1 berechtigen Qigong in Basiskursen eigenverantwortlich zu unterrichten,
die Zertifikate der Stufe 2, berechtigen Qigong in Kursen und Seminaren eigenverantwortlich zu unterrichten.

Eine ständig aktualisierte Liste der von DQGG zugelassenen Kursleitern und Lehrern wird in der Mitgliederzeitung und auf der Homepage veröffentlicht.

Sicherung der Standards für Qigong- Lehrende

Im Sinne der Qualitätssicherung verpflichten sich alle Lehrenden der DQGG zur ständigen Weiterbildung von mindestens 12 Zeitstunden(16 UE) pro Kalenderjahr.

Bei Kursleitern entspricht dies der Teilnahme an zertifizierten Ausbildungsseminaren, bei Lehrern die Teilnahme an zertifizierten Aus- oder Weiterbildungsseminaren.

Die DQGG sorgt für ein zertifiziertes Weiterbildungsangebot. Die Zertifizierung der Kurse/Seminare erfolgt durch den Weiterbildungsbeirat der DQGG.

Ausbildungsinhalte der Zweistufigen Ausbildung zum Lehrer der DQGG

Die Ausbildung der DQGG vermittelt praktische und theoretische, aber auch pädagogische und didaktische Inhalte. Im Einzelnen ergeben sich folgende Ausbildungsinhalte:

Stufe 1: Kursleiter

Qigong-Praxis

- Sicheres Können einer längeren Übungsform aus dem Bereich des bewegten Qigong (Donggong)
- Erlernen mehrerer kürzerer, in sich geschlossener Basisübungen, die für den eigenen Anfängerunterricht von Bedeutung sind.
- Grundlagen des Qigong-Standes
- Kenntnis elementarer Übungsprinzipien und ihrer Anwendung in verschiedenen Übungsformen.
- Basiserfahrungen aus dem Übungsspektrum des Stillen Qigong (Jinggong), z.B.: Inneres Lächeln, Heilende Laute, Visualisierungstechniken etc.
- Grundlagenkenntnisse aus dem Bereich der Qigong-Massage und Selbstmassage
- Die Ausbildung sollte von einer regelmäßigen, intensiven Übeerfahrung begleitet sein (täglich ca. 0,5 Stunden), um den Einfluss von Qigong auf das eigene Befinden zu erfahren.

Qigong-Theorie

- Grundbegriffe des Qigong
- Kenntnis der 3 Säulen/Regulationen (Körper, Atmung, Geist) des Qigong
- Geschichte und Tradition des Qigong (Richtungen, Stile, Systeme)
- Innere und äußere Haltung beim Qigong
- Möglichkeiten und Grenzen des Qigong
- Umgang mit Notfällen, Kenntnisse in Erster Hilfe

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

- Grundlagenwissen zur Lehre von Yin und Yang, den 5 Wandlungsphasen, den Vitalsubstanzen und dem Meridiansystem
- Erfassung grundlegender Zusammenhänge von TCM-Theorie und Qigong-Praxis
- Anwendung und Verdeutlichung der TCM anhand praktischer Übungen

Pädagogik / Didaktik

- Allgemeine Theorie und Praxis des Qigong-Unterrichts
- Unterrichtsführung/-stile /-formen
- Erlernen der Fähigkeit zur Schaffung einer positiven Unterrichts Atmosphäre, Entwicklung der Lehrpersönlichkeit
- didaktisch-methodische Kompetenz, Stoff- und Methodenauswahl
- Erwartungshorizont der Übenden
- Bewegungslehre, Anatomie, Physiologie
- erste eigenständige Unterrichtserfahrungen werden empfohlen, sind jedoch nicht Pflicht

Ein Grundverständnis anatomischer Zusammenhänge wird erwartet, um die Bewegungsweise im Qigong und die dazugehörigen Prinzipien besser verstehen zu können. Kenntnisse aus der westlicheren Bewegungslehre und dem Bereich des Sports können dabei ebenso behilflich sein. Die grundlegenden Wechselwirkungen zwischen Körper (Haltung), Geist

(Vorstellungskraft/Aufmerksamkeit) und Emotionen (Gefühlsausdruck) sollten bekannt sein und im eigenen Qigong-Unterricht bearbeitet werden.

Stufe 2: Lehrer

Qigong-Praxis

- Kenntnis von mindestens einer weiteren längeren Übungsreihe aus dem Bereich des bewegten Qigong (Donggong). Hierunter fallen auch Qigong-Reihen in Fortbewegung wie z.B. das GuoLin Qigong oder das System der Organschritte. Die Lehrenden sollten über Wirkungsweise und Zielsetzung der jeweiligen Übung Bescheid wissen und auf mögliche Nebenwirkungen und Fehler eingehen können.
- Vertiefte Erfahrungen mit dem Stillen Qigong (Jinggong) und der Qigong- Meditation z.B.: Kleiner Kreislauf, Einsatz bestimmter Atemtechniken wie Dantian-Atmung etc.
- Basiserfahrungen mit dem System des Spontanen Qigong (Zifagong)
- Spezielle ergänzende Übungen zur Schulung von Imagination, Aufmerksamkeit und Atemführung
- Auch auf dieser Stufe wird eine regelmäßige individuelle Selbstübungspraxis erwartet (0.5 Stunden täglich)

Qigong-Theorie

- Vertiefung der Inhalte aus Stufe 1
- Philosophische und theoretische Grundlagen des Qigong (Daoismus, Konfuzianismus, Buddhismus)
- Vertiefte Geschichte und Tradition des Qigong
- Möglichkeiten und Grenzen von Qigong in verschiedenen Einsatzbereichen
- Grenzen der eigenen Möglichkeiten

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

- Vertiefung der Inhalte aus Stufe 1
- Das chinesische Körper-Energie-Modell (Meridiane, außerordentliche Leitbahnen, usw.)
- Die Zang/Fu-Organen als energetische Funktionskreise
- Einführung in die Diagnostik und Pathologie der TCM
- Es gilt ein Verständnis zu schaffen für die ganzheitliche Betrachtungsweise des Menschen anhand der TCM, für die Ansichten der TCM über Krankheitsentstehung, -vorbeugung, -therapie, sowie den Stellenwert von Qigong in diesem Zusammenhang.

Pädagogik / Didaktik

- Auseinandersetzung mit der eigenen Motivation Qigong zu unterrichten
- Kenntnis gruppenspezifischer Gestaltungsprozesse und Training eines angemessenen Umgangs mit den Rollen, Funktionen und emotionalen Bewegungen von Teilnehmer in Qigong-Gruppen (z.B. Widerstand, Kritik, Frustration, Resignation etc.).
- Didaktische Kompetenz: z.B. Themenschwerpunkte setzen zu können, stoffliche Reduktion, Methodenauswahl, Medieneinsatz, Anpassung der Übungen an spezifische Bedürfnisse der Teilnehmer, etc.
- Die Polaritätsprinzipien von Yin und Yang als Gestaltungsmittel im Unterricht einsetzen können z.B.: Theorie - Praxis, Ruhe - Bewegung, Lernen - Üben, Anleitung - erläutersfreie Übungsgestaltung, Spannung - Entspannung, etc.
- Erlernen der Fähigkeit zur korrigierenden Unterstützung und Hilfe

- Beherrschung der verschiedenen Organisationsformen des Qigong-Unterrichts: Frontal-, Gruppen - Einzelunterricht, Binnendifferenzierung, etc.
- Fähigkeit zum Kulturtransfer: Übertragung von Sprach- und Denkmustern aus China in den Westen. Fähigkeit innere und äußere Bewegungen mit stimmigen Bildern und Vorstellungen zu unterlegen.
- Fähigkeit, unterschiedliche Lernkanäle zu bedienen. Optisch: exakte Vorführung; akustisch: genaue Erklärung; taktil: Erspüren und Erfühlen von Bewegungsabläufen.
- Mit zunehmender Dauer der Ausbildung auf Stufe 2 sollte der Umfang der eigenverantwortlichen Unterrichtstätigkeit größer werden. Regelmäßige Lehrproben bzw. Unterrichtsversuche und deren kollegialer Intervention bzw. Supervision in den Ausbildungsgruppen selbst, sind ebenfalls wichtige Bausteine der Ausbildung.

Anerkennung von sonstigen Ausbildungszeiten

In der Regel werden für die Ausbildung nur Seminare anerkannt, die von den Ausbildenden der DQGG als Ausbildungsveranstaltungen ausgewiesen sind. Sie finden als Wochenendseminare oder mehrtägige Blockseminare statt.

Fallweise können auch Veranstaltungen chinesischer Gastdozenten berücksichtigt werden, sofern sie in Inhalt und Qualität den Zielen des Ausbildungsplanes entsprechen.

Die regionalen Ausbildungsleiter entscheiden über die Anerkennung der außerhalb der DQGG erworbenen Zertifikate.

Von der ebenfalls mit einem Zertifikat abzuschließenden Spezialkursleiterausbildung „Qigong für Kinder und Jugendliche“ werden Teile für die allgemeine Ausbildung der Stufe 1 anerkannt. Noch fehlende Ausbildungsinhalte sind auf der Basis eines Vergleiches der Curricula nachzuholen.

Zertifizierungsprozess 2, Anerkennung als Ausbilder der DQGG

Allgemeines

Die Erlaubnis für die DQGG als Ausbilder zu arbeiten, ist an die Mitgliedschaft in der Gesellschaft gebunden und erstreckt sich ausschließlich auf die Ausbildungsarbeit innerhalb der Gesellschaft. Eine Ernennung zum Ausbilder ist somit grundsätzlich an eine regelmäßige Ausbildungstätigkeit im Rahmen des Ausbildungssystems der DQGG gekoppelt unter Einhaltung der von der Mitgliederversammlung jeweils beschlossenen Ausbildungsrichtlinien.

Voraussetzungen für die Anerkennung

Folgende Eingangsvoraussetzungen sind für die Anerkennung als Ausbilder der DQGG gefordert:

- eine Übe-/Erfahrungszeit von mindestens 10 Jahren
- eine Zertifizierung als Lehrer der DQGG
- eine 8 jährige Lehrtätigkeit, die eine mindestens 6-jährige Unterrichtserfahrungszeit nach Abschluss einer Lehrerausbildung enthält. Diese beinhaltet die Erteilung von Kursen, Wochenend- und Wochenblockseminaren.
- eine mindestens 3 jährige Mitgliedschaft in der DQGG
- eine zusätzliche Hospitationszeit wird von der Prüfgruppe der DQGG unter Berücksichtigung der vorliegenden Qualifikationen festgelegt und kann in Form von Mitarbeit bzw. Assistenz an der Ausbildung von Kursleitern und Lehrern bei schon praktizierenden Ausbildern der DQGG erbracht werden.

Anerkennung

Die Anerkennung durch die Prüfgruppe der DQGG erfolgt nach schriftlicher und persönlicher Vorstellung unter Berücksichtigung der Eingangsvoraussetzungen.

Standards zur Ausübung der Ausbildertätigkeit

Im Sinne der Qualitätssicherung verpflichten sich die Ausbilder zu gemeinsamer Fort- und Weiterbildung, die durch die Prüfgruppe der DQGG jährlich organisiert wird.

Ausschlusskriterien:

Das Zertifikat „Ausbilder der DQGG“ ist eine reine Funktionsbeschreibung und somit kein lebenslang erworbener Status oder Titel.

Nach mindestens 3jähriger Nichtausübung der Ausbildungstätigkeit für die DQGG erlischt die Berechtigung im Namen der DQGG auszubilden.

Der Status als Ausbilder kann auch durch Weiter- und Fortbildungen im Namen der DQGG gewahrt werden. In Fällen der Nichteinhaltung der Ausbildungsrichtlinien der DQGG kann der Ausbildungsbeirat in Absprache mit dem Vorstand die Anerkennung zum Ausbilder zurücknehmen. Der/die Betroffene ist dabei vorher anzuhören.