

Informationen zur Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK

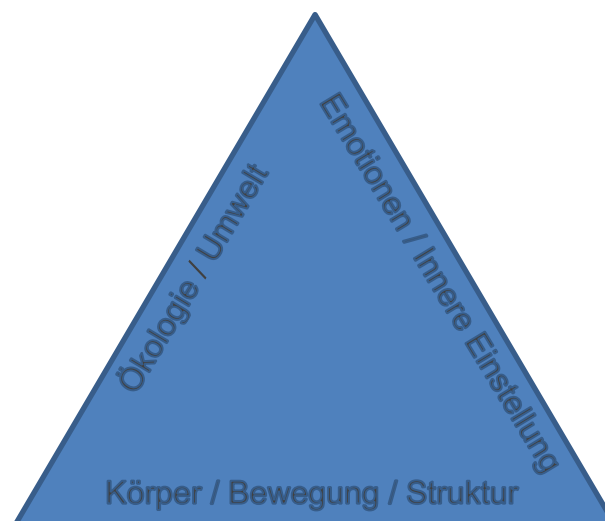
Begleitende Kinesiologie (BK)

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 selbst besser kennen zu lernen, lebendiger zu werden, Anspannung und Entspannung in ein neues Gleichgewicht zu bringen neue Wahlmöglichkeiten zu entdecken, umzusetzen und zu manifestieren.

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 (Probleme → Herausforderungen) 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 Ökologie/Umwelt, Emotionen/Innere Einstellung oder Körper/Bewegung/Struktur liegen. In der Kinesiologie ist modellhaft die „Triade der Gesundheit“ aus dem Touch for Health (Dr. John F. Thie) gebräuchlich. Dieses Modell der Gesundheit ist erweiterbar zur „Triade der Gesundheit und des Lernens“:



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 *neue Sichtweisen* entwickeln, neue Bezugssysteme erstellen, um bislang nicht genutzte Erfahrungen neu aufzuschlüsseln und zu verwenden.

Der Sitzungs-Aufbau ist in den unterschiedlichen Kinesiologischen Methoden graduell verschieden und geprägt von Muskeltest und Noticing sowie einer Unterschiedserfahrung (vorher – nachher). Ein für viele Methoden typischer Sitzungs-Aufbau:

Schritt 1: Kontaktaufnahme/Rapport und Auftragsklärung

Schritt 2: Zielformulierung

Schritt 3: Aktuelle Standortbestimmung (Aktivierung des Ist-Zustands)

Schritt 4: kinesiologische Methodik

Schritt 5: Bewusstwerdung des neuen Standorts bzw. der neuen Wahl und Transfer in den Alltag

Jede Sitzung ist in sich abgeschlossen.

2 Arbeitsfelder

Die Begleitende Kinesiologie hat in den letzten Jahren weite Verbreitung in der Bevölkerung in verschiedensten Berufsgruppen gefunden. Sie kann zur Lebensbegleitung von Menschen jeden Alters als Selbsthilfemethode oder professionell 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, Gesunderhaltung, Salutogenese
- 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 der Nutzen der Kinesiologie in die unterschiedlichsten Felder hinein:

- Bildung und Weiterbildung
- 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
- Entscheidungskompetenz
- 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

Begleitende KinesiologInnen berücksichtigen körperliche, emotionale und das Umfeld betreffende Bereiche und begleiten den Klienten 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 eingeschränkt fühlen. Die Aufgabe des Coachs ist es, den Klienten in alltäglichen Lebenssituationen zu begleiten und zu unterstützen.

Typische Themen der Sitzungen sind:

- Bewusstsein fördern
- Gefühle, Gedanken und körperliche Ausdrucksformen erkennen, empfinden und spüren
- Prioritätslisten erstellen
- individuelle Strategien zum Lernen und Wachsen entwickeln

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 Unterstützungsmöglichkeiten usw. Diese Arbeit umfasst sowohl die Beratung von einzelnen Menschen oder Gruppen, wie Familien, Schulklassen, Teams, als auch von Institutionen.

Der Begleitende Kinesiologe (BK) kann auch als **Kinesiologie-Trainer** unterrichtend tätig sein, wenn er über eine entsprechende Lehrberechtigung in mindestens einer Kinesiologie-Methode verfügt.

Die Arbeiten des Coaches, Beraters und/oder Trainers überschneiden sich bisweilen.

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 Curriculum der Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK erfüllt die Mindestanforderungen der dreijährigen Ausbildung des IKC. Die Anerkennung des IKC erfolgte im Jahr 2005.

Die IKC-Standards dieser Ausbildung werden als dreistufige Ausbildung in Gestalt von Basis-, Aufbau- und Expertenstufe umgesetzt.

3 **Zertifizierte 3-stufige Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK (BK DGAK)**

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

Die dreistufige Ausbildung **Begleitende Kinesiologie DGAK**, die innerhalb von ca. 3 Jahren durchgeführt wird, erfolgt nach den Richtlinien der DGAK. Sie wird an privaten Ausbildungsinstituten angeboten, wobei Institute auch nur die 1. oder 2. Stufe anbieten können. Die Aufteilung in drei Stufen soll den Instituten und Lernenden eine flexible Zeiteinteilung und einen angemessenen Rahmen ermöglichen, den jeweiligen Gegebenheiten angepasst.

Im Folgenden gilt:

| | |
|----------------------|---------------------------------------|
| Basisstufe | entspricht dem 1. Jahr der Ausbildung |
| Aufbaustufe | entspricht dem 2. Jahr der Ausbildung |
| Expertenstufe | entspricht dem 3. Jahr der Ausbildung |

Jede Stufe dieser Ausbildung BK DGAK ist in 2 Säulen gegliedert. (s. Kap. 4)
Das Curriculum soll Ausbildungen gewährleisten, die dem Klienten eines DGAK-geprüften Begleitenden Kinesiologen Sicherheit in Bezug auf die zu erbringende Leistung gibt, so dass die oben definierten Grundlagen in der Sitzung erwartet

werden können. Die Sitzungen bei unterschiedlichen Begleitenden Kinesiologen sollen vergleichbar sein. Außerdem soll sich so das Bild des Berufs in der Gesellschaft weiter etablieren. Das Curriculum und praktische Anteile wie z.B. der Sitzungs-Ablauf tragen zur Standardisierung und Qualitätssicherung bei.

Im Rahmen der Ausbildung Begleitende Kinesiologie DGAK ist es wichtig, Inhalte zu vermitteln, die anerkannt und verbreitet sind. Deswegen zählen zur Basisstufe dieser Ausbildung Seminare, die seit Jahrzehnten auf dem internationalen Markt etabliert sind und sich bewährt haben. Diese Kurse befinden sich auch auf der Kursliste der DGAK.

Zurzeit sind die Grundkurse Touch for Health 1 - 4 und Brain Gym® 1 + 2 verpflichtender Inhalt der Ausbildung, empfohlen werden Tools of the Trade, Edu-Kinestetik für Fortgeschrittene oder vergleichbare Inhalte wie die Aufbaukurse von Three in One (3in1), Transformationskinesiologie (TK), Entwicklungskinesiologie (Ewiki), Health Kinesiology, Leap, NMK, Hyperton X, Neurotraining, Systemische Kinesiologie oder Energy Psychology.

3.1 Zielgruppe

Die Ausbildung richtet sich an Menschen, die durch qualifizierte Ausbildung die Befähigung erlangen möchten, mit Menschen kinesiologisch zu arbeiten.

3.2 Voraussetzungen

- Mittlere Reife oder eine abgeschlossene Berufsausbildung bzw. dreijährige berufliche Tätigkeit oder gleichwertige Qualifikationen
- Bewerbungsgespräch mit folgenden Inhalten:
 - Bewerber wird befragt zu:
 - Darlegung der persönlichen und beruflichen Erfahrungen
 - Soziale Kompetenz
 - Belastbarkeit
 - Eigenverantwortung
 - Institut führt aus:
 - Erläuterung der Tätigkeit als Begleitender Kinesiologe
 - Erläuterung der augenblicklichen Berufssituation der Begleitenden Kinesiologen

3.3 Umfang

- Ca. 3 Jahre berufsbegleitend
- mindestens 600 Stunden Fachunterricht = Säule 1
- mindestens 600 Stunden selbstorganisierte Anteile = Säule 2 (siehe Kapitel 4)

3.4 Ablauf der Ausbildung

- Dreistufige 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 Mindestanforderungen und Ausführungsbestimmungen).
 - Die selbstorganisierten Anteile aus Säule 2 müssen nachgewiesen werden.
 - Der Prüfling beantragt die Zulassung zur Prüfung bei einem Institut, das die zertifizierte Ausbildung **Begleitende Kinesiologie DGAK** anbietet.

3.5 Abschluss der Expertenstufe

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



¹ S. 3.6 Titel bis 02/2012

- **DGAK-Status aller Ausbildungsstufen**

Die Aufnahme in die DGAK erfolgt auf Antrag der AusbildungsteilnehmerInnen

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

3.6 Ausbildungswege / Berufsbezeichnung

Kinesiologe/in BK DGAK Basisstufe

Dieses Mitglied hat die **Basisstufe** der 3-stufigen Ausbildung **Begleitende Kinesiologie DGAK**, die von der DGAK geprüft und zertifiziert wurde, absolviert. Die Basisstufe (1. Stufe) wurde mit der Institutsprüfung erfolgreich abgeschlossen.

Nur der Abschluss dieser Basisstufe berechtigt zum Tragen des Titels **"Kinesiologe/in BK DGAK Basisstufe"**.

Kinesiologe/in BK DGAK Aufbaustufe

Dieses Mitglied hat die **Aufbaustufe** der 3-stufigen Ausbildung **Begleitende Kinesiologie DGAK**, die von der DGAK geprüft und zertifiziert wurde, absolviert. Die Aufbaustufe (2. Stufe) wurde mit der Institutsprüfung erfolgreich abgeschlossen.

Nur der Abschluss dieser Aufbaustufe berechtigt zum Tragen des Titels **"Kinesiologe/in BK DGAK Aufbaustufe"**.

Kinesiologe/in BK DGAK zertifiziert (Expertenstufe)

Dieses Mitglied hat die 3-stufige Ausbildung **Begleitende Kinesiologie DGAK**, die von der DGAK geprüft und zertifiziert wurde, absolviert und die Abschlussprüfung bestanden.

Die Expertenstufe (3. Stufe) wird von der Ausbildungsleitung des Instituts und einem BK DGAK-Prüfer abgenommen.

Nur der Abschluss dieser Expertenstufe berechtigt zum Tragen des Titels **"Kinesiologe/in BK DGAK zertifiziert"** (bis Februar 2012: „Begleitende Kinesiologin DGAK / Begleitender Kinesiologe DGAK“).

Das Berufsfeld wird gestärkt über die Mitgliedschaft der DGAK im DVWO und dem FWW 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)

Die DGAK hat bei der Erstellung ihres Curriculums die IKC-Ausbildungskriterien zugrunde gelegt. Diese sind vom IKC überprüft worden und erhielten im Jahr 2005 die Anerkennung, „IKC Professional Kinesiology Training Program“-

Standards für Deutschland. 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 Ausbildungs-Minimalkriterien
- Ausbildungsinstitute für ihre Ausbildung, sobald zwanzig Teilnehmer die Ausbildung abgeschlossen haben
- einzelne Kinesiologen für die Bezeichnung „IKC Professional Kinesiologist“

3.8 Ausbildungsinstitute für Begleitende Kinesiologie DGAK

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

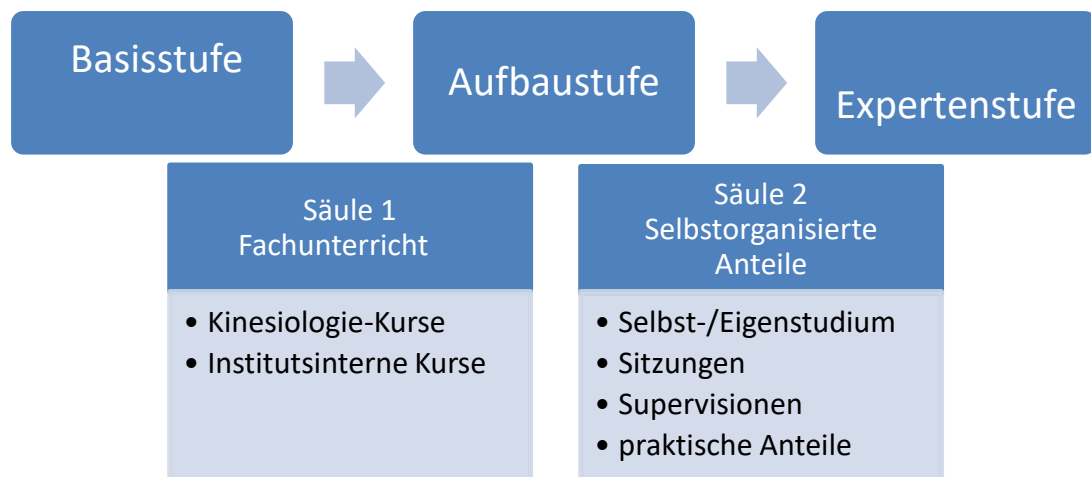
Die jeweils aktuelle Liste der Ausbildungsinstitute finden Sie auf der Homepage des Berufsverbandes DGAK unter <https://www.dgak.de/eip/pages/ausbildung-bk-dgak.php>

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

(Stand: November 2019)

Die hier aufgeführten Inhalte, Kurse und Stundenzahlen beschreiben die **Mindestanforderungen**, damit die jeweilige Ausbildung den Richtlinien der DGAK entspricht.

- Die Gesamtausbildung in 3 Stufen dauert ca. 3 Jahre.
- Erfahrungen der Teilnehmer können in Absprache mit den Ausbildungsstätten anerkannt werden.
- Jede Ausbildungsstufe basiert auf 2 Säulen (s. Kap. 3):



Die Grenzen zwischen den Kinesiologie-Kursen und den Institutsinternen Kursen sind fließend, da in den meisten Institutsinternen Kursen (z.B. „Aufbau und Funktion des menschlichen Körpers“) kinesiologische Vorgehensweisen integriert sind (insbesondere Balancen zu entsprechenden Themen). In der Ausbildung **Begleitende Kinesiologie DGAK** steht das praxisorientierte Lernen und die individuelle Zusammenführung von kinesiologischer Methodik mit komplexeren Inhalten als selbstverantworteter 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 (PO) überprüft.

Abschlussprüfung: Sie wird mit der Ausbildungsleitung und einem Prüfer BK DGAK durchgeführt:

- 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, wird in Eigenverantwortung geführt und ist zur praktischen Prüfung mitzubringen. Da das Tagebuch ausschließlich der Selbstreflexion dient, wird es von niemandem eingesehen.
- Die Mindestanforderungen der DGAK müssen wie folgt erfüllt sein:
 - 90 % der Kursstunden aus Säule 1 (innerhalb von 2 Jahren müssen dem Ausbildungsinstitut fehlende Kursstunden nachgewiesen werden)
 - 100 % Selbstorganisierte Anteile aus Säule 2

| | |
|---|--|
| <p>Säule 1 - Fachunterricht Min. 600 Kursstunden, pro Stufe 200</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinesiologie-Kurse • Institutsinterne Kurse | <p>Säule 2 – Selbstorganisierte Anteile Min. 600 Stunden, pro Stufe 200</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigenstudium • Supervisionen • Praktische Anteile |
| <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 Kursliste der DGAK, empfohlen: Tools of The Trade und Basic One Brain oder vergleichbare Inhalte</p> <p>Weitere Kurse der Kursliste der DGAK oder Institutsinterne Kurse</p> <p>Aufbaustufe mind. 200 weitere Kursstunden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edu-Kinestetik für Fortgeschrittene oder Advanced One Brain oder vergleichbare Inhalte • Kurse aus der Kursliste der DGAK • Institutsinterne Kurse <p>Expertenstufe mind. 200 weitere Kursstunden / Spezialisierung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurse aus der Kursliste der DGAK • Institutsinterne Kurse <p>.....</p> <p>Zusätzliche Institutsinterne Kurse und Kinesiologie-Kurse, exklusive der o.g. Pflichtkurse, die mindestens 14 Stunden in jedem der 13 aufgeführten Bereiche abdecken. Die Bereiche können in einem einzelnen Kurs angeboten werden. Bei Splittung empfehlen wir, max. 3 Bereiche in einem Kurs anzubieten. Diese Bereiche und die Stunden sind transparent aufzuführen.</p> <p>1. Anatomie, Physiologie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anatomie • Physiologie • Sinneswahrnehmung • Bewegung, Entwicklung | <p>Selbst-/Eigenstudium</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 • 3 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 / Lernteams / Info-Veranstaltungen abhalten und/oder hospitieren • 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>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>Abschlussprüfung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facharbeit • Schriftliche Prüfung • Praktische Prüfung • Mündliche Prüfung |
|--|--|

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