

## Protokoll des Treffens des AK „Qigong und Pädagogik“ am 2.5.2014 in Hamburg

An diesem Treffen im Vorfeld des Qigong Kongresses „Philosophie- und Praxistage“ haben insgesamt 9 Personen teilgenommen. Das Treffen war sehr gemischt sowohl von der regionalen Herkunft als auch bezüglich verschiedener Stile und Schulen. Es war durchgehend von einem lebhaften Austausch getragen, so dass die angesetzten 3 Stunden gut gefüllt und schnell vergangen waren.

Da abgesehen von den beiden KoordinatorInnen Toni Faath und Katrin Arnold alle zum ersten Mal auf einem Treffen des AK waren, haben wir zunächst kurz die Entstehungsgeschichte dieses und der anderen Arbeitskreise zu Praxisfeldern des Qigong erläutert und dann Themen und Anliegen an dieses Treffen gesammelt:

- Angebote in Schule und wie die Installation eines solchen Angebotes durch eine Externe gelingen kann
- Didaktische Fragen: 1. Unterrichten von Großgruppen- Frage nach Erfahrungen und methodischen Ideen; 2. zur Rolle als KursleiterIn und zu persönlichen Voraussetzungen, um unterrichten zu können; 3. Zu einer Feedback- Kultur: Wie können wir mehr Rückmeldungen als Unterrichtende bekommen bzw. welche möchten wir bekommen? Und 4.: Gibt es eine besondere Pädagogik für Qigong bzw. welche pädagogischen Ansätze passen zum Qigong – gibt es oder könnte es ein Manual dafür geben?

► Da einige der Fragestellungen dadurch angesprochen wurden berichtete Toni von seinen Erfahrungen mit Qigong in der Jugendhilfe- im Einzelsetting, im Nachmittagsprogramm eines teilstationären Jugendhilfeangebots (Tagesgruppe) und als Angebot für MitarbeiterInnen der Jugendhilfe.

► Zur Installation eines Qigong-Angebotes im Rahmen von Schule wurde von mehreren berichtet, dass dies schwierig sei von außen. Ein möglicher Zugang sei, wenn ein eigenes Kind die Schule besucht und darüber der Kontakt hergestellt oder die Neugier geweckt wird. Auch Projekttag, Gesundheitstage oder ähnliches sind eine gute Möglichkeit für eine Zusammenarbeit.

(Dazu an dieser Stelle ein Hinweis auf das Projekt und die Fortbildung AISCHU –Achtsamkeit in der Schule von Vera Kaltwasser, die selbst nicht an dem Treffen teilnehmen konnte aber vorab die Informationen geschickt hat. Qigong ist ein integraler Bestandteil in diesem Projekt. :

Es gibt noch 2 freie Plätze in der nächsten Fortbildung, Infos im Netz

[www.arbor-seminare.de/achtsamkeit-der-schule-aischu-1](http://www.arbor-seminare.de/achtsamkeit-der-schule-aischu-1)

► Ein gemeinsames Üben widmeten wir der Frage einer Teilnehmerin nach Formen /Bewegungen im Gehen, an mehreren Beispielen.

- ▶ Mit dem Unterrichten von Großgruppen (hier: 40 Jugendliche, verschiedensprachig) hatte niemand Erfahrung. Ein Vorschlag war, die Gruppe nach einer Einführung zum weiteren Üben in 5 Kleingruppen zu teilen, die sich gegenseitig unterstützen und austauschen.
  
- ▶ Zum Thema „Feedback-Kultur“ ging es zunächst um die Frage, in welchem Rahmen und Umfang die Kursteilnehmenden nach ihren persönlichen Erfahrungen mit dem Üben gefragt werden sollten- sowohl für sie selbst als auch als Orientierung für die Kursleitung. Es wurde auf die Gefahr / Erfahrung hingewiesen, dass dies in einer Gruppe zunehmend zu ausufernden Berichten über die eigene Befindlichkeit und das Leben führen könnte; verschiedene Umgangsweisen dies wieder einzudämmen bzw. nicht entstehen zu lassen und die Rolle der Kursleitung bezüglich Verantwortung für das „Wohl“ der Teilnehmenden, auch in unterschiedlichen Settings, kamen zur Sprache.
  
- ▶ Die Frage nach einer zum Qigong passenden Pädagogik konnte nur noch angerissen werden. Es wurde allgemein auf ressourcenorientierte Ansätze und den Kontext der humanistischen Psychologie hingewiesen. In diesem Zusammenhang wurde zu der ebenfalls noch offenen Frage nach „dem richtigen Zeitpunkt, um mit dem Unterrichten zu beginnen“ betont, wie wichtig es dafür sei, selbst einen guten Übungszustand verinnerlicht, also eine entsprechende Ausstrahlung zu haben.

Die Teilnehmenden dieses Treffens wollen gerne über Email Verteiler im Kontakt bleiben-

Auch die Homepage des AK ist eine Möglichkeit zur Vernetzung, für Berichte etc. die man auch gerne breiter öffentlich macht: [www.qigong-und-paedagogik.de](http://www.qigong-und-paedagogik.de)

Ein Termin für das nächste Treffen steht noch nicht fest.