

## Taiji Diplomausbildung an der Taiji Schule „Space-2-be“

### **Warum biete ich eine Ausbildung in Taiji an?**

Als Taiji Lehrer empfinde ich jedes Mal eine grosse Freude und Sinnhaftigkeit, wenn ich erlebe, wie sich durch die achtsam-integrativen Taiji Bewegungen das Wohlbefinden der Kursteilnehmenden verbessert. Ein Stück von der Taiji Stunde in sich tragend, verlassen sie den Kursraum leichter, ausgeglichener und „ganzer“, als sie gekommen sind. Die Taiji Ausbildung biete ich mit dem Wunsch an, diese achtsame Bewegungsform und dessen wertvollen Inhalte an jene weiterzuvermitteln, die sich selbst gerne vertiefend mit Taiji befassen und es unterrichten möchten.

### **An wen richtet sich die Taiji Ausbildung?**

Sie richtet sich an alle, die an vertiefenden und bewegenden Erfahrungen interessiert sind und diese sinnvoll in ihr Leben integrieren möchten. Taiji ist dabei die Methode, durch welche grundlegende Bewegungs- und Interaktionsprinzipien erlebt und kultiviert werden. Die Bereitschaft, sich über einen längeren Zeitraum regelmässig mit Taiji zu befassen und sich auf neue und wandelbare Bewegungserfahrungen einzulassen, wird vorausgesetzt. Die Taiji Ausbildung ist von der Schweizerischen Gesellschaft für Qigong und Taiji (SGQT) anerkannt und befähigt die AbsolventInnen zur kompetenten Vermittlung von Taiji Formen und Grundlagenübungen. Eine Teilnahme am Ausbildungsgang steht auch all jenen offen, die keinen Diplomabschluss anstreben, sich aber selbst eine vertiefende Lern- und Entwicklungserfahrung durch Taiji schenken möchten. Sich selbst und seinem Umfeld mit Taiji nachhaltig etwas Gutes tun zu wollen, sollte der Hauptbeweggrund für diese Ausbildung sein.

## **Ziele der Taiji Ausbildung**

- Kreativität und Neugier im Erlernen von Bewegungen
- Freude und Bewusstheit im Erleben von Bewegungen
- Achtsamkeit und Integrität in der Ausführung von Bewegungen
- Sicherheit und Mitgefühl in der Vermittlung von Bewegungen
- Selbsterfahrung und -entfaltung durch intensive und wohlwollende Körperarbeit
- vielfältige und wertschätzende Lernerfahrungen in der Gruppe
- solides Fachwissen über Taiji sich aneignen und verkörpern
- sanftes Kräftigen der körperlichen Gesundheit und des geistigen Wohlbefindens
- Gelerntes in sein eigenes Leben integrieren (Alltagstransfer der Lerninhalte)

## **Eckdaten zur Ausbildung**

### *Leitung der Ausbildung*

Dr. phil. Marko Nedeljković, Taiji-Lehrer und -Ausbildner (SGQT)

### *Grösse der Ausbildungsgruppe*

min. 6 bis max. 10 Personen

### *Ort der Ausbildung*

Bern

### *Zeitraum und Umfang der Diplomausbildung*

- Taiji KursleiterIn (K): drei Jahre (April 2019 bis April 2022) → 372 Stunden  
pro Ausbildungsjahr: 10 Wochenenden à 10 Unterrichtsstunden und vier Intensivtage mit insgesamt 24 Unterrichtsstunden
- Taiji LehrerIn (L): zwei Jahre (Sept. 2022 bis Sept. 2024) → 188 Stunden  
pro Weiterbildungsjahr: 7 Wochenenden à 10 Unterrichtsstunden und vier Intensivtage mit insgesamt 24 Unterrichtsstunden

### *Kosten der Ausbildung*

Die Kosten für die Kursleiterausbildung (K) betragen CHF 9'900.- (CHF 3'300.- pro Jahr).

Die Kosten für die Lehrerausbildung (L) betragen CHF 5'600.- (CHF 2'800.- pro Jahr).

Darin enthalten sind neben den Kosten für den Fachunterricht auch die Kosten für die Lernunterlagen und die Abschlussprüfung. Individuelle Verpflegungs- und Reisekosten, sowie Kosten für die Unterkunft und Verpflegung während den Intensivtagen sind nicht in den Ausbildungskosten enthalten und müssen von den Teilnehmenden selbst bezahlt werden.

## **Anforderungen für einen von der SGQT anerkannten Diplomabschluss**

### *Übungserfahrung*

- tägliches Üben während der ganzen Ausbildungszeit (fortlaufende Dokumentation der eigenen Übungserfahrungen in einem Übungsjournal wird empfohlen)
- jährliche Dokumentation der Übungserfahrungen im Erfahrungsbericht
- jährliche Besprechung der Übungserfahrungen im Rahmen eines Standortgespräches mit der Ausbildungsleitung

### *Unterrichtstätigkeit für Taiji KursleiterInnen (K)*

- 20 eigene, selbstständig vorbereitete, geleitete und dokumentierte Unterrichtsstunden durchführen
- davon dürfen max. 5 Stunden unter Supervision der Ausbildungsleitung, als Assistenz oder in Übungsgruppen durchgeführt werden

### *Unterrichtstätigkeit für Taiji LehrerInnen (L)*

- 2-jährige Unterrichtserfahrung
- mind. 100 geleitete Unterrichtsstunden

### *Praktische Kompetenzen*

Die Kenntnisse über Grundhaltung, Ausrichtung, Anwendung, Bewegungs- und Interaktionsprinzipien werden anhand folgender Ausbildungsinhalte vermittelt

- 64er Taiji Langstockform im Yang-Stil nach T. T. Liang (L)
- Sanfen Quaiquan – Quick Fist nach Huang Xingxian (L)
- 7-Sterne Taiji Neigong Handform im Yangstil (L)
- 10 Vortrefflichkeiten – Neigong Übungen nach Wang Xiaolun (L)
- 37er Taiji Handform im Yang-Stil nach Zheng Manqing (K)
- 5-Elemente-Form, erste und zweite Kreisform nach Chungliang Al-Huang (K)
- 5-Lösungsübungen (Songshen Wufa) nach Huang Xingxian (K)
- Stilles Stehen (Zhanzhuang Qigong) (K)
- Bewegtes Stehen (Taiji Zhi) (K)
- Grundlagenübungen (Jibengong) (K)
- Taiji Partnerübungen (Tuishou) (K)

### *Theoretische Kompetenzen*

Im Rahmen der Ausbildung werden folgende Taiji-relevante Kenntnisse möglichst erlebnisorientiert vermittelt:

- verschiedene Beweggründe und Ziele im Taiji
- geschichtlicher Hintergrund und philosophische Grundlagen von Taiji
- verschiedene Taiji-Stilrichtungen
- zentrale Begriffe und Leitgedanken / Prinzipien im Taiji
- Grundkenntnisse der TCM (Lehre von Yin-Yang, drei Schätzen, fünf Wandlungsphasen, zwölf Leitbahnen)
- auf die Taiji-Praxis bezogene Kenntnisse in Anatomie und Physiologie

### *Pädagogische Kompetenzen*

Wissen über methodisch-didaktisches Vorgehen im Unterricht von Gruppen, gruppendynamische Prozesse und kommunikationsrelevante Aspekte wird vermittelt anhand von:

- begleiteter Reflexion des eigenen Lernprozesses und der eigenen Lehr-erfahrungen
- gezielten Gruppenübungen im Rahmen von Unterrichtseinheiten mit fachdidaktischem Schwerpunkt

### *Kompetenznachweise für Taiji KursleiterInnen*

- Praktischer Teil: a) Kurzvortrag / Präsentation (max. 20 min) über Bezug von Taiji zu eigenen Lebensinhalten und b) Vorbereitung und Durchführung einer Unterrichtseinheit
- Theoretischer Teil: a) jährliche Erfahrungsberichte und b) schriftliche Abschlussprüfung

### *Kompetenznachweise für Taiji LehrerInnen*

- Praktische Prüfung: Vorbereitung, Durchführung und Reflexion einer Unterrichtseinheit
- Theoretische Prüfung: schriftliche Abschlussarbeit

## **Geplante Durchführungsdaten für das erste Ausbildungsjahr**

**2019** – 6./7. April ; 4./5. Mai ; 18./19. Mai (= Intensivtage) ; 15./16. Juni ; 6./7. Juli ;  
9./10./11. August (= Intensivtage) ; 7./8. September ; 5./6. Oktober ; 2./3. November ;  
7./8. Dezember

**2020** – 1./2. Februar ; 7./8. März

Nach Möglichkeit finden alle weiteren Ausbildungswochenenden immer am ersten Wochenende des Monats statt.

## **Anmeldung**

Die Anmeldung zur Taiji Ausbildung erfolgt im Anschluss an ein gemeinsames Orientierungsgespräch. Sie ist verbindlich, wenn alle drei Bedingungen erfüllt sind:

1. Die Absicht zur verbindlichen Teilnahme an der Taiji Ausbildung wurde im Anschluss an das Orientierungsgespräch per Handschlag bekräftigt resp. entgegengenommen.
2. Der Anmeldebogen, welcher bei der Ausbildungsleitung bezogen werden kann, wurde ausgefüllt, unterschrieben und abgegeben.
3. Die Ausbildungskosten für das erste Ausbildungsjahr sind einbezahlt worden.

Anmeldeschluss ist der 31. Januar 2019.

Kontakt und weitere Infos: Dr. phil. Marko Nedeljković  
Winkelriedstrasse 51  
5430 Wettingen

[www.space2be.ch](http://www.space2be.ch)

[info@space2be.ch](mailto:info@space2be.ch)

## **Haftung**

Versicherung und Haftung liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden.