

PRAXISANGEBOT

ZPP-zertifizierte Präventionskurse: Benötigte Qualifikationen und Konzeptgestaltung

von Physiotherapeut/Sportwissenschaftler M. A. Thomas Colshorn, Bremen

Um Präventionskurse anbieten zu dürfen, die von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert sind (PP 01/2016, Seite 3), benötigen Sie die entsprechende fachliche Qualifikation. Die Grundqualifikation haben Sie mit Ihrer Ausbildung als Physiotherapeut schon in der Tasche. Daneben ist häufig eine Zusatzqualifikation (Trainerlizenz, Zertifikat) erforderlich. Der Erwerb kann (z. B. im Yoga) mehrere Jahre dauern. Wer diesen Aufwand scheut, für den gibt es aber einfachere Wege, sich einen Präventionskurs anerkennen zu lassen. |

Hier benötigen Sie eine Trainerlizenz oder ein Zertifikat

Eine Trainerlizenz oder ein Zertifikat ist für einen Präventionskurs immer dann vonnöten, wenn

- es um einen spezifischen Kurs mit fest vorgegebenem Inhalt und ebensolcher Bezeichnung geht (z. B. Rückenschule),
- sich der Kursinhalt auf eine bestimmte Methode beschränkt und damit auch spezifischen Übungen, Traditionen und/oder Eigenarten unterworfen ist (z. B. Pilates, Yoga),
- Inhalte und Abläufe des Kurses einer weitgehend festen theoretischen Struktur folgen – auch wenn diese im Rahmen des Kurses praktisch aufgeweicht werden kann (z. B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, achtsamkeitsbasierte Stressreduktion [MBSR]) oder
- das Kursangebot eine eingetragene Marke darstellt (Beispiel: Feldenkrais, eingetragen im Register des Deutschen Patent- und Markenamts unter der Register-Nr. 1133124, online unter <https://register.dpma.de>. Diese Variante trifft auf Präventionskurse allgemein nur selten zu!)

■ Diese Präventionsangebote erfordern eine Zusatzqualifikation

- Yoga (PP 10/2015, Seite 10)
- Pilates (PP 04/2009, Seite 15, PP 05/2009, Seite 17)
- Rückenschule (PP 11/2017, Seite 13)
- Nordic Walking (PP 08/2016, Seite 11)
- Taijiquan Qigong (PP 10/2015, Seite 10)
- Aquafitness/-jogging (PP 08/2016, Seite 11)
- Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung (PP 10/2015, Seite 10), MBSR (PP 04/2017, Seite 10)

Man kann darüber streiten, ob ein Physiotherapeut zusätzlich eine Fortbildung als Rückenschullehrer absolvieren muss. Für alle anderen o. g. Angebote gilt, dass diese im Rahmen der physiotherapeutischen Ausbildung nicht oder nur marginal behandelt werden und eine entsprechende Fortbildung damit sicherlich sinnvoll ist.



Kriterien für die
Notwendigkeit



ARCHIV
PP-Beiträge zu
Präventionsangeboten

Fortbildung
auch für Physios
i. d. R. sinnvoll

Freie Angebote meist
beschränkt auf
Bewegung als
Handlungsfeld

ARCHIV

PP-Beiträge zu
Präventionsangeboten



Leitfaden Prävention
gilt auch für freie
Angebote!

Vorteil: Sie sparen
Zeit und Geld,
Nachteil: Sie haben
mehr Arbeit

Freie, aber durch
ZPP-zertifizierte
Konzepte erfordern
nur eine Einweisung

Hier ist keine zusätzliche Lizenz erforderlich

Interessant wird es, wenn es um Angebote geht, für die keine zusätzliche Fortbildung erforderlich ist. Dabei handelt es sich vorwiegend um Angebote, auf die keines der o. g. Kriterien zutrifft, die sich auf das Handlungsfeld Bewegung beschränken und die inhaltlich eher allgemein gehalten sind. Hier geht die ZPP davon aus, dass Sie mit Ihrem Berufsnachweis als Physiotherapeut über eine ausreichende Qualifikation zur Durchführung entsprechender Kurse verfügen.

■ Präventionsangebote ohne Zusatzqualifikation

- Rückenfit/Rückengymnastik/Wirbelsäulengymnastik (PP 11/2017, Seite 13)
- Allgemeines Kräftigungstraining
- Allgemeines Herz-Kreislauf-Training
- Seniorenfitness, Sturzprophylaxe (PP 07/2017, Seite 12)
- Zirkeltraining

Wichtig | Auch bei den hier genannten Angeboten müssen Sie sich an die Vorgaben des Leitfadens Prävention halten (PP 02/2016, Seite 13). Nicht zertifiziert werden in diesem Rahmen Angebote des Breitensports, reine Aerobic-Kurse oder solche, die sich nur auf ein Beweglichkeitstraining (Dehnen) beschränken. Ebenso ausgenommen sind Kurse, die sich auf eine Sportart oder ein bestimmtes Trainingsgerät konzentrieren.

Vorteil dieser Angebote ist: Sie sparen Geld und Zeit und können im Prinzip sofort loslegen. Ihr Nachteil besteht darin, dass Sie nicht auf vorgefertigte Schulungsunterlagen und damit ein fertiges Konzept eines Fortbildungsanbieters zurückgreifen können, das eventuell sogar schon bei der ZPP hinterlegt ist. Sie müssen die Stundenverlaufspläne sowie die Teilnehmerunterlagen selbst anfertigen. Auch das kostet Zeit (und vielleicht sogar Geld). Am Ende können Sie dann aber sicher sein, dass die Inhalte Ihren eigenen Vorstellungen entsprechen und das Konzept Ihnen „allein“ gehört.

PRAXISHINWEIS | Unter www.zentrale-pruefstelle-praevention.de können Sie den Antrag auf Zertifizierung einreichen (PP 02/2016, Seite 13). Dabei ist es standardmäßig erforderlich, sowohl ein Dokument für die Grund- als auch die Zusatzqualifikation hochzuladen. Das ist bei „freien“ Konzepten ohne Zusatzfortbildung natürlich nicht möglich. In diesem Fall laden Sie im Feld „Zusatzqualifikation“ Ihre Berufsurkunde einfach ein zweites Mal hoch.

Fertige Konzepte mit Einweisung

Eine Art Zwischenform bilden fertige Konzepte, die zwar keine Fortbildung erfordern, aber eine sogenannte Einweisung. Dabei handelt es sich um freie Kurse nach o. g. Definition (z. B. Rückenfit, Zirkeltraining), deren Konzepte bereits bei der ZPP hinterlegt und auch zertifiziert sind. Dafür müssen Sie als Kursanbieter eine Einweisung absolvieren. Diese dauert je nach Konzept etwa

eine bis drei Stunden und schließt mit einem Online-Test ab. Anschließend erhalten Sie ein Zertifikat ausgestellt. Der zeitliche und finanzielle Aufwand hält sich daher in engen Grenzen. Darüber hinaus können Sie anschließend auf fertige Konzepte zurückgreifen und müssen keine Stundenpläne und/oder Teilnehmerunterlagen erstellen. Wie Sie einen Kurs auf Basis eines fertigen Konzepts erstellen, erfahren Sie online unter <https://forum-ruecken/zpp>.

Freie Konzepte
kosten wenig Zeit
und Geld und bieten
fertige Unterlagen

So vermeiden Sie inhaltliche Fehler im Konzept

Die ZPP legt sowohl Wert darauf, dass Sie das formale Prozedere einhalten, wenn Sie den Präventionskurs beantragen (PP 02/2016, Seite 13), als auch darauf, dass Sie die inhaltlichen Vorgaben für das Konzept beachten.



ARCHIV
Ausgabe 2 | 2016
Seite 13 – 15

CHECKLISTE / Inhalt des Konzepts für das Präventionsangebot

1. Ist im Konzept drin, was draufsteht?

In Maßnahmen mit Zusatzqualifikation dürfen Sie als Anbieter nur spezielle Übungen integrieren. In allgemein gehaltenen Konzepten (ohne Zusatzqualifikation) dürfen Sie nur allgemeine Formulierungen verwenden:

- Ggf. lehnt die ZPP die Zertifizierung einer Rückenschule ab, wenn in den Stundenverlaufsplänen auch Pilatesübungen auftauchen.
- Verwenden Sie für allgemein gehaltene Konzepte (ohne Zusatzqualifikation) neutrale Begriffe wie „Ausfallschritt“, „Kniebeuge“, „Liegestütz“.
- Listen Sie in allgemein gehaltenen Konzepten keine Übungen auf, die im Rahmen einer anderen Methode bereits „belegt“ sind (vor allem Übungsbezeichnungen aus dem Pilates oder die Namen einzelner Asanas aus dem Yoga).

2. Haben Sie die richtige Kursbezeichnung gewählt?

Für bestimmte Kurse sind in Deutschland bestimmte Begriffe fest vergeben und dürfen nicht anderweitig verwendet werden:

- So ist z. B. die Rückenschule, streng abzugrenzen von der Rücken-/Wirbelsäulengymnastik: Die Rückenschule hat vor allem die Vermittlung von Wissen zur gesunden Körperhaltung zum Ziel, während bei der Rücken-/Wirbelsäulengymnastik das Training im Vordergrund steht (zur Unterscheidung siehe PP 11/2017, Seite 13).
- Bieten Sie Wirbelsäulenkurse immer nur in Verbindung mit den Begriffen „Gymnastik“ oder „Rückenfit“ an!

3. Haben Sie das richtige Präventionsprinzip gewählt?

- Zielt das Training auf einen anatomisch klar definierten Körper-, Organ- oder Muskelbereich ab (z. B. Rückenfit, Core-Training), müssen Sie aus dem Handlungsfeld „Bewegung“ das zweite Präventionsprinzip auswählen („Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme“).
- Eher allgemeines Kräftigungs- und Ausdauertraining dagegen fällt unter das erste Prinzip („Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität“).

4. Haben Sie die Vorgaben des Leitfadens Prävention eingehalten?

Beachten Sie beim Zirkeltraining oder beim allgemeinen Kräftigungstraining die Vorgaben des Leitfadens zum Geräteanteil: Nach derzeitiger Regelung darf höchstens die Hälfte der Übungen gerätegestützt sein, bzw. für jede Übung mit Gerät muss eine Alternativübung ohne Gerät erfolgen. Ein reiner Gerätezirkel ist also nicht möglich.

WEITERFÜHRENDER HINWEIS

- Einen umfassenden Überblick über die formalen Anforderungen an Präventionskurse, die Integration in die Praxis und die Vermarktung erhalten Sie in der PP Sonderausgabe „Umsatzplus durch Prävention“ (online unter pp.iww.de, Abruf-Nr. 44850046) und in der PP-Sonderausgabe „Prävention als Selbstzahlerleistung“ (pp.iww.de, Abruf-Nr. 44983991).



IHR PLUS IM NETZ
PP-Sonderausgaben
zum Thema