

Zertifizierungsordnung „Entspannungsverfahren (BDP)“ (ZOE)

vom 21.09.2024 (Beschluss des Präsidiums des BDP)

Inhalt

| | |
|---|----|
| § 1 Gegenstand | 2 |
| § 2 Voraussetzungen für eine Zertifizierung..... | 2 |
| § 3 Zertifizierung | 3 |
| § 4 Zertifizierungsausschuss..... | 3 |
| § 5 Widerspruchsverfahren | 3 |
| § 6 Gebühren | 4 |
| § 7 Ausstellung, Gültigkeitsdauer und Aberkennung des Zertifikats | 4 |
| § 8 Inkrafttreten und Geltungsdauer der Zertifizierungsordnung | 4 |
| Anlage 1..... | 5 |
| Regelungen zu Inhalten und Weiterbildungsumfang | 5 |
| A Basiskenntnisse im Fach Psychologie | 5 |
| B Verfahrensspezifische Basiskenntnisse | 5 |
| C Fort- und Weiterbildungsnachweise..... | 6 |
| Tabellarische Übersicht der Qualifikationsanforderungen..... | 6 |
| C 1 Einzelzertifikate | 9 |
| C 1.1 Progressive Relaxation..... | 9 |
| C 1.2 Autogenes Training – Grundstufe..... | 9 |
| C 1.3 Yogalehrer/in | 9 |
| C 2 Weiterführende Einzelzertifikate | 10 |
| C 2.1 Autogenes Training/Progressive Relaxation – für Kinder | 10 |
| C 2.2 Yogatherapeut/in | 10 |
| C 2.3 Psychosomatisches Entspannungstraining | 10 |
| C 2.4 QiGong..... | 10 |
| C 3 Dozenten/innenqualifikationen | 10 |

§ 1 Gegenstand

- (1) Die vorliegende Zertifizierungsordnung des Berufsverbandes Deutscher PsychologInnen und Psychologen e.V. (BDP) regelt die Vergabe folgender Zertifikate „Entspannungsverfahren (BDP)“ (ZOE):
- a) Einzelzertifikate zur Durchführung folgender Entspannungsverfahren:
- I. Progressive Relaxation (PR)
 - II. Autogenes Training (AT)
 - III. Autogenes Training/Progressive Relaxation - für Kinder
 - IV. Yogalehrer/in (YL)
 - V. Yogatherapeut/in (YT)
 - VI. Psychosomatisches Entspannungstraining
 - VII. Qigong
- b) Zertifikate zur Dozent/innenqualifikation in folgenden Verfahren:
- VIII. Dozent/in für die Weiterbildung Progressive Relaxation und Autogenes Training
- (2) Die Zertifikate bestätigen, dass die Zertifikatsinhaber eingewiesen wurden und befähigt sind, in den genannten Verfahren selbstständig und eigenverantwortlich tätig zu sein und berechtigen zum Führen der jeweiligen Bezeichnung.

§ 2 Voraussetzungen für eine Zertifizierung

Zur Erlangung des Zertifikates Entspannungsverfahren gelten alle in den Absätzen (1) bis (3) benannten Voraussetzungen.

- (1) Das Zertifikat kann erhalten, wer mindestens die Kriterien für die graduierte Mitgliedschaft im BDP e.V. erfüllt.
- (2) Qualifikationsanforderungen für die einzelnen Zertifikate (s. Anlage 1):
- Progressive Relaxation (PR) in Prävention und Therapie (32 UE)
 - Progressive Relaxation (PR) für Kinder in Prävention und Therapie (32 UE)
 - Autogenes Training (AT) – in Prävention und Therapie (32 UE)
 - Autogenes Training (AT) – für Kinder in Prävention und Therapie (32 UE)
 - Yogalehrer/in (YO-L) in Prävention und Therapie (700 UE)
 - Yogatherapeut/in (YO-Th) in Prävention und Therapie (80 UE)
 - Psychosomatisches Entspannungstraining (PSE) in Prävention und Therapie (32 UE)
 - QiGong in Prävention und Therapie. (720 UE)

(3) Als Beleg für die unter (2) genannten Voraussetzungen gelten Nachweise folgender Qualifikationen:

a) Studienleistungen im Rahmen eines Diplom-/Bachelor- oder Masterstudiengangs in Psychologie an einer anerkannten Hochschule bzw.

b) entsprechend äquivalente Leistungen an Aus-, Fort- und Weiterbildungsinstitutionen (die Äquivalenzprüfung erfolgt durch den Zertifizierungsausschuss; siehe §4)

§ 3 Zertifizierung

(1) Die Nachweise über die Erfüllung der Kriterien gemäß § 2 sind in Kopie mit dem ausgefüllten Antragsformular an die Bundesgeschäftsstelle des BDP zu richten.

(2) Die Bereitstellung von Informationen zur Antragsstellung und die Organisation des Zertifizierungsprozesses einschließlich Vorprüfung auf Vollständigkeit der eingereichten Unterlagen wird durch die Bundesgeschäftsstelle des BDP sichergestellt.

(3) Der Zertifizierungsausschuss „Entspannungsverfahren (BDP)“ übernimmt die inhaltliche Prüfung der eingereichten Nachweise. Der BDP vergibt nach einem positiven Prüfungsergebnis das Zertifikat.

§ 4 Zertifizierungsausschuss

Der Zertifizierungsausschuss „Entspannungsverfahren (BDP)“ – im Folgenden ZAE genannt – bestehend aus mindestens 3 Mitgliedern, entscheidet über die Zertifizierungsanträge.

(2) Mitglieder des ZAE werden jeweils für einen Zeitraum von 3 Jahren durch den Vorstand der Sektion „Klinische Psychologie“ ernannt und durch das Präsidium des Gesamtverbands BDP e. V. bestätigt.

(3) Ernennung, Aufgaben und Entscheidungsprozesse regelt die Geschäftsordnung für den Zertifizierungsausschuss „Entspannungsverfahren (BDP)“ (GO ZAE).

§ 5 Widerspruchsverfahren

(1) Gegen Entscheidungen des Zertifizierungsausschusses kann innerhalb von vier Wochen nach Bekanntgabe der Entscheidung schriftlich Widerspruch bei der Bundesgeschäftsstelle des BDP eingelegt werden.

(2) Widersprüche werden innerhalb von vier Wochen nach Eingang in der Bundesgeschäftsstelle des BDP an den Widerspruchsausschuss weitergeleitet.

(3) Im Falle eines Widerspruchs wird vom Gesamtvorstand des BDP ein Widerspruchsausschuss berufen.

(4) Der Widerspruchsausschuss besteht aus einem Mitglied des Zertifizierungsausschusses, das bislang noch nicht mit dem Antrag befasst war, und einer Person, die der Vorstand des Gesamtverbands BDP e. V. ernannt.

(5) Entscheiden beide Mitglieder des Widerspruchsausschusses einmütig über den Widerspruch, so ist dies zugleich die Entscheidung des Widerspruchsausschusses.

Votieren beide Mitglieder unterschiedlich, so wird die Entscheidung des dritten Mitglieds des ZAE eingeholt; stimmen von den letztlich vier Beteiligten zwei für und zwei gegen die Zertifizierung, entscheidet die Stimme des Vorstandsbeauftragten.

§ 6 Gebühren

- (1) Die Zertifizierung „Entspannungsverfahren (BDP)“ ist kostenpflichtig.
- (2) Die vom BDP festgelegte Gebühr für die Zertifizierung ist vorab zu entrichten.

§ 7 Ausstellung, Gültigkeitsdauer und Aberkennung des Zertifikats

(1) Das Zertifizierungsergebnis wird innerhalb von acht Wochen nach Erhalt der Unterlagen vom ZAE festgestellt. Die Bundesgeschäftsstelle stellt im Auftrag des BDP je nach Votum das Zertifikat bzw. die Benachrichtigung über eine negative Entscheidung des Antrags aus und übermittelt das Ergebnis der antragsstellenden Person.

(2) Die Gültigkeit des Zertifikats „Entspannungsverfahren (BDP)“ ist unbefristet.

(3) Eine Aberkennung erfolgt:

- a) durch das Ehrengericht des BDP e.V. auf Antrag des Gesamtvorstands bei Verletzung der Ethischen Richtlinien;
- b) auf Antrag des Gesamtvorstands bei Kenntnis von Vertragsverletzungen im Umgang mit dem Zertifikat.

(4) Die Ausstellung von Ersatzzertifikaten ist kostenpflichtig möglich. Hierzu ist ein formloser Antrag an die Bundesgeschäftsstelle mit Begründung und Unterschrift zu richten.

(5) Der Zertifikatsinhaber stellt seine persönlichen Daten zur Verfügung und erlaubt ihre EDV-Speicherung, soweit sie für die Kommunikation und die Zertifikat-Überwachung erforderlich sind.

§ 8 Inkrafttreten und Geltungsdauer der Zertifizierungsordnung

(1) Die vorliegende Zertifizierungsordnung tritt am 21.09.2024 (nach Beschluss des Präsidiums des BDP) in Kraft und ist bis zum Inkrafttreten einer neuen Ordnung gültig.

(2) Änderungen der Zertifizierungsbedingungen werden dem betroffenen zertifizierten Personenkreis rechtzeitig mitgeteilt.

Anlage 1

Regelungen zu Inhalten und Weiterbildungsumfang

Für die Beantragung aller in der ZOE genannten Zertifikate sind Basiskenntnisse im Fach Psychologie in nachfolgend genanntem Umfang nachzuweisen (Teil A). Weiterhin sind zertifikatsspezifische Weiterbildungsinhalte in nachfolgend genanntem Umfang nachzuweisen (Teil B).

Sofern nichts anderes angegeben ist, erfolgen die Angaben in UE = Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.

A Basiskenntnisse im Fach Psychologie

(1) Im Psychologiestudium erworbene Kenntnisse im Umfang von 466 UE bzw. 50 Kreditpunkten nach ECTS (50 Kreditpunkte entsprechen 1500 Zeitstunden Lernaufwand) sind mit Zeugnissen des Diploms in Psychologie, Bachelor und Master in Psychologie oder vergleichbaren Studienabschlüssen zu belegen.

(2) Fächer und Inhalte der anrechnungsfähigen Vorkenntnisse sind: Allgemeine Psychologie/ Klinische Psychologie/ Klinisch-psychologische Interventionsverfahren Diagnostik /Psychophysiologie / Biologische Psychologie / Sozialpsychologie /Persönlichkeitspsychologie /Gesundheitspsychologie /Neuropsychologie

(3) Für die Bereiche der Allgemeinen Psychologie und Klinischen Psychologie sind im Psychologiestudium erworbene Kenntnisse von je mindestens 8 Kreditpunkten nachzuweisen.

B Verfahrensspezifische Basiskenntnisse

Theoretische Basiskenntnisse von mindestens 52 Zeitstunden Lernaufwand werden als 16 Unterrichtseinheiten je Verfahren verrechnet. Sie sind durch Erklärung über eigenständiges Literaturstudium nachzuweisen.

C Qualifikationsanforderungen

Die Tabellen zeigen den Überblick der Voraussetzungen zum Erwerb des entsprechenden Zertifikats.

In der zweiten Spalte werden die Inhalte der Weiterbildung und die zeitlichen Mindestanforderungen dargestellt.

Zertifikate

- Progressive Relaxation (PR) in Prävention und Therapie **(32 UE)**
- Progressive Relaxation (PR) für Kinder in Prävention und Therapie **(32 UE)**
- Autogenes Training (AT) – in Prävention und Therapie **(32 UE)**
- Autogenes Training (AT) – für Kinder in Prävention und Therapie **(32 UE)**
- Yogalehrer/in (YO-L) in Prävention und Therapie **(700 UE)**
- Yogatherapeut/in (YO-Th) in Prävention und Therapie **(80 UE)**
- Psychosomatisches Entspannungstraining (PSE) in Prävention und Therapie **(32 UE)**
- Qigong **(720 UE)** in Prävention und Therapie

Zertifikat

Progressive Relaxation (PR) in Prävention und Therapie (32 UE)

Progressive Relaxation (PR) für Kinder in Prävention und Therapie (32 UE)

| Voraussetzungen der Weiterbildung | Inhalte der Weiterbildung und zeitliche Mindestvoraussetzungen | |
|---|--|--------------|
| Zertifikat Progressive Relaxation (BDP) | | 32 UE |
| Diplom der Psychologie bzw. mind. Bachelor of Science (B. Sc.) in Psychologie | Grundlagen: Theorie / Didaktik / Methodik, Selbsterfahrung mit Metatechniken | 16 UE |
| | Vertiefung: Umsetzung in der Praxis, Verhalten der Kursleitung Erweiterungen differentieller Anwendungen, Indikation, Kontraindikation Supervision | 16 UE |
| Zertifikat Progressive Relaxation mit Kindern (BDP) | | 32 UE |
| zusätzlich Zertifikat Progressive Relaxation | PR mit Kindern / Theorie / Didaktik / Methodik / Praxis/ incl. Supervision | 20 UE |
| | Co-Leitung oder ggf. Hospitation bei anerk. Kursleitern bzw. KJP | 12 UE |

Zertifikat

Autogenes Training (AT) - in Prävention und Therapie (32 UE)

Autogenes Training (AT) - für Kinder in Prävention und Therapie (32 UE)

| Weiterbildungsvoraussetzungen | Inhalte der Weiterbildung und zeitliche Mindestvoraussetzungen | |
|--|--|--------------|
| Zertifikat Autogenes Training (BDP) | | 32 UE |
| Diplom der Psychologie bzw. mindestens Bachelor of Science (B. Sc.) in Psychologie | Grundlagen: Theorie / Didaktik / Methodik, Selbsterfahrung (SE) mit Metatechniken | 16 UE |
| | Aufbaustufe: Umsetzung in der Praxis, Verhalten der Kursleitung, Indikation, Kontraindikation, SE und Einführung in die Fortgeschrittenenstufe mit formelhaftem Vorsatz; und in die Oberstufe, Supervision | 16 UE |
| Zertifikat Autogenes Training mit Kindern (BDP) | | 32 UE |
| Zusätzlich Zertifikat Autogenes Training | AT mit Kindern / Theorie / Didaktik / Methodik / Praxis; Supervision | 20 UE |
| | Co-Leitung oder ggf. Hospitation bei anerk. Kursleitern bzw. KJP | 12 UE |

Zertifikat

Yogalehrer/in in Prävention und Therapie (700 UE) Yogatherapeut/in in

Prävention und Therapie (80 UE)

| Weiterbildungsvoraussetzungen | Inhalte der Weiterbildung und zeitliche Mindestvoraussetzungen | |
|---|--|--|
| Zertifikat „Yogalehrer/in (BDP)“ | | 700 UE |
| Diplom der Psychologie bzw. mind. Bachelor of Science (B. Sc.) in Psychologie | Aus dem Studium Diplompsychologie / mind. Bachelor of Science in Psychologie (B. Sc.) werden diese Inhalte anerkannt: Wahrnehmung und Motorik, Lernen und Gedächtnis, Bewusstsein, Motivation und Emotion, Neuroanatomie, Neuropsychologie, Biologische Psychologie, Vegetative Physiologie, Entwicklungspsychologie, Sozialpsychologie, differentielle Psychologie, Verhaltensanalyse, Verhaltensmodifikation, Pädagogische Psychologie. | 300 UE |
| | Hatha Yoga Asana und Pranayama inkl. medizinischer Grundlagen: Yoga als Methode der Gesundheitsförderung Yoga als Methode der Selbsterkenntnis und Persönlichkeitsentwicklung, Yoga aus verhaltenstherapeutischer Perspektive Yoga im Rahmen der Stressprävention Yoga Philosophie Yoga als anerkannte Methode in der Prävention Yoga-Elementarkurs Selbstpraktikum (Dokumentation erforderlich) Didaktik, Unterrichtsgestaltung und Vorstellrunden(2 x 20) | 20 UE 20 UE 20 UE 20 UE 20 UE 120 UE 120 UE 40 UE |
| Zertifikat „Yogatherapeut/in (BDP)“ | | 80 UE |

| | | |
|--|--|-------|
| Yogalehrer/in (BDP), mind. 2 Jahre Berufserfahrung als Yogalehrer/in | Vier verschiedene Yogatherapie-Seminare (je 20 UE), zur Anwendung bei unterschiedlichen Krankheitsbildern insgesamt. | 80 UE |
|--|--|-------|

Zertifikat

Dozent/in für die Weiterbildung in Progressiver Relaxation, Autogenes Training (160 UE)

| Voraussetzungen der Weiterbildung | Inhalte der Weiterbildung und zeitliche Mindestvoraussetzungen | |
|--|--|--------------|
| Zertifikat „Lehrbefähigung in multimodaler Stressbewältigung, PR und AT (BDP)“ | | 160UE |
| Diplom Psychologe oder Master of Science Psychologie (M.Sc.) mind. 2 Jahre Berufserfahrung in der Kursleitung | Zertifikate in „Autogenes Training“ 32 UE „Progressive Relaxation“ 32UE Zertifikat Stresskompetenz: z.B. Sicher und gelassen im Stress; Achtsamkeit; MBSR“ 32UE Kenntnisse und Selbsterfahrung zu mindestens einer weiteren Entspannungstechnik: z.B. Yoga, Qi Gong, Hypnose 32UE Praktische Tätigkeitsnachweise und Dokumentation von je 4 Kursen 32UE | |

Zertifikat

Psychosomatisches Entspannungstraining (PSE) in Prävention und Therapie (32 UE)

| Voraussetzungen der Weiterbildung | Inhalte der Weiterbildung und zeitliche Mindestvoraussetzungen | |
|--|---|----------------|
| Zertifikat „Psychosomatisches Entspannungstraining“ (BDP) | | 32 UE |
| Diplom der Psychologie bzw. Bachelor of Science (B. Sc.) in Psychologie und eines der beiden systematischen Entspannungsverfahren sollte beherrscht werden, ideal wäre die Beherrschung beider Verfahren Zertifikat Autogenes Training oder Zertifikat Progressive Relaxation | Grundlagenkurs : Theoretische Grundlagen Indikationen, Kontraindikationen, Selbsterfahrung sämtlicher Methodik der Entspannungsübungen, Methodik, Didaktik Aufbaukurs und Supervision: Theoretische Einsatzmöglichkeiten und praktische Umsetzung von Kombinationsübungen, Professionalisierung von Autogenem Training und Progressiver Relaxation | 16 UE 16 UE |

Zertifikat Qigong (720 UE) in Prävention und Therapie

| Weiterbildungsvoraussetzungen | Inhalte der Weiterbildung und zeitliche Mindestvoraussetzungen | |
|---|--|--|
| Zertifikat „Qigong (BDP)“ | | 720 UE |
| Diplom der Psychologie bzw. mind. Bachelor of Science (B. Sc.) in Psychologie | Aus dem Studium Diplompsychologie / mind. Bachelor of Science in Psychologie (B. Sc.) werden diese Inhalte anerkannt: Wahrnehmung und Motorik, Lernen und Gedächtnis, Bewusstsein, Motivation und Emotion, Neuroanatomie, Neurophysiologie, Biologische Psychologie, Vegetative Physiologie, Entwicklungspsychologie, Sozialpsychologie, differentielle Psychologie, Verhaltensanalyse, Verhaltensmodifikation, Pädagogische Psychologie. | 300 UE |
| | Grundlagen des Qigong- Yangsheng inkl. Medizinischer Grundlagen Übungsreihen: Die 15 Ausdrucksformen des Qigong Die 8 Brokate Die 5 Tiere Vertiefung der Übungsreihen 2 Aufbaukurse und Abschlusskurs (Selbstpraktikum mit Dokumentation Didaktik, Unterrichtsgestaltung etc.) Gesamt | 42 UE 48 UE 48 UE 83 UE 107 UE 92UE 420 UE |

C 1 Einzelzertifikate

C 1.1 Progressive Relaxation

Weiterbildungsmaßnahmen im Gesamtvolumen von 32 UE zur Progressiven Relaxation nach Edmund Jacobsen sind nachzuweisen:

- Basiskompetenzen und Selbsterfahrung 16 UE
- Didaktik und Methodik 16 UE

C 1.2 Autogenes Training – Grundstufe

Weiterbildungsmaßnahmen im Gesamtvolumen von 32 UE zu Inhalten der konzentrativen Selbstentspannung nach Johannes-Heinrich Schultz sind nachzuweisen:

- Basiskennntnisse, Selbsterfahrung und Methodik 16 UE
- Aufbau und Didaktik der Grundstufe 16 UE

C 1.3 Yogalehrer/in

Folgende Weiterbildungsmaßnahmen im Gesamtvolumen von 700 UE sind nachzuweisen:

- Anerkannte Inhalte aus dem Psychologiestudium (siehe Punkt A) Yoga und Psychologie
- Grundlagen Hatha Yoga incl. medizinischer Grundlagen Selbstpraktikum Unterricht/Vorstellstunden

C 2 Weiterführende Einzelzertifikate

C 2.1 Autogenes Training/Progressive Relaxation – für Kinder

Aufbauend auf den Weiterbildungen in Autogenem Training respektive Progressiver Relaxation für Erwachsene sind Weiterbildungsmaßnahmen für Kinder im Umfang von jeweils 20 UE nachzuweisen, die zur Durchführung von Kursen für Kinder befähigen.

C 2.2 Yogatherapeut/in

Zusätzlich zur Qualifikation als Yogalehrer/in (siehe Punkt C 2.4) sind Weiterbildungsmaßnahmen im Umfang von 80 UE nachzuweisen, die zur Anwendung bei psychosomatischen Belastungen und psychischen Störungen mit Krankheitswert befähigen.

C 2.3 Psychosomatisches Entspannungstraining

Weiterbildungsmaßnahmen im Gesamtumfang von 32 UE zum Psychosomatischen Entspannungstraining sind nachzuweisen:

- Grundkompetenzen, Selbsterfahrung und Didaktik 16 UE
 - Aufbaustufe mit Methodik und Supervision 16 UE
- Das Zertifikat setzt die Qualifikation zu PR und AT voraus.

C 2.4 QiGong

Weiterbildungsmaßnahmen im Gesamtumfang von 420 UE sind nachzuweisen in den Feldern Grundlagen des Qigong- Yangsheng inkl. Medizinischer Grundlagen Übungsreihen:

- Die 15 Ausdrucksformen des Qigong
- Die 8 Brokate
- Die 5 Tiere
- Vertiefung der Übungsreihen
- 2 Aufbaukurse und Abschlusskurs
(Selbstpraktikum mit Dokumentation Didaktik, Unterrichtsgestaltung etc.)

C 3 Dozenten/innen-Qualifikationen

Folgende Weiterbildungsmaßnahmen im Gesamtumfang von 160 Unterrichtseinheiten (UE) sind nachzuweisen:

- Progressive Relaxation (siehe Punkt C 2.2)
- Autogenes Training - Grundstufe (siehe Punkt C 2.3)
- Qualifikation zu Stresskompetenz z.B. Sicher und Gelassen im Stress nach Prof. Kaluza, MBSR, Achtsamkeit
- Mindestens ein weiteres anerkanntes Entspannungsverfahren in Selbsterfahrung und Grundqualifikation, z.B. Yoga, QiGong, Hypnose.
- Nachweis von je 4 Kursleitungen in AT und PR.

