

# Ausbildungsrichtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.

Letzte Änderungen beschlossen am 07. November 2020  
an der Jahreshauptversammlung der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.

## Inhalt

|   |   |    |
|---|---|----|
| 1 | Präambel.....   | 2  |
| 2 | Allgemeines.....  | 3  |
| 3 | Ausbildungsorganisation.....  | 4  |
|   | Eingangsvoraussetzungen.....  | 4  |
|   | Struktur der zweistufigen Ausbildung.....   | 4  |
|   | Anerkennung von sonstigen Qigong-Seminaren .....  | 5  |
|   | Abschlüsse/Urkunden .....   | 5  |
|   | Verpflichtung zur Weiterbildung.....  | 6  |
|   | Verzeichnis der Lehrenden.....  | 6  |
| 4 | Ausbildungsplan und Ausbildungsinhalte .....  | 6  |
|   | 4.1 Stufe 1: Kursleiter*in .....  | 7  |
|   | 4.2 Stufe 2: Lehrer*in.....   | 10 |
|   | Qigong-Praxis (78 Zeitstunden).....   | 10 |
|   | Qigong-Theorie (24 Zeitstunden).....  | 10 |
|   | Chinesische Medizin (TCM/CM, 24 Zeitstunden).....   | 11 |
|   | Pädagogik/Didaktik (24 Zeitstunden).....  | 11 |
|   | Abschlussbemerkungen.....   | 12 |
| 7 | Anhänge   |    |
|   | Anhang 1 Seminargebühren und Abgaben in den Ausbildungen der DQGG e.V                               | 13 |
|   | Anhang 2 Richtlinien zur Anerkennung als Ausbilder*in .....   | 14 |
|   | Anhang 3 Richtlinien zur Anerkennung extern ausgebildeter Kursleiter*innen und<br>Lehrer*innen..... | 15 |
|   | Anhang 4 Prozedere für die Antragstellung.....  | 17 |

## 1 Präambel

Qigong ist ein moderner chinesischer Begriff, mit dem viele sehr alte Traditionen der Kultivierung von Qi zusammengefasst werden. Beim Qigong wird der harmonische Fluss der Lebensenergie „Qi“ durch eigenes Üben und Erfahren „Gong“ gefördert.

Qigong bzw. die verschiedenen Praktiken zur Kultivierung des Qi haben sich auf dem Hintergrund fernöstlicher Übungsweise und Lebensphilosophie entwickelt. Die Übungen sind ein wichtiger Bestandteil der Chinesischen Medizin (TCM/CM), die auf Gesunderhaltung besonderes Gewicht legt. Eine regelmäßige Qigong-Praxis stärkt die Übenden im verantwortlichen Umgang mit sich selbst durch die Schulung der Wahrnehmung auf den Ebenen Körper, Seele und Geist.

Die Zahl der Qigong-Methoden ist bis heute in ständiger Entwicklung und ihre Anwendungsmöglichkeiten sind vielfältig. Die Grundelemente basieren auf den gleichen Prinzipien. Es handelt sich um Übungen, die in unterschiedlicher Gewichtung mit Körper, Atmung und Vorstellungskraft arbeiten, um zu Kräftigung, Ausgleich und innerer Ruhe zu gelangen. Qigong-Übungen lassen sich einteilen in bewegte (Donggong) und stille Übungen (Jinggong), sie können auch als äußere und innere Übungen beschrieben werden.

Seit geraumer Zeit findet Qigong auch in der westlichen Kultur und Denkweise breite Resonanz und wird als eine das Wohlbefinden auf allen Ebenen unterstützende Methode zur Vorsorge und Erhaltung von Gesundheit geschätzt. Um zur Förderung und Verbreitung des Qigong beizutragen, hat sich die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. gegründet. Da es ihr ein Anliegen ist, für eine qualifizierte Qigong-Praxis zu sorgen, gibt es eine Kooperation mit Ausbildungsstellen, an denen Mitglieder eigenständig, im Rahmen der Richtlinien der DQGG, Aus- und Weiterbildung für Kursleiter\*innen und Lehrer\*innen anbieten. War früher im Fernen Osten die persönliche Beziehung zwischen Lehrer\*in und Schüler\*in prägend für den Lern- und Entwicklungsweg, so ist heute bei uns eine Ausbildungsstruktur entstanden, die die Befähigung zur Weitergabe von Qigong durch Ausbildungslehrgänge an verschiedenen unabhängigen Ausbildungsstellen mit entsprechenden Abschlüssen und Urkunden regelt.

Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. hat 1999 auf ihrer JHV in München ihre ersten Richtlinien zur Ausbildung von Qigong-Kursleiter\*innen und -Lehrer\*innen beschlossen, die bis heute ständig weiterentwickelt werden. Veränderungen an den Ausbildungsrichtlinien bedürfen der Zustimmung der JHV. Dadurch wurden die Grundlagen und Rahmenbedingungen für Ausbildungen geschaffen, die Qualitätsstandards als Mindestanforderungen für das Ausbildungswesen in Deutschland formulieren. Diese dienen der Sicherung der Qualität des jeweiligen Ausbildungsangebotes, dem Schutz der von den ausgebildeten Lehrkräften zukünftig unterrichteten Kursteilnehmer\*innen und der Transparenz und Vergleichbarkeit der Ausbildungsinhalte.

## 2 Allgemeines

Die Ausbildungen nach den Richtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. sind weder bestimmten Übungssystemen noch chinesischen Meister\*innen verpflichtet. Dies garantiert eine breite Angebotsvielfalt an Methoden und Qigong-Formen.

Die Ausbildungen enthalten folgende Themen: Grundlagen des Qigong, dessen Hintergründe sowie deren fundierte Vermittlung. Neben Qigong-Praxis und -Theorie werden standortspezifische Unterschiede der Ausbildungsgestaltung von den jeweiligen Schwerpunkten der Ausbilder\*innen geprägt.

Die Organisation und Durchführung der Ausbildung erfolgt durch Ausbilder\*innen, die Mitglieder der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. sind, über eine langjährige Erfahrung im Praktizieren und Unterrichten von Qigong verfügen und als Ausbilder\*innen anerkannt sind. Die Vergabe bzw. die Aberkennung der Ausbildungsberechtigung erfolgt nach den im Anhang 2 (Seite 14) beigefügten Richtlinien zur Anerkennung als Ausbilder\*in.

Die von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. anerkannten Ausbilder\*innen verfügen über eine langjährige Übungs- und Lehrerschaft in allen Qigong-relevanten Bereichen, inklusive der Kompetenzen, wie sie für die von den Krankenkassen geforderten „Fachwissenschaftlichen Inhalte“ notwendig sind. Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. gewährleistet ausserdem durch die Bereitstellung von fachwissenschaftlichen Grundlagenscripten, erarbeitet von entsprechend qualifizierten Autor\*innen, die Qualität in den Ausbildungen. Die fachwissenschaftlichen Themen werden auch im Rahmen der Weiterbildungen der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. unterrichtet.

Diese Ausbildung in regional organisierten Ausbildungsgruppen ist für die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. grundsätzlich kostenneutral.

Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. fördert die qualifizierte Ausbildung nach diesen Richtlinien und unterstützt die anerkannten Ausbilder\*innen z. B. mit Informationen auf der Webseite, mit Werbung, Benutzung des Logos, Erstellung eines überregionalen Veranstaltungskalenders, Veranstaltung eines jährlichen Ausbildertreffens zur Fort- und Weiterbildung, Supervision und Betreuung bei Fragen und Problemen durch den Ausbildungsbeirat und Urkundenausstellungen etc.. Im Gegenzug erhält die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. von den regional organisierten Gruppen Ausbildungsabgaben (Anhang 1 Seite 13).

### 3 Ausbildungsorganisation

Die Ausbildungsorte bieten nach den Richtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. folgende Ausbildungen an:

- Ausbildung zur/zum Qigong-Kursleiter\*in und Qigong-Lehrer\*in

#### Eingangsvoraussetzungen

Zugang zur Ausbildung haben in der Regel diejenigen Personen, die eine mindestens zweijährige Übungserfahrung mit Qigong oder Qigong-verbundenen Methoden (z.B. Taijiquan, Meditation, Yoga etc.) nachweisen können.

#### Struktur der zweistufigen Ausbildung

Die Ausbildungsorte bieten eine umfassende Ausbildung zur/zum Qigong-Lehrer\*in nach den Richtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. an. Die Ausbildung erfolgt in zwei Stufen, die als in sich abgeschlossene und aufeinander aufbauende Einheiten konzipiert sind.

Die Mindestausbildungs- oder Unterrichtszeiten sind unterteilt in:

**Stufe 1, Qigong-Kursleiter\*in:** 260 Zeitstunden (h) oder 360 h incl. ZPP-relevanten<sup>oo</sup> Inhalten

**Stufe 2, Qigong-Lehrer\*in:** 150 h

**Gesamtausbildungsdauer:** 410 h oder 510 h incl. ZPP-relevanten Inhalten

<sup>oo</sup>ZPP= **Zentrale Prüfstelle Prävention** (Einrichtung der Krankenkassen, die im Rahmen der Umsetzung des Präventionsgesetzes Kursanbieter\*innen zertifiziert, sodass deren Kurs-Teilnehmende einen Zuschuss erhalten können.)

Die Ausbildung findet in regional organisierten Ausbildungsgruppen statt, die von mindestens zwei anerkannten Ausbilder\*innen vor Ort durchgeführt werden. Die Veranstaltungen der regionalen Ausbildungsgruppen sind auch für die Teilnehmer\*innen anderer Ausbildungsgruppen nach Absprache offen. Die Veranstalter\*innen vor Ort sind verpflichtet ihre Ausbildungsorganisation detailliert offen zu legen und die Inhalte pro Ausbildungseinheit - in der Regel das Wochenendseminar - konkret zu benennen, um die Ausbildungen an den einzelnen Standorten transparent und vergleichbar zu machen.

Ausbildungsteilnehmer\*innen, die nicht regelmäßig in einer festen

Ausbildungsgruppe sind, können nach Rücksprache mit den Ausbilder\*innen vor Ort an den Ausbildungen teilnehmen. Die Begleitung der individuellen Ausbildung übernimmt eine/r der verantwortlichen Ausbilder\*innen.

Die regional veranstalteten Ausbildungen sollten so organisiert sein, dass der Abschluss in der Regel auf Stufe 1 Kursleiter\*in frühestens nach zwei bis drei Jahren, der Abschluss auf Stufe 2 Lehrer\*in frühestens nach vier bis fünf Jahren erreicht wird.

### **Anerkennung von sonstigen Qigong-Seminaren**

In der Regel werden Seminare anerkannt, die von den selbständigen, von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. anerkannten, Ausbilder\*innen als Ausbildungsveranstaltungen ausgewiesen sind.

Sie finden als Wochenendseminare oder mehrtägige Blockseminare statt. Es können nach Absprache auch fortlaufende Kurse oder Einzelstunden zur Anrechnung kommen, wenn sie relevante Ausbildungsinhalte abdecken. Fallweise können auch Veranstaltungen chinesischer Gastdozent\*innen berücksichtigt werden, sofern sie in Inhalt und Qualität den Zielen des Ausbildungsplanes entsprechen.

Die Ausbilder\*innen des jeweiligen Ausbildungsortes entscheiden über die Anerkennung.

### **Abschlüsse/Urkunden**

Am Ende einer jeweiligen Ausbildungsstufe findet ein Abschluss-Colloquium statt.

Auf der Stufe 1 besteht die Prüfung zur/zum Kursleiter\*in aus:

- Einer schriftlichen Prüfung,
- einer praktischen Lehrprobe von 30 min Dauer und
- einem mündlichen Prüfungsgespräch.
- Außerdem ist die Vorlage einer schriftlichen Hausarbeit im Umfang von 5-20 DIN A4-Seiten zu einem Qigong-relevanten Thema eine Voraussetzung für das Colloquium

Das Abschluss-Colloquium auf Stufe 2 beinhaltet:

- Eine schriftliche Prüfung (ca. 15 Fragen zur TCM und 15 Fragen zur Übungspraxis),
- eine Lehrprobe von 30 min Dauer und
- ein Prüfungsgespräch.
- Auch auf dieser Stufe ist die Vorlage einer schriftlichen Hausarbeit Voraussetzung zur Teilnahme am Abschluss-Colloquium.

- Außerdem müssen 30 h eigenverantwortlicher Kursunterricht nachgewiesen werden, die auch teilweise nach dem Abschluss-Colloquium erbracht werden können.

Bei erfolgreicher Teilnahme an den Abschluss-Colloquien erhalten die Absolventen Urkunden, die als Ausbildungsnachweise dienen.

Nach Abschluss werden folgende Urkunden verliehen:

**Stufe 1: „Anerkannte/r Qigong-Kursleiter / -Kursleiterin der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.“**

**Stufe 2: „Anerkannte/r Qigong-Lehrer / -Lehrerin der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.“**

Die Urkunden berechtigen dazu, Qigong eigenverantwortlich zu unterrichten und weiterzugeben.

### **Verpflichtung zur Weiterbildung**

Alle lehrenden Mitglieder der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. haben die Pflicht zur ständigen Weiterbildung von mindestens 18 Zeitstunden im Jahr. Diese Verpflichtung obliegt der eigenen Verantwortung der lehrenden Mitglieder. Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. gewährleistet durch die anbietenden lehrenden Mitglieder/externe Lehrende, unterstützt durch den Beirat für Weiterbildung ein attraktives und reichhaltiges Weiterbildungsangebot zur Verfügung zu stellen.

### **Verzeichnis der Lehrenden**

Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. veröffentlicht eine ständig aktualisierte Liste der Kursleiter\*innen und Lehrer\*innen.

Personen mit anderen Qigong-Ausbildungs-Nachweisen können auf Antrag unter Einreichung ihrer Bewerbungsunterlagen in die Liste der Kursleiter\*innen oder Lehrer\*innen aufgenommen werden. Die Entscheidung hierüber trifft der Ausbildungsbeirat unter Berücksichtigung bzw. Anwendung der im Anhang 2 dokumentierten Richtlinien zur Anerkennung extern ausgebildeter Lehrkräfte.

## 4 Ausbildungsplan und Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung nach den Richtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. vermittelt praktische und theoretische, sowie pädagogische und didaktische Inhalte. Zusätzlich werden an den Ausbildungsorten auch die ZPP-relevanten Inhalte unterrichtet oder als Module an benachbarten Ausbildungsorten angeboten.

### 4.1 Stufe 1: Kursleiter\*in

**Im Einzelnen ergeben sich nachfolgende Ausbildungsinhalte**

#### 1. FACHPRAKTISCHE KOMPETENZ + QIGONG-PRAXIS

**160 h - ohne Zertifizierung durch die ZPP Präsenzunterricht**

- Vermittlung von Qigong-Grundlagen + Übungsprinzipien/z.B. „Drei Säulen“
- Grundlagen des Qigong-Standes
- Erlernen mehrerer Basisübungen und kleineren Übungsreihen im Stehen, Gehen, Sitzen und Liegen
- Sicheres Können einer längeren Übungsreihe des bewegten Qigong (Donggong)
- Einführung ins stille Qigong (Jinggong) und die Meditation, deren Wirkweise und Grenzen
- Innere und äußere Haltung im Qigong
- Selbstmassagen (Anmo) sowie ihre möglichen spezifischen Wirkungen
- energetische/spirituelle Bedeutung des Qi-Begriffes in der Qigong-Praxis
- Wahrnehmungsschulung
- Spezifische Aspekte der Qigong-Praxis (Schwangerschaft, Alter, chronische Erkrankungen)
- Anpassung der Qigong-Praxis in Übungen für spezielle physische Probleme der Kursteilnehmenden
- Wirkweisen des Qigong und Grenzen des Qigong, Umgang mit unerwünschten Wirkungen
- Umgang mit Notfällen

- Einführung in die TCM/CM: Lehre von Yin und Yang, den Fünf Wandlungsphasen, den Vitalsubstanzen und dem Meridiansystem. Stets im Bezug zur Qigong-Praxis, auch bei Krankheiten
- Anwendung + Verdeutlichung der TCM/CM anhand praktischer Übungen
- Die Ausbildung sollte von einer regelmäßigen, intensiven Überlieferung begleitet werden (täglich ca. 0,5 h), um die Wirkung von Qigong auf das eigene Befinden zu erfahren
- Insgesamt 10 h „Praxis des Qigong und Krankheit“ integriert in die obigen Themen

**+ 20 h - mit Zertifizierung Präsenzunterricht**

- Vertiefung von spezifischen Aspekten der Qigong-Praxis
- Differenzierte Anpassung der Qigong-Praxis in Übungen für spezielle physische Probleme der Kursteilnehmenden Z.B.
  - Erkrankungen des Bewegungsapparates
  - Erkrankungen des Nervensystems
  - Erkrankungen der Sinnesorgane
  - Chronische Erkrankungen
  - Vertiefte Erfahrung der Wirkweise des Qigong in seiner differenzierten Form auf der Grundlage der Chinesischen Medizin TCM/CM
  - Insgesamt 10 h „Praxis des Qigong und Krankheit“ integriert in die obigen Themen

**2. Fachwissenschaftliche Kompetenz:**

**a. Fachbezogene Pädagogik und Psychologie**

**30 h - ohne Zertifizierung Präsenzunterricht**

**0 h für die Zertifizierung**

- Qigong-spezifische Grundlagen der Didaktik und Methodik.
- Entwicklung eigener didaktisch-methodischer Kompetenzen
- Erarbeitung Zielgruppen-spezifischer Kurspläne
- Umsetzung der geplanten Inhalte und Einsatz verschiedener Korrekturmöglichkeiten



- Umgang mit der Erwartungshaltung der Übenden
- Verständnis für die Entwicklung von Stress allgemein und im Alltag des Unterrichtens
- Qigong-spezifische Möglichkeiten im Umgang mit Stress
- Erlernen von Entspannung/Wohlspannung (Fangsong)
- Entwicklung der Lehrpersönlichkeit
- Lehrproben im kollegialen Austausch (Intervision)
- Erfassen und Umsetzen grundlegender Zusammenhänge zwischen TCM/CM und der Qigong-Praxis
- Erste eigenständige Unterrichtspraxis wird empfohlen

## **2. Fachwissenschaftliche Kompetenz:**

### **b. Philosophie und Geschichte des Qigong**

**30 h - ohne Zertifizierung Präsenzunterricht**

**0 h für die Zertifizierung**

- Kenntnisvermittlung philosophischer Grundlagen
- Geschichte des Qigong und der Chinesischen Medizin (TCM/CM)
- Schulen und Stile des Qigong
- Bedeutung des Qigong als einer der fünf Pfeiler der Chinesischen Medizin (TCM/CM)
- Ganzheitliche Perspektive in wesentlichen chinesischen Begriffen (z.B. Jing-Qi-Shen)
- Qigong-relevante Aspekte der Sinologie

## **2. Fachwissenschaftliche Kompetenz:**

### **c. Fachbezogene naturwissenschaftliche, medizinische Grundlagen**

**20 h - ohne Zertifizierung Präsenzunterricht**

- Anatomie und Physiologie (Grundkenntnisse, u.a. Bewegungsapparat mit Gelenken, Funktionsketten, Faszien, Atemmechanik, Herz-Kreislaufsystem)
- Entstehung von Stress, Stressoren, Stresskaskade mit Hinweisen auf Neuroendokrinologie und Psychoimmunologie
- Wesentliche weitere Organsysteme und ihre Entsprechung in der Chinesischen Medizin, Physiologie der Zang/Fu Organe.

- Konzepte der Mind-Body-Medizin im Westen + chinesisches Konzept des Yangsheng
- Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung, Selbstfürsorge

**+ 40 h - mit Zertifizierung    20 h Präsenzunterricht + 20 h Selbststudium per Skript**

- Weitere wesentliche Organsysteme in ihren Funktionsweisen und im Bezug zur Qigong-Praxis
- Verschiedene Erklärungsmodelle zur Krankheitsentstehung
- Stressinduzierte Krankheitsbilder ( z.B. chronische Schmerzsyndrome, Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems oder Verdauungssystems)
- Biopsychosoziales Modell einschließlich Salutogenese

## **2. Fachwissenschaftliche Kompetenzen**

### **d. Fachbezogenes medizinisches Grundlagenwissen, Qigong Forschung**

**0 h**

**+ 30 h – mit Zertifizierung    10 h Präsenzunterricht 20 h Selbststudium per Skript**

- Kenntnisvermittlung über den aktuellen Stand des medizinischen Grundlagenwissens und der Qigong-Forschung

## **3. Fachübergreifende Kompetenz**

### **Gesundheitsförderung und Prävention**

**20 h - ohne Zertifizierung    Präsenzunterricht**

- Konzepte von Gesundheit und Krankheit
- Entwicklung des Präventionsgedankens im Westen und im Osten
- Vertiefung der Bedeutung des Begriffes Salutogenese
- Ausbreitung des Qigong in Europa und dessen Wirkungsweise in Richtung Stress und Resilienz

- Weiterentwicklung des Präventionsgedankens innerhalb verschiedener Arbeitsfelder
- Strategien und Handlungsfelder der Primärprävention und betrieblichen Gesundheitsförderung

## **10 h - mit Zertifizierung      Selbststudium per Skript**

- Qigong in verschiedenen Einsatz- und Lebensbereichen
- Vertiefung der Strategien und Handlungsfelder der Prävention und betrieblichen Gesundheitsförderung

## **4.2 Stufe 2: Lehrer\*in**

### ***Qigong-Praxis (78 Zeitstunden)***

- Sicheres Können 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 Ausrichtung der jeweiligen Übung Bescheid wissen und auf mögliche Nebenwirkungen und Fehler eingehen können.
- Vertiefte Erfahrungen mit dem stillen Qigong (Jinggong) z.B.: Kleiner himmlischer Kreislauf
- Basiserfahrungen mit dem System des spontanen Qigong (Zifagong)
- Spezielle vertiefende Übungen zur Schulung von Imagination, Aufmerksamkeit und Atemarbeit
- Auch auf dieser Stufe wird eine regelmäßige individuelle Selbstübungspraxis erwartet (0.5 Stunden täglich)

### ***Qigong-Theorie (24 Zeitstunden)***

- Vertiefung von Inhalten aus Stufe 1
  - philosophische und theoretische Grundlagen des Qigong
  - Geschichte und Tradition des Qigong
- Auseinandersetzung mit Möglichkeiten und Grenzen von Qigong in verschiedenen Einsatzbereichen

- Wahrnehmung von Grenzen der eigenen Möglichkeiten
- Vertiefung der Kenntnisse der Sinologie

### **Chinesische Medizin (TCM/CM, 24 Zeitstunden)**

- Vertiefung der Inhalte aus Stufe 1
- Das chinesische Körper-Energie-Modell (Haupt-Meridiane, außerordentliche Meridiane)
- Die Zang/Fu-Organen als energetische Funktionskreise
- Physiologie und Pathologie der TCM/CM
- Überblick über die Diagnoseverfahren der TCM/CM
- Es gilt ein Verständnis für die ganzheitliche Betrachtungsweise des Menschen anhand der TCM/CM zu schaffen. Ein Verständnis für die Modelle der TCM/CM über Krankheitsentstehung, -vorbeugung, Therapieansätze, sowie den Stellenwert von Qigong in diesem Zusammenhang.

### **Pädagogik/Didaktik (24 Zeitstunden)**

- Auseinandersetzung mit der eigenen Motivation Qigong zu unterrichten
- Verinnerlichung der verschiedenen Organisationsformen des Qigong-Unterrichts: Frontal-, Gruppen-, Einzelunterricht, Binnendifferenzierung
- Erlernen der Fähigkeit zur korrigierenden Unterstützung und Hilfe für Teilnehmende
- Entwicklung didaktischer Kompetenz, z.B. Themenschwerpunkte setzen zu können, stoffliche Reduktion, Methodenauswahl, Medieneinsatz, Anpassung der Übungen an spezifische Bedürfnisse der Teilnehmenden
- Fähigkeit entwickeln:
  - die Polaritätsprinzipien von Yin und Yang als Gestaltungsmittel im Unterricht einzusetzen
  - zum Kulturtransfer, d.h. Übertragung von Sprach- und Denkmustern aus China in den westlichen Unterricht
  - innere und äußere Bewegungen mit stimmigen Bildern und Vorstellungen zu unterlegen
  - unterschiedliche Lernkanäle zu bedienen
- Kenntnis gruppenspezifischer Gestaltungsprozesse sowie die Entwicklung eines angemessenen Umgangs mit den Rollen und emotionalen Ausdrucksformen von Teilnehmenden in Qigong-Gruppen

- Mit zunehmender Dauer der Ausbildung auf Stufe 2 sollte der Umfang der eigenverantwortlichen Unterrichtstätigkeit größer werden. Regelmäßige Lehrproben und deren kollegiale Intervision in den Ausbildungsgruppen selbst sind ebenfalls wichtige Bausteine der Ausbildung

### **Abschlussbemerkung**

Qigong-Lehrer\*in wird man nicht allein durch eine gute und fundierte Ausbildung. Diese stellt eine Basis für einen verantwortlichen, qualifizierten und kreativen Qigong-Unterricht dar. Eine Auseinandersetzung mit ethischen und humanitären Aspekten des Unterrichtens und Lehrer\*innenseins ist dabei ebenso notwendig wie die Beachtung und Einhaltung rechtlicher Grenzen.

## **5 Anhänge**

### **Anhang 1**

#### **Seminargebühren und Abgaben in den Ausbildungen nach den Richtlinien der DQGG e.V.**

Die Seminargebühren der Teilnehmer\*innen betragen einheitlich mindestens 11 € bis maximal 15 € pro Seminar-Zeitstunde für Mitglieder. Für Nichtmitglieder beträgt die Seminar-Zeitstunde mindestens 12 € und maximal 16 €. Die Kosten für die Abschlusscolloquien betragen mindestens 160€ bis maximal 200€.

Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. bekommt als Ausgleich für die Möglichkeit von Ausbildungen nach den Richtlinien Abgaben von den Ausbilder\*innen.

Die DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. erhält von den regional organisierten Ausbildungsgruppen eine Ausbildungsabgabe von 5% der Kursgebühren. Diese Abgabe ist regelmäßig in mindestens halbjährlichem Turnus von den jeweiligen Ausbilder\*innen anhand des Abrechnungsformulars auf das Ausbildungskonto der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. abzuführen. Die Einhaltung überprüft der Ausbildungsbeirat. Die Prüfungswochenenden sind davon ausgenommen.

Die Ausbilder\*innen übernehmen beim Abschluss der Ausbildung von Nichtmitgliedern die Gebühr von 200 € und führen sie an die Gesellschaft ab. Für alle Teilnehmer\*innen der Ausbildung wird die Ausbildungsabgabe fällig.

Bei der Anerkennung extern ausgebildeter Kursleiter\*innen und Lehrer\*innen wird eine einmalige Abgabe von 200 € fällig.

## **Anhang 2**

### **Richtlinien zur Anerkennung als Ausbilder\*in**

#### **Allgemeines**

Die Erlaubnis, als nach den Richtlinien von der DQGG e.V. anerkannte/r Ausbilder\*in zu arbeiten, ist an die Mitgliedschaft in der Gesellschaft gebunden und erstreckt sich ausschließlich auf die Ausbildungsarbeit innerhalb der Gesellschaft. Eine Ernennung zum/zur Ausbilder\*in ist somit grundsätzlich an eine regelmäßige Ausbildungstätigkeit im Rahmen des Ausbildungssystems der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. gekoppelt, unter Einhaltung der von der Mitgliederversammlung jeweils beschlossenen Ausbildungsrichtlinie. Sie beinhaltet auch die Verpflichtung zu gemeinsamer Fort- und Weiterbildung, die durch den Aus- und Weiterbildungsbeirat jährlich organisiert wird. Die Ernennung erfolgt durch Beschluss des Ausbildungsbeirates nach schriftlicher und persönlicher Vorstellung beim Ausbildungsbeirat unter Berücksichtigung der unten aufgeführten Ernennungskriterien. Die Bezeichnung „Anerkannte/r Ausbilder\*in der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.“ ist eine reine Funktionsbeschreibung und somit kein lebenslang erworbener Status oder Titel. Nach mindestens dreijähriger Nichtausübung der Ausbildungstätigkeit nach den Richtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. erlischt die Berechtigung die Funktionsbezeichnung „Anerkannte/r Ausbilder\*n in der DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V. zu tragen.

#### **Anerkennungskriterien**

Erwartet wird:

1. eine mindestens 3 jährige Mitgliedschaft in der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.
2. Lehrer\*innen Status anerkannt von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.
3. eine Übe-Erfahrungszeit von mindestens 10 Jahren
4. eine mindestens 4 jährige Lehrer\*innen-Ausbildungszeit mit mindestens 410

## Zeitstunden reiner Ausbildungszeit

5. eine 8-jährige Lehrtätigkeit, die eine mindestens 6-jährige Unterrichtserfahrungszeit nach Abschluss einer Lehrer\*innen-Ausbildung enthält. Diese beinhaltet die Erteilung von Kursen, Wochenend- und Wochenblockseminaren
6. eine zusätzliche Einarbeitungszeit, die vom Ausbildungsbeirat unter der Berücksichtigung der vorliegenden Qualifikationen verpflichtend festgelegt wird. Hierbei gilt eine Verpflichtung von einem Jahr in Form von Mitarbeit in der Ausbildung von Kursleiter\*innen- und Lehrer\*innen-Stufen bei schon praktizierenden Ausbilder\*innen, die nach den Ausbildungsrichtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. ausbilden. Es wird empfohlen, diese Mitarbeit an mindestens zwei verschiedenen Ausbildungsorten durchzuführen.
7. Mögliche Formen der Unterstützung sind:
  - 7.1. Neue Ausbildungsteams können durch eine/n Mentor\*in in ihrer Tätigkeit unterstützt werden
  - 7.2. Neue Ausbildungsteams können entweder auf eigenen Wunsch oder nach Empfehlung durch den Ausbildungsbeirat durch eine/n Mentor\*in in ihrer Tätigkeit unterstützt werden.
  - 7.3. Eine/r der anerkannten Ausbilder\*innen ist in den ersten neuen Ausbildungszyklus einzubinden.
8. Bei der Gründung neuer Ausbildungsorte nehmen der/die neue Ausbilder\*in Kontakt zu den nächstliegenden Ausbildungsorten auf, um eine kollegiale Zusammenarbeit zu gewährleisten.

## **Ausschlusskriterien:**

- In Fällen der Nichteinhaltung der Ausbildungsrichtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. kann der Ausbildungsbeirat in Absprache mit dem Vorstand die Anerkennung zur/zum Ausbilder\*in zurücknehmen. Die Betroffenen sind dabei vorher anzuhören.

## Anhang 3

### Richtlinien zur Anerkennung extern ausgebildeter Lehrer\*innen und Kursleiter\*innen

#### Anerkennungskriterien für Lehrer\*innen

- Eine mindestens einjährige Mitgliedschaft in der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. vor Antragstellung
- Eine schriftliche Vorlage von Unterrichtsnachweisen über insgesamt 410/510 h in der Ausbildung, die sich auf einen Zeitraum von mindestens vier Ausbildungsjahren erstrecken. Darin müssen folgende Unterrichtsnachweise enthalten sein:
  - o Mindestens zwei längere Übungsreihen, darunter evtl. Übungen des Qigong-Gehens, Qigong in Fortbewegung
  - o Theorie und Inhalt des Stillen Qigong
  - o Grundlagen der TCM/CM, soweit sie für Qigong relevant sind
  - o Pädagogik/Didaktik des Qigong-Unterrichts
  - o mehrmalige Lehrproben und kollegiale Intervision bzw. Supervision
  - o Für die Zertifizierung bei der Zentralen Prüfstelle Prävention der Krankenkassen ist auch der Nachweis der zusätzlichen Ausbildungsinhalte notwendig (z.B. schulmedizinisches Wissen...)
- Vorlage mindestens einer schriftlichen Empfehlung eines oder einer von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. anerkannten Ausbilder\*in.
- Zahlung einer einmaligen Aufnahmegebühr von 200 € als Ausgleich für die 5%-ige Ausbildungsabgabe der nach den Richtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. Ausgebildeten.
- Bereitschaft zur regelmäßigen, freiwilligen Fort- und Weiterbildung
- Der Ausbildungsbeirat kann zusätzlich die Abgabe einer schriftlichen Hausarbeit über ein Qigong-relevantes Thema an eine/n von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. anerkannte/n Ausbilder\*in fordern. Hierzu können auch bereits erfolgte Fachveröffentlichungen anerkannt werden. Der Umfang der Arbeit beträgt 5 - 20 DIN-A-4 Seiten.
- Teilnahme an einer Lehrer\*innen-Abschlussprüfung, in einer Ausbildung bei einer/m von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. anerkannten/m Ausbilder\*in mit entsprechendem Vorbereitungswochenende.



## **Anerkennungskriterien für Kursleiter\*innen**

Die Anerkennung von der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. als Kursleiter\*in erfolgt entsprechend, allerdings gelten die Voraussetzungen unserer Ausbildungsrichtlinien für Kursleiter\*innen. Die Aufnahmegebühr beträgt ebenfalls 200 €.

## **Übergangsregelung**

**Für alle Kursleiter\*innen, die ab dem 1.1.2018 ihre Ausbildung begonnen haben und noch 200 Unterrichtsstunden nachweisen müssen, gilt bis zum 31.12.2024 die alte Richtlinie der DQGG, die eine Qigong-Ausbildung mit 300 Zeitstunden vorausgesetzt hat.**

**Ansonsten gilt für alle Kursleiter\*innen, die nach dem 31.12.2020 ihre Ausbildung abschliessen die Übergangsregelung bis zum 31.12.2024.**

## **Anhang 4**

### **Prozedere für die Antragstellung**

- Das Antragsformular für externe Kursleiter- und Lehrer\*innen ist auf der Homepage zu finden.
- Das Antragsformular für die Anerkennung als Ausbilder\*in ist auf Anfrage beim Ausbildungsbeirat oder in der Geschäftsstelle erhältlich.
- Den Antrag bitte bei der Geschäftsstelle einreichen.
- Die Weitergabe an die Prüfer\*innen, die Mitglieder des Ausbildungsbeirates sind, erfolgt nach dem Zufallsprinzip.
- Die Prüfung des Antrages erfolgt zeitnah.
- Der Antrag wird vom Ausbildungsbeirat angenommen oder abgelehnt.
- Ein Widerspruch kann über den Vorstand eingereicht werden.
- Das Verfahren wird dann erneut aufgenommen.