

BYKY Mindeststandard Dozentenqualifikation und Curriculum für Anerkennung der Ausbildung

DozentInnenqualifikation für alle Ausbildungen die vom BYKY anerkannt werden wollen.

Für alle Fachbereiche gilt folgende Grundvoraussetzung:

Immer mindestens 5 jährige Erfahrung als „Yogalehrerin“. Anerkannt durch den BYKY oder einen vergleichbaren Berufsverband. (z.B. BDY, Yogavidya etc.) Außerdem Anerkennung als Dozentin bei KRI, mit seinen hohen Anforderungen bei der Ausbildung der Dozenten(Bis zu 6 Jahren Mentoring Programm, bis zum eigenen Aufsetzten nach Abschluss der eigenen Ausbildung von Ausbildungen braucht es oft 10 Jahre und mehr)

Zusätzlich folgende Anforderungen bei folgenden Themenbereichen:

Asana Praxis

Weiterbildung in diesem Themenbereich oder Physiotherapie, Rückenschule etc.

Meditation:

Weiterbildung in diesem Themenbereich (21 Stages of Meditation, Sat Nam Rasayan, Dharma Training, Achtsamkeitstrainings)

Medizin:

Weiterbildung in den erforderlichen Themenbereichen der Medizin berufliche Tätigkeit mit medizinischem Schwerpunkt. Alternativ: eine medizinische oder vergleichbare Berufsausbildung mit mehrjähriger Lehr- oder Berufserfahrung

Psychologie:

Weiterbildung in diesem Themenbereich berufliche Tätigkeit mit Schwerpunkt Psychologie oder Heilpädagogik oder Psychologie-Studium oder eine vergleichbarere Ausbildung

Geschichte, Philosophie des Yoga

Quellen und Textstudium der relevanten Fachbereiche des Yoga. Grundkenntnisse Sikh, Buddhismus, Hinduismus, Islam

Yoga und das westliche Menschenbild:

Weiterbildung in diesem Themenbereich. Insbesondere Erfahrung im Arbeitsfeld mit Menschen aus nicht spirituellem Hintergrund.

Unterrichtsgestaltung:

Tools zur Erwachsenenbildung, Fortbildung in diesem Bereich.(siehe KRI Dozent) oder eine pädagogische Ausbildung mit nachgewiesenem Schwerpunkt Methodik/Didaktik in der Erwachsenenbildung • eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis

Berufskunde

Weiterbildung in diesem Themenbereich, selbst tätig als Selbstständige im Yogabereich. Erfahrung mit Steuer, Versicherung, Unternehmensgründung

Studentafel 490 Zeitstunden, 647 UE

Fachwissenschaftliche Kompetenz

1. Pädagogik, Psychologie **≥ 30 Stunden**
 - Grundlagen der Didaktik und Methodik in der Erwachsenenbildung, Motivation positiv Mind, psychologische und pädagogische und Yoga-menschenkundliche Grundlagen, Verstehen wie Erleben und Verhalten ineinandergreifen und wie sie aus yogischer Sicht beeinflusst werden können, wie es im Anleiten aufgegriffen werden kann. (Lernen, soziale Prozesse), der Instruktion und Schulung
 - Vermittlungstechniken in Theorie und Praxis insbesondere durch Feedback nach Probeunterricht
 - Grundlegende Aspekte von Stresserleben in Bezug auf die Didaktik. Stress aus yogischer Sicht. Achtsamkeit.
 - Transtheoretisches Modell der Verhaltensänderung , **Der Notfallkoffer**
 - Grundsätzliche Aspekte von Edukation im Kontext von Erkrankungen, gesunder Geist/ im alternden Körper / Hormonsystem

2. Philosophie und Geschichte des Yoga **60 Stunden**
 - Philosophische und historische Quellen und Bezüge des Yoga, insbesondere relevanter historischer Yogatexte
 - Ethik: Yama und Niyama und die 8 Arme des Patanjali
 - Wesentliche Schulen und Zweige der Yoga-Geschichte
 - Einbettung in die Traditionelle Indische Medizin, Aspekte des Ayurveda insbesondere Ernährung und Entspannung

3. Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen **≥ 60 Stunden**
 - Anatomie und Physiologie (Grundkenntnisse, u.a. Myofascialessystem ,Gelenke, Knorpelstrukturen, Funktionsketten, Faszien, Neuroendokrinologie, Psycho-Immunologie, Atemmechanik, Herz Kreislauf-Regulation, Lymphsystem)
 - Wesentliche weitere Organsysteme (Verdauung, Niere, Urogenitalsystem, Nervensystem inkl. Sinnesorgane)
 - Gesunde Funktionsweise und ausgewählte stress-induzierte Krankheitsbilder, Burnout, Autoimmunerkrankungen, Schmerzsyndrome
 - Physiologische, neurobiologische und psychologische Erklärungsmodelle (Faszien, Bewegungskoordination, Atemkoordination, sensorisches Lernen) Neurobiologie von Meditation
 - Yoga als „in Body“ Erfahrung, theoretische Modelle dazu : Peter Levine und andere

BYKY Mindeststandard Dozentenqualifikation und Curriculum für Anerkennung der Ausbildung

- Biopsychosoziales Verständnis und Einführung in Salutogenese und Resilienz.

4. Medizin

30 Stunden

- Aktueller Stand der Grundlagen- und klinischen Forschung zu Yoga, einschl. Asana, Pranayama und Meditation und Klang Mantra und Mudra
Relevante Aspekte aus dem sportmedizinischen und neuropsychimmunologischen Bereich

Fachpraktische Kompetenz:

5. Yoga Praxis für Gesunde

180 Stunden ausschließlich in Präsenz

- Yoga-Praxis bezüglich Asana, Pranayama, Meditation Mantra und Klang mit vertiefter Selbsterfahrung und Schulung in Anleitung und Beratung. Hierbei zunächst generelle Kenntnisse und Praxis zu den Bereichen sowie Kompetenz des Yoga für Gesunde
- Vermittlung der wesentlichen Asanas in Theorie und Praxis (ggf. Verwendung von Hilfsmitteln) sowie ihrer möglichen spezifischen Wirkungen, möglichen Verletzungsrisiken, Hauptwirkungen und Kontraindikationen
- Wesentliche Techniken des Pranayama mit spezifischen Wirkungen, möglichen Nebenwirkungen, Kontraindikationen
- Wesentliche Meditationstechniken mit Hauptwirkungen, möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen
- Wesentliche Mantren , Mudras und Rhythmen mit Hauptwirkungen und Kontraindikationen
- Mögliche Interaktionen und Synergien mit anderen Techniken der Entspannung, Spannungsregulation, Bewegung insbesondere Gong und Klang
- Aspekte von und Interaktion mit Ernährung, yogische Diäten
- Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z.B. Schwangerschaft, Stillzeit, Alter,)

6. Yoga Praxis und Krankheit

90 Stunden ausschließlich in Präsenz

- Yoga-Praxis bezüglich Asana, Pranayama, Meditation mit Schulung in Anleitung und Beratung für wesentliche Krankheitsbilder, insbesondere chronische Rücken,- Nacken,- Kopfschmerzen, Rheuma, Arthrose, chronische neurologische Erkrankungen, Krebserkrankungen, Depression, Bluthochdruck und Herz-Kreislaufkrankungen, Asthma sowie Darmerkrankungen, Burnout und Stress, psych. Belastungssymptome
- Mit Fokus auf krankheitsspezifische Aspekte: Vermittlung der wesentlichen Asanas in Theorie und Praxis (ggf. Verwendung von Hilfsmitteln) sowie ihrer möglichen spezifischen Wirkungen, möglichen Verletzungsrisiken, Hauptwirkungen und Kontraindikationen
- Wesentliche Techniken des Pranayama mit spezifischen Wirkungen, möglichen Nebenwirkungen, Kontraindikationen
- Wesentliche Meditationstechniken mit spezifischen Hauptwirkungen, möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen
- Wesentliche Mantren , Mudras und Rhythmen mit Hauptwirkungen und Kontraindikationen

BYKY Mindeststandard Dozentenqualifikation und Curriculum für Anerkennung der Ausbildung

- Mögliche Interaktionen und Synergien mit anderen Techniken der Entspannung, Spannungsregulation, Bewegung
- Interaktion mit Ernährung und yogischen Diäten

Fachübergreifende Kompetenz

7. Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention **30 Stunden**

- Strategien und Handlungsfelder der Gesundheitsförderung
- Konzepte von Gesundheit und Krankheit

8. Berufskunde Information über Berufsverbände, **10 Stunden**
ZPP, Steuern, Versicherungen etc.

Diese Bedingungen sind der Standard des BYKY. Kläre mit deinem Ausbildungsinstitut ab ob es diese Bedingungen erfüllt. Nur sie ermöglichen Dir eine Zulassung durch die ZPP. Zentrale Prüfstelle Prävention im Umgangssprachlichen Krankenankennung genannt.