

Informationen zur Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK

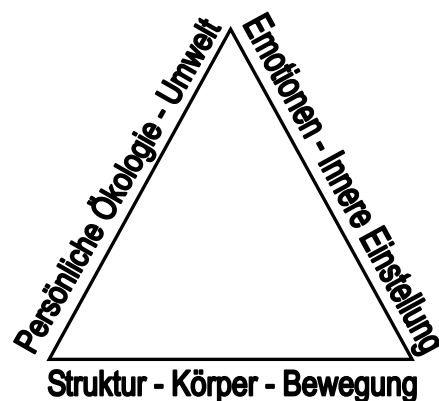
Begleitende Kinesiologie (BK)

Die Begleitende Kinesiologie versteht sich als Hilfe zur Selbsthilfe, sowohl im Bereich der Gesunderhaltung als auch der persönlichen Entwicklung. Sie umfasst damit auch ganzheitliche Lern-, Wachstums- und Entwicklungsförderung. Dabei stehen die eigene Kompetenz und das persönliche Potenzial für verschiedenste Lebensbereiche im Mittelpunkt. Ziel der Begleitenden Kinesiologie ist, sich selber besser kennen zu lernen, lebendiger zu werden, Anspannung und Entspannung in ein neues Gleichgewicht zu bringen, mehr Wahlmöglichkeiten zu entdecken und diese zu manifestieren und umzusetzen.

Ausgegangen wird von der Grundannahme, dass dem Menschen ein komplexes Energiesystem zugrunde liegt, das sich permanent weiterentwickeln möchte und trainiert werden kann.

1 Arbeitsweise und Wirkung

Im Entwicklungsprozess der Begleitenden Kinesiologie geht es darum, bewusste und unbewusste Informationen in Erkenntnis umzuwandeln und diese bewusst zur persönlichen Entwicklung zu nutzen. Jedem von uns begegnen heute vielfältige **Herausforderungen**, die es nicht mehr als Problem sondern als Lernchance zu nehmen gilt. Diese können u. a. in den Bereichen Umwelt, Emotionen oder Bewegung liegen. In der Kinesiologie drücken wir dieses Verhältnis im Dreieck der Gesundheit und des Lernens aus:
Persönliche Ökologie, innere Einstellung, Körper.



Die längerfristige Überbetonung einer Seite dieses Dreiecks kann zu Ungleichgewichten oder Blockierung führen. Eine solche Blockade kann eine nicht verarbeitete Situation oder eine in der Gegenwart unangemessene Reaktion sein. Das Körper-Geist-Seele-System sendet Signale, die den Menschen auffordern, in Bewegung zu gehen, fortzuschreiten und sein Handeln zu verändern.

Mit Hilfe der Begleitenden Kinesiologie, durch unterstützendes Hinterfragen, Informationsaustausch und Klärung sowie durch das Muskelfeedback kann der Klient eine *neue Sichtweise* entwickeln, ein neues Bezugssystem erstellen, um die bislang nicht genutzte Erfahrung neu aufzuschlüsseln und zu verwenden.

Den Ablauf der kinesiologischen Begleitung eines Entwicklungsprozesses nennen wir **Balance**. Wir arbeiten nach folgender Systematik:

Das 5-Schritte-Lern-Modell

Schritt 1: Vorbereitung und Auftragsklärung

Schritt 2: Zielformulierung

Schritt 3: Bestandsaufnahme und Voraktivitäten

Schritt 4: Unterstützung durch kinesiologische Techniken

Schritt 5: Bewusstwerden der neuen Wahl und Transfer in den Alltag

Jede Balance ist damit in sich abgeschlossen.

2 Arbeitsfelder

Die Begleitende Kinesiologie hat in den letzten Jahren weite Verbreitung in der Bevölkerung in verschiedensten Berufsgruppen gefunden. Sie kann von Menschen jeden Alters als Selbsthilfemethode oder professionell zur Lebensbegleitung bei einem Kinesiologen genutzt werden.

Kinesiologie kann als berufliche Ausbildung gewählt oder als Fortbildung in den ausgeübten Beruf integriert werden.

Die Unterstützung durch Kinesiologie hat viele Aspekte, die den menschlichen Grundbedürfnissen und auch dem Zeitgeist entsprechen.

- Eigenverantwortung, Salutogenese (eigene Gesunderhaltung)
- Resilienz/Aufbau der seelischen Widerstandskraft
- Bewegung zur Gehirnaktivierung und Gesundheitsvorsorge
- Soziale Einbindung, Zwischenmenschlichkeit und Teamfähigkeit
- Willensstärke, Konfliktfähigkeit, Durchhaltevermögen und die Bereitschaft, auch Unangenehmes für die eigene Entwicklung in Angriff zu nehmen
- Leistungsbereitschaft

Durch ihre spezifische Arbeitsweise reicht ihr Nutzen in die unterschiedlichsten Tätigkeitsfelder hinein:

- Stressmanagement im Berufs- und Privatleben
- Lebensbegleitung und Lebensbewältigung

- Aktivierung der Lebensenergie, der Selbsthilfe, Selbstverantwortung und des Selbstmanagements
- Anleitung von Lern- und Wachstumsprozessen
- Sport und Bewegung
- Gesundheitsvorsorge, Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung
- Auf- und Ausbau des Lernpotenzials
- Gegenwartsorientierung und Zielrichtung
- Information und Aufklärung
- Erkenntnisorientierte Prozessbegleitung
- Erkennen des eigenen Potenzials, der Lebensqualität und der Herausforderungen
- Entscheidungsfindung
- Konfliktbegleitung
- Unterstützung von Familien, Kindern und Lehrern in der Erziehung und bei Schulproblemen
- Schaffung von Eigenständigkeit „Ich lerne, was ich für mich tun kann.“
- Steigerung des Selbstwertgefühls
- Toleranz gegenüber Fehlern
- Unterstützung der Eigenwahrnehmung

Die **Begleitenden KinesiologInnen** berücksichtigen körperliche, emotionale und das Umfeld betreffende Bereiche und begleiten den Klienten oder Kunden in dessen Auftrag und so lange dieser es für nötig hält.

Begleitende KinesiologInnen arbeiten im Berufsfeld „Weiterbildung“ als Coach, Berater und/oder Trainer.

Als **Coach** begleiten sie Menschen, die Denk-, Gefühls- und Handlungsmuster verinnerlicht haben, durch die sie in bestimmten Situationen gestört bzw. behindert werden. Die Aufgabe des Coachs ist es, den Klienten in alltäglichen Lebenssituationen zu begleiten und in folgenden Bereichen zu unterstützen:

- Bewusstsein zu fördern
- Gefühle, Gedanken und körperliche Ausdrucksformen erkennen, empfinden und spüren zu können
- eine Prioritätsliste erstellen zu können
- eine individuell passende Strategie zum Lernen und Wachsen entwickeln zu können

Der Coach arbeitet auf der Eins-zu-Eins-Ebene. Das Arbeitsfeld umfasst die gesamte Bandbreite des menschlichen Lebens und Erfahrens wie Bildung, zwischenmenschliche Beziehungen, Bewegung, Gesundheit, Familie, Schule, Arbeitswelt, Sport usw.

Ist der Begleitende Kinesiologe (BK) als **Berater** tätig, so geht es um Information, Klärung, Sondierung, Erschließung individueller Hilfsmöglichkeiten usw. Diese Arbeit umfasst sowohl die Beratung von einzelnen Menschen oder Gruppen, wie Familien, Schulklassen, Teams, als auch von Institutionen.

Der BK kann auch als **Trainer** unterrichtend tätig sein, wenn er über eine entsprechende Lehrbefähigung aus einem Instruktor-Training verfügt.

Die Arbeit als Coach, Berater und/oder Trainer geht oft ineinander über.

Als Berufsverband ist die DGAK dem DVWO (Dachverband der Weiterbildungsorganisationen) angeschlossen. Der DVWO hat es sich zur Aufgabe gemacht, für Qualität auf dem Weiterbildungsmarkt zu sorgen und gleichzeitig das Berufsfeld für Coach, Berater und Trainer abzusichern.

Das IKC (International Kinesiology College) hat die Ausbildung zum Begleitenden Kinesiologen DGAK als dreijährige Ausbildung geprüft und 2005 anerkannt. Die Standards dieser Ausbildung werden als dreistufige Ausbildung in Gestalt von Basis-, Aufbau- und Expertenstufe umgesetzt.

3 Zertifizierte 3-stufige Ausbildung BK DGAK

Begleitende Kinesiologie DGAK

(siehe Bestimmungen und Richtlinien (B+R) der DGAK für die Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK)

Die ca. 3-jährige Ausbildung zum Begleitenden Kinesiologen DGAK erfolgt nach den Richtlinien der DGAK an privaten Ausbildungsinstituten in drei Stufen. Die Ausbildung wird von der DGAK geprüft.

Die Ausbildung BK DGAK ist in 2 Säulen (siehe **3.8**) gegliedert:

Säule 1 – 600 Stunden - Kinesiologiekurse und vertiefende Bereiche

Säule 2 – 600 Stunden - Selbsterfahrung / Selbststudium / Supervision und Praktische Anteile

Als Basiswissen gelten die Grundkurse Touch For Health 1 bis 4, Brain Gym® 1 und 2, wünschenswert sind Tools Of The Trade und Basic One Brain. Dieser Katalog an Pflichtkursen soll dem Klienten eines DGAK-geprüften Begleitenden Kinesiologen eine gewisse Sicherheit der erbrachten Leistung garantieren, dergestalt, dass bestimmte Grundlagen in der Beratung erwartet werden können. Die Beratung bei unterschiedlichen Begleitenden Kinesiologen soll vergleichbar

sein. Diese Standardisierung dient ebenfalls dazu, das Berufsbild in der Gesellschaft zu etablieren.

Für den, der zunächst für sich prüfen möchte, ob dies der geeignete Weg ist oder der sich möglicherweise noch nicht so lange verpflichten möchte, bieten einige Institute als Einstieg zur persönlichen Weiterentwicklung die **Basisausbildung** (siehe 4 – Struktur der Ausbildung) von ca. einem Jahr an.

3.1 Zielgruppe

Menschen mit Interesse an Menschen

3.2 Voraussetzungen

- Abitur oder abgeschlossene Berufsausbildung bzw. dreijährige berufliche Tätigkeit oder gleichwertige Qualifikationen
- Empfohlen: Bewerbungsgespräch mit folgenden Inhalten:
 - Darlegung der persönlichen und beruflichen Erfahrungen
 - Soziale Kompetenz
 - Belastbarkeit
 - Eigenverantwortung
 - Erläuterung der selbstständigen Tätigkeit als BK (Institut)
 - Erläuterung des augenblicklichen Berufsstatus der Begleitenden Kinesiologen (Institut)

3.3 Umfang

- Ca. 3 Jahre berufsbegleitend
- Mindestens 600 Kursstunden (Säule 1)
- Mindestens 600 Stunden Selbststudium und praktische Anteile (Säule 2 - siehe Kapitel 4 Struktur der Ausbildung und „Bestimmungen und Richtlinien zur Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK (B+R))

3.4 Ablauf der Ausbildung

- Ca. 3-jährige Ausbildung an einem Ausbildungsinstitut eigener Wahl (siehe 3.8 Institute und 4 Struktur der Ausbildung)
 - 1. Stufe: Basisstufe
 - 2. Stufe: Aufbaustufe
 - 3. Stufe: Expertenstufe

oder

- **Modulsystem**
 - Die vorgeschriebenen Kurse können eigenständig zusammengestellt werden (siehe Mindestvoraussetzungen und Ausführungsbestimmungen).
 - Die außerkurslichen Anteile in Eigenarbeit müssen nachgewiesen werden.
 - Der Prüfling beantragt die Zulassung zur Prüfung bei einem Institut, das die zertifizierte Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK anbietet.

3.5 Abschluss

- **Abschlussprüfung**
 - **Schriftlich, mündlich und praktisch**
- **Abschluss - Titel¹**
 - **Kinesiologin BK DGAK zertifiziert**
 - **Kinesiologe BK DGAK zertifiziert**



- **DGAK-Status**

Die Aufnahme in die DGAK erfolgt auf Antrag der TeilnehmerInnen

- Level 1: nach Abschluss der Basisstufe mit Prüfung
- Level 2: nach Abschluss der Aufbaustufe mit Prüfung
- Level 3 BK DGAK: mit erfolgreicher Abschlussprüfung der Expertenstufe

¹ S. 3.6 Titel bis 02./2012

3.6 Berufsstatus

Mit der Vergabe des Titels „Kinesiologin BK DGAK zertifiziert“ bzw. „Kinesiologe BK DGAK zertifiziert“ (bis Februar 2012: „Begleitende Kinesiologin DGAK / Begleitender Kinesiologe DGAK“) bescheinigen das ausbildende Institut und die DGAK den Absolventen der Ausbildung, dass sie qualifiziert arbeiten können im Berufsfeld „Weiterbildung“ als Coach, Berater und Trainer.

Dieses Berufsfeld wird unterstützt über die Mitgliedschaft der DGAK im DVWO und dem Forum Werteorientierung in der Weiterbildung (vgl. DVWO Qualitätsmodell und den Berufskodex) und über die internationale Anerkennung des IKC (siehe unter 3.7).

3.7 International Kinesiology College (IKC)

Das IKC (International Kinesiology College) hat die Ausbildung zum Begleitenden Kinesiologen DGAK als dreijährige Ausbildung geprüft und anerkannt. Die Standards dieser Ausbildung werden als dreistufige Ausbildung in Gestalt von Basis-, Aufbau- und Expertenstufe umgesetzt.

Für eine IKC-Anerkennung können sich bewerben:

- andere Kinesiologie-Verbände für Ausbildungsminimalkriterien
- Ausbildungsinstitute für ihre Ausbildung, sobald zwanzig Teilnehmer die Ausbildung abgeschlossen haben
- einzelne KinesiologInnen für die Bezeichnung „IKC Professional Kinesiologist“

3.8 Ausbildungsinstitute für Begleitende Kinesiologie DGAK

Die ca. 3-jährige Ausbildung ‚Begleitenden Kinesiologen DGAK‘ wird in folgenden 3 Stufen umgesetzt: Basis-, Aufbau- und Expertenstufe

Die DGAK hat an mehreren Instituten die 3-stufige Ausbildung ‚Begleitende Kinesiologie DGAK‘ geprüft und zertifiziert.

Die jeweils aktuelle Liste der Ausbildungsinstitute finden Sie auf der Homepage des Berufsverbandes DGAK unter

http://www.dgak.de/eip/pages/begleitenden_kinesiologinnen_dgak.php

4 Struktur der Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK in 3 Stufen und 2 Säulen

(Stand: Februar 2016)

Die hier aufgeführten Inhalte, Kurse und Stundenzahlen beschreiben die **Mindestanforderungen**, damit die jeweilige Ausbildung den Richtlinien der DGAK entspricht. (Siehe Ausführungsbestimmungen zu „Komplementärkurse“, „außerkursliche Anteile“ und Abschlussprüfungen.) Es wird empfohlen, neben der Ausbildungsleitung andere Lehrpersonen einzubeziehen.

- Die Gesamtausbildung in 3 Stufen dauert ca. 3 Jahre.
- Erfahrungen der Teilnehmer können in Absprache mit den Ausbildungsstätten anerkannt werden.

Die Ausbildung basiert auf 2 Säulen:

- **Säule 1:** Kinesiologie-Kurse, vertiefende Bereiche, institutsinterne Kurse
- **Säule 2:** Außerkursliche Anteile

Die Grenzen zwischen den Kinesiologiekursen und den Komplementärkursen bzw. vertiefenden Bereichen sind fließend, da in den meisten Komplementärkursen (z.B. „Aufbau und Funktion des menschlichen Körpers“) kinesiologische Vorgehensweisen integriert sind (insbesondere Balancen zu entsprechenden Themen). In der Ausbildung Begleitende Kinesiologie steht das praxisorientierte Lernen als selbstverantwortlicher Prozess im Vordergrund. Das zeigt sich in den Strukturen innerhalb der Ausbildung, den Inhalten und ihrer Organisation.

Zwischenprüfungen: Alle Kursinhalte werden regelmäßig mündlich und/oder praktisch und/oder schriftlich gemäß Prüfungsordnung überprüft.

Abschlussprüfung: Diese wird vor der Ausbildungsleitung und einem externen Begutachter der DGAK abgelegt (für Schweizer Absolventen vor einem KineSuisse-Experten).

- Schriftliche Facharbeit (ca. 20 Seiten, 120 Stunden)
- schriftliche Prüfung (Klausur)
- mündliche Prüfung
- praktische Prüfung/Balance (Methode nach eigener Wahl, Unterlagen erlaubt, Klient unbekannt)
- Das Studienbuch ist bei der Abschlussprüfung vorzulegen.
- Das Entwicklungstagebuch ist persönlich und wird in Eigenverantwortung geführt.
- Die Anwesenheitspflicht für Kursstunden umfasst 95 %, die Kursinhalte müssen ebenfalls zu 95 % abgedeckt sein.

Die Zahlenangaben sind Zeitstunden. Es werden 7 h/Tag angerechnet, für einen zusätzlichen Abend am Kurstag werden maximal 2 Stunden anerkannt. Pausen werden abgezogen.

Säule 1	Säule 2
<p>Min. 600 Kursstunden, davon:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 500 Stunden Kinesiologie-Kurse • 100 Stunden vertiefende Bereiche 	<p>Außerkursliche Anteile: 600 Stunden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basisstufe mind. 200 Stunden • Aufbaustufe mind. 200 Stunden • Expertenstufe mind. 200 Stunden
<p>Basisstufe: mind. 200 Kursstunden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Touch For Health 1-4 • Brain Gym® 1-2 <p>Wahlweise: Mindestens 35 Stunden aus Kursen der DGAK-Kursliste, empfohlen: Tools Of The Trade und Basis One Brain oder vergleichbare Inhalte (s. Liste)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weitere Kurse der DGAK-Kursliste oder institutsinterne Kurse^{*)} <p>Aufbaustufe mind. 200 weitere Kursstunden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edu-Kinestetik für Fortgeschrittene oder Advanced One Brain oder vergleichbare Inhalte • Standardkurse der DGAK-Kursliste • institutsinterne Kurse* <p>Expertenstufe mind. 200 weitere Kursstunden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Standardkurse der DGAK-Kursliste • institutsinterne Kurse* <p>.....</p> <p>^{*)} Bereich Institutsinterne Kurse 14 Stunden Minimum in jedem der 13 aufgeführten Bereiche.</p> <p>1. Anatomie, Physiologie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anatomie • Physiologie • Sinneswahrnehmung • Bewegung, Entwicklung <p>2. Lernen & Kommunikation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Methodisches Arbeiten • Lernen, Lehrstile, Lernstile, Methoden • Kommunikation, Gesprächsführung • Systeme / System. Fragestellungen (Team) <p>3. Angrenzende Berufsgebiete</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ernährung, Kräuter, Essenzen • Manuelle Techniken • körperzentrierte Methoden, psychische und mentale Trainingsformen <p>4. Aufbau des Berufsfeldes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesetze, Steuern, Versicherungen, Behörden, Marketing usw. • Berufsethik 	<p>Selbststudium / Selbsterfahrung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Persönliches Wachstum (Entwicklungstagebuch / Eigenbalancen / kinesiologische Übungen) • 10 professionelle kinesiologische Balancen nehmen • 10 Stunden Selbsterfahrung in verschiedenen Fachbereichen • Nacharbeiten der Kurse • Literaturstudium <p>Supervision (Ausbildungsleitung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • in der Gruppe, Kleingruppe und einzeln • Übungsgruppe unter Anleitung • 3 Balancen unter Anleitung (ohne Prüfungsbalance), davon 1 ohne Unterlagen, mit fachlich detailliertem Feedback • 4 Balancen mit Feedback der Kleingruppe <p>Praktische Anteile</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsbalancen (Datum, Thema) mit anderen • 2./3. Stufe: 4-5 Hospitationen bei Einzelbalancen bei professionellen Kinesiologen • Übungsgruppen / Peergruppen / Infoveranstaltungen abhalten und/oder hospitulieren • Praktikum in Absprache mit der Ausbildungsleitung mit Praktikumsbericht • Balancereihen mit Protokoll von mind. 3 Klienten mit insgesamt 18 Sitzungen (möglichst Kinder und Erwachsene) • Balancen mit Klienten (protokolliert) <p>Zwischenprüfungen^{*)} Alle Kursinhalte werden regelmäßig mündlich und/oder praktisch und/oder schriftlich überprüft.</p> <p>Abschlussprüfung^{*)}</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facharbeit • Schriftliche Prüfung • Praktische Prüfung • Mündliche Prüfung <p>^{*)} siehe Prüfungsordnung</p> <p><i>Alle außerkurslichen Anteile werden im Studienbuch dokumentiert und müssen zu 100 % erfüllt sein.</i></p>