

Informationen zur Qualifikation für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Missverständnisse klären:

1. Brauche ich ein Studium oder eine spezifische Ausbildung in Psychologie/Pädagogik?

Nein. Sie benötigen eine Grundqualifikation, z. B. in einem Gesundheits-, Sozial- oder pädagogischen Beruf (z. B. Pflege, Physiotherapie, Sozialarbeit). Fehlen bestimmte Kompetenzen, können diese durch Zusatzqualifikationen wie Ihre Ausbildung „Entspannungspädagoge/in“ oder „Kursleiter Autogenes Training“ ergänzt werden.

2. Kann ich auch ohne akademischen Abschluss Präventionskurse anbieten?

Ja. Viele Gesundheits- und Sozialberufe erfüllen bereits die Anforderungen. Mit einer Zusatzqualifikation erwerben Sie die fehlenden Kompetenzen und können ZPP-konforme Präventionskurse leiten.

3. Was ist die ZPP (Zentrale Prüfstelle Prävention)?

Die ZPP überprüft, ob Präventionskurse und Kursleiter den Anforderungen des GKV-Leitfadens entsprechen. Mit einer ZPP-anerkannten Ausbildung können Ihre Kurse von den Krankenkassen gefördert werden.

Welche Kompetenzen werden benötigt?

Laut GKV-Leitfaden müssen Kursleiter folgende Kompetenzen nachweisen:

1. Fachwissenschaftliche Kompetenz

- **Was bedeutet das?**
 - Fundiertes Wissen in medizinischen, psychologischen und pädagogischen Grundlagen, z. B. zu Stress, Entspannung und Lernmethodik.
 - Dieses Wissen stammt aus einer Grundqualifikation (z. B. Gesundheits- oder Sozialberuf) oder wird durch eine Zusatzqualifikation ergänzt.

2. Fachpraktische Kompetenz

- **Was bedeutet das?**
 - Fähigkeit, Entspannungstechniken wie Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung anzuleiten.
 - Selbsterfahrung und praktische Anleitung sind essenziell.

3. Fachübergreifende Kompetenz

- **Was bedeutet das?**
 - Fähigkeiten in Kursplanung, Zielgruppenorientierung, Kommunikation und Evaluation.
 - Diese Kompetenzen helfen Ihnen, Kurse strukturiert und erfolgreich durchzuführen.
-

Wie decken unsere Ausbildungen die Kompetenzen ab?

1. Entspannungspädagogik für Kinder (32 UE)

- **Fachwissenschaftliche Kompetenz:**
 - Grundlagen der Entwicklungspsychologie und altersgerechte Vermittlung von Entspannungstechniken.
 - Verständnis von Stressauslösern und deren Bewältigung bei Kindern.
 - **Fachpraktische Kompetenz:**
 - Anleitung von Fantasiereisen und spielerischen Übungen.
 - Anpassung von Methoden an kindliche Bedürfnisse.
 - **Fachübergreifende Kompetenz:**
 - Zielgruppenorientierte Kursgestaltung für Kinder.
 - Kreative Planung und Reflexion.
-

2. Kursleiter Autogenes Training (32 UE)

- **Fachwissenschaftliche Kompetenz:**
 - Wissenschaftliche Grundlagen zu Autogenem Training, Stressbewältigung und deren physiologischen Wirkungen.
 - Vertiefung der Grund- und Mittelstufe des Autogenen Trainings.
- **Fachpraktische Kompetenz:**
 - Praktische Anleitung der Grundstufe (Ruhe, Schwere, Wärme) und fortgeschrittener Anwendungen (Atmung, Herz, Stirnkühle).
 - Zielgruppenorientierung für Gruppen und Einzelpersonen.

- **Fachübergreifende Kompetenz:**
 - Erstellung eines ZPP-konformen Kurskonzepts.
 - Planung und Durchführung von AT-Kursen.
-

3. Entspannungspädagoge (64 UE)

- **Fachwissenschaftliche Kompetenz:**
 - Fundierte Grundlagen zu Autogenem Training, Progressive Muskelentspannung und Stressmanagement.
 - Wissenschaftliche Erkenntnisse zu Stress und Resilienzförderung.
 - **Fachpraktische Kompetenz:**
 - Praktische Anleitung und Durchführung von Übungen zu AT und PME.
 - Transfer von Entspannungstechniken in den Alltag.
 - **Fachübergreifende Kompetenz:**
 - Entwicklung von Präventionskursen (inkl. Stundenplan und Konzept).
 - Teilnehmermanagement, Kursplanung und Evaluation.
-

Was bringt Ihnen die Teilnahme an unseren Ausbildungen?

- **Krankenkassenkonform:**
 - Unsere Ausbildungen bereiten Sie vollständig auf die Anforderungen der ZPP vor.
 - **Praxisorientiert:**
 - Selbsterfahrung und praktische Anleitung stehen im Mittelpunkt.
 - **Flexibel und umfassend:**
 - Sie erwerben alle relevanten Kompetenzen (fachwissenschaftlich, fachpraktisch und fachübergreifend) – auch ohne Studium oder akademische Ausbildung.
 - **Zertifizierter Abschluss:**
 - Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie ein Zertifikat, das Sie zur Leitung von Präventionskursen berechtigt.
-

Zusammenfassung: Welche Ausbildung passt zu Ihnen?

Ausbildung	Schwerpunkt	Zielgruppe
Entspannungspädagogik für Kinder	Kindgerechte Entspannungsmethoden	Pädagogen, Erzieher, Therapeuten
Kursleiter Autogenes Training	Spezialisierung auf Autogenes Training	Gesundheits- und Sozialberufe
Entspannungspädagoge	Umfassende Ausbildung (AT, PME, Stressmanagement)	Alle Berufsgruppen im Präventionsbereich

„Mit unseren Ausbildungen eröffnen Sie sich neue berufliche Perspektiven und helfen Menschen, ein entspannteres und gesünderes Leben zu führen.“

Berufe, die bereits viele der geforderten Kompetenzen (fachwissenschaftlich, fachpraktisch und fachübergreifend) abdecken, stammen in der Regel aus den Bereichen Gesundheit, Pädagogik, Psychologie und Sozialarbeit. Hier eine Übersicht der relevanten Berufsgruppen und der Kompetenzen, die sie typischerweise mitbringen:

1. Berufe im Gesundheitswesen

Diese Berufe bringen häufig sowohl fachwissenschaftliche als auch fachpraktische Kompetenzen mit.

Beispiele:

- **Physiotherapeuten/Ergotherapeuten:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Medizinische Grundlagen wie Anatomie, Physiologie, und Grundkenntnisse zu Stressbewältigung.
 - **Fachpraktisch:** Praxis der Anleitung von Übungen und Schulung von Bewegungsabläufen.
 - **Fachübergreifend:** Betreuung von Gruppen und Einzelpersonen, Kursplanung (z. B. in Reha-Einrichtungen).
- **Pflegekräfte:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Anatomie, Physiologie, Grundkenntnisse zur Stressregulation.



- **Fachpraktisch:** Anwendung von Techniken zur Entspannung und Stressreduktion bei Patienten.
 - **Fachübergreifend:** Patientenkommunikation und -management.
 - **Heilpraktiker:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Kenntnisse über Stress, Entspannung und das Nervensystem.
 - **Fachpraktisch:** Direkter Umgang mit Patienten, Vermittlung von Gesundheitsmaßnahmen.
 - **Fachübergreifend:** Organisation und Anleitung von Gesundheitskursen.
-

2. Pädagogische und soziale Berufe

Diese Berufe decken oft fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenzen ab, benötigen aber oft eine Ergänzung im Bereich der fachpraktischen Anleitung von Entspannungsverfahren.

Beispiele:

- **Pädagogen/Lehrer:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Psychologie und Didaktik, Kenntnisse zu Lern- und Verhaltensprozessen.
 - **Fachübergreifend:** Zielgruppenanalyse, Kursplanung und Unterrichtsstruktur.
 - **Fachpraktisch:** Weniger ausgeprägt, erfordert oft Zusatzqualifikationen wie deine Ausbildungen.
- **Erzieher:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Entwicklungspsychologie, Grundlagen der Sozialpädagogik.
 - **Fachpraktisch:** Vermittlung von Übungen an Kinder, jedoch begrenzt auf spezifische Methoden.
 - **Fachübergreifend:** Starke Kompetenzen in Kommunikation und Betreuung.
- **Sozialarbeiter/Sozialpädagogen:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Stressbewältigung, Resilienzförderung, Zielgruppenspezifisch.

- **Fachübergreifend:** Erfahrung in Gruppenarbeit, Organisation und Evaluation von Maßnahmen.
-

3. Psychologische Berufe

Psychologen bringen in der Regel umfassende fachwissenschaftliche Kompetenzen mit, benötigen aber oft fachpraktische Ergänzungen in spezifischen Entspannungsverfahren.

Beispiele:

- **Psychologen:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Umfassendes Wissen zu Stress, Resilienz, Verhaltenstherapie.
 - **Fachpraktisch:** Methodische Anleitung oft nicht explizit enthalten (wird durch Zusatzqualifikationen wie AT ergänzt).
 - **Fachübergreifend:** Kompetenzen in Analyse und Evaluation.
-

4. Sport- und Bewegungsberufe

Diese Berufe decken viele fachpraktische und fachübergreifende Kompetenzen ab, jedoch weniger den psychologischen und pädagogischen Bereich.

Beispiele:

- **Sportwissenschaftler:**
 - **Fachwissenschaftlich:** Physiologie, Bewegungslehre.
 - **Fachpraktisch:** Anleitung von Körperübungen, oft jedoch weniger Bezug zu psychologischen Entspannungsverfahren.
 - **Fachübergreifend:** Planung und Leitung von Kursen im Sport- und Gesundheitsbereich.
 - **Fitness- und Gesundheitstrainer:**
 - **Fachpraktisch:** Starke Kompetenz in Übungsanleitung.
 - **Fachübergreifend:** Zielgruppenorientierte Kursgestaltung und Motivation.
 - **Fachwissenschaftlich:** Grundkenntnisse in Physiologie und Anatomie.
-



Zusammenfassung: Berufsgruppen mit umfassender Abdeckung

Berufsgruppen, die bereits **viele Kompetenzen** mitbringen, sind:

1. Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Pflegekräfte.
2. Sozialarbeiter, Pädagogen, Lehrer.
3. Heilpraktiker, Psychologen.
4. Sportwissenschaftler, Fitness- und Gesundheitstrainer.

Wie können unsere Ausbildungen helfen?

Teilnehmer aus diesen Berufsgruppen benötigen oft spezifische Ergänzungen:

- **Fachpraktisch:** Anleitung von Entspannungsverfahren (z. B. AT oder PME).
- **Fachübergreifend:** Erstellung ZPP-konformer Kurskonzepte und Praxisnähe.