

Kompetenzen Bodyworkerin/Bodyworker



EINLEITUNG

Der Mensch ist eine Einheit von Körper, Geist und Emotionen, die untrennbar miteinander verbunden sind und mit dem Umfeld der Person in Wechselwirkung stehen.

Jeder Mensch ist in seiner Art einzigartig: seine Lebensgestaltung, seine Ressourcen und das daraus ergebene Handeln.

Der Prozentsatz von Wasser im menschlichen Körper beträgt ungefähr 80% bei Neugeborenen und 50% bei betagten Menschen. Der menschliche Organismus ist so konzipiert, dass er ein vitales und dynamisches Gleichgewicht erhält und sich somit selbst reguliert. Der Mensch hat ein natürliches Potenzial, seine körperlichen, geistigen und spirituellen Möglichkeiten zu entwickeln und zu verwirklichen und selbständig zu werden.

Die Arbeit im Wasser stimuliert einen individuellen und ganzheitlichen Prozess von Körper, Geist, Seele und Umwelt. Es ermöglicht den Klienten sich unterstützt und betreut zu fühlen, sicher vor äusseren Einflüssen.

PROFESSIONELLE KOMPTENZEN UND FÄHIGKEITEN

Der/die OBA Bodyworker hat eine emphatische und aufmerksame Haltung gegenüber den Klientinnen/Klienten, ist innerlich und äusserlich zentriert und respektiert deren Interessen, Werte und Rechte.

1 Berufliches Handeln

Begegnen. Der/die OBA Bodyworker/in baut ein Vertrauensverhältnis auf

- Bespricht die Bedürfnisse und die Wünsche der Klientinnen/Klienten
- Erkennt die Ressourcen der Klientinnen/Klienten
- Bespricht und erklärt die OBA-Sitzung

Bearbeiten. Der/die OBA Bodyworker/in geht in Kontakt mit den Klientinnen/Klienten und ihrem/seinem Prozess, hat eine neutrale Haltung.

- Arbeitet bewusst mit den OBA-Techniken
- Ist zentriert: Achse zwischen Himmel und Erde / Wirbelsäule / Hara
- Achtet auf Berührung, Bewegungen und Atmung
- Fördert die Selbstwahrnehmung der Klienten

- Erlaubt den Klienten neue Körper- und Gefühlserfahrungen zu erleben
- Nimmt spontane Körperbewegungen auf
- Vermeidet Techniken anzuwenden, die nicht im Einklang stehen mit dem momentanen Befinden der Klienten
- Tauscht Eindrücke und erzielte Ergebnisse aus
- Schlägt bei Bedarf Strategien vor, um die Klientinnen/Klienten darin zu unterstützen, ihre/seine eigenen Ressourcen zu nutzen um bei sich zu bleiben

Integrieren: Der/die OBA Bodyworker/in unterstützt die Klientinnen/Klienten im Kontakt mit sich selber

- Erkennt ihre Gefühle
- Beobachtet eventuelle Widerstände
- Bringt verborgene Ressourcen ins Bewusstsein

Transferieren: Der/die OBA Bodyworker/in erarbeitet zusammen mit dem Klienten einen Weg um die Erfahrungen der Session in seinen Alltag zu bringen

- Auf Anfrage des Klienten reflektiert er mit ihm zusammen das energetische und emotionale Geschehen
- Tauscht die Eindrücke und die erhaltenen Resultate aus
- Wenn gewünscht, schlägt er dem Klienten Strategien vor für seine Ressourcen zu gebrauchen und bei sich zu bleiben

2 Zusammenarbeit

Der/die OBA Bodyworker/in sucht bei Bedarf und mit dem Einverständnis der Klienten die Zusammenarbeit

- mit Bezugspersonen der Kundin/des Klienten
- mit anderen Fachpersonen

3 Persönlichkeit entwickeln

Der/die OBA Bodyworker/in verpflichtet sich:

- nach dem neuesten Stand der gelernten Technik zu arbeiten
- die Arbeit ständig zu reflektieren
- sich mit Weiterbildung auf dem neuesten Stand zu halten
- die persönliche Entwicklung zu fördern
- das eigene Gleichgewicht zu erhalten

4 Organisation und berufliche Tätigkeit

Der/die OBA Bodyworker/in kann:

- sich ein Netzwerk von Schwimmbädern und Strukturen für die Arbeit an Land aufbauen
- sich nach den Nutzungsbedingungen und den eventuellen Versicherungen erkundigen
- sich selbst administrativ und finanziell organisieren
- eine angemessene Dokumentation über ihre/seine Tätigkeit führen

DIE AUSBILDUNG

STRUKTUR	KONTAKTSTUNDEN	LERNSTUNDEN
OBA Methode	215	100
OBA Persönlicher Prozess	55	25
Sessionen erhalten	40	25
OBT&F Kurs	15	
Tronc Commun	193	385
<u>Berufsspezifische Grundlagen</u>	26	
Konzept Wohlbefinden, Menschenbild, Ethik		
<u>Kommunikation und Kontakt mit den Klienten</u>	104	140
Psychologie, Kommunikation, Gesprächsführung, Lern- und Veränderungsprozesse		
<u>Medizinische Grundlagen</u>		
BLS/AED	55	190
Biologie, Anatomie, Physiologie, Krankheitslehre, Pharmakologie		
<u>Gestione dell'attività</u>	8	55
Relevante Gesetzgebung, Qualitätsicherung, Klientensicherheit, Versicherungswesen, Dokumentation und Ablage		
Zertifizierte Praxis	50	70
Seminararbeit und Prüfungsparty	7	100
Total	520	680
Total Stunden Ausbildung OBA 1'200		

Kontaktstunden: sind Frontalunterricht und Supervisionen mit qualifizierten Lehrerinnen und Lehrern

Studienstunden: sind Session mit Klientinnen/Klienten, Protokolle und Selbststudium..

Eine Stunde Studium oder Kontakt entspricht 60 Minuten.

Methode OBA

Die OBA-Techniken werden in 5 Kursen gelernt: Basis (15h), OBA1 Fluid Body (50h), OBA 2 Aquatic Body Body (50h), OBA 3 Oceanic Body (50h), OBA 4 Cosmic Body (50h).

Der spezifische Teil der OBA Technik hat den Erwerb der aufgeführten Fähigkeiten zum Ziel

Der/die OBA Bodyworker/in

Geschichte

- Kennt den Ursprung, die Entwicklung und Geschichte von OBA

Wissenschaftliche Grundlagen

- Kennt den Ethikkodex von OB
- Kennt die Wirkung von warmem Wasser auf den menschlichen Körper
- Kennt die Auswirkungen des Archimedischen Prinzips auf Körper im warmen Wasser

Selbstwahrnehmung

- Ist sich der eigenen Wassergewöhnung bewusst
- Ist in seinem Zentrum (Hara) verwurzelt

Techniken

- Kennt den Einsatz von Nackenkissen und Knierollen
- Kann die Techniken an der Wasseroberfläche anwenden
- Kann die Unterwassertechniken anwenden
- Kennt die Extensionstechniken (öffnende Bewegungen)
- Kennt die Flexionstechniken (schliessende Bewegungen)
- Kennt die Wellentechniken
- Kennt die Rollentechniken
- Kennt die Dehnungstechniken
- Kennt die Hebeltechniken
- Kennt die Techniken mit Embryonal- Positionen
- Kann Momente der Ruhe integrieren

Medizinische Grundlagen

- Beschreibt die Wirkung der verschiedenen Techniken und des warmen Wassers auf den Körper, das physiologische und neurologische System
- Beschreibt die Wirkung des warmen Wassers und der verschiedenen Techniken auf das emotionale System
- Kann den Übergang vom Wasser ans Land integrieren

Klient/innensicherheit und Hygiene

- Kennt wichtige „red flags“, die somatischen und psychischen Symptome/Störungsbilder, die zwingend einer ärztlichen Abklärung bedürfen
- kann dabei die Dringlichkeit weiterer Abklärung grob abschätzen (sofort / innerhalb einiger Tage)
- Beschreibt die praktische Umsetzung von hygienischen Grundsätzen und Massnahmen im Bad und der benützten Anlage
- Beschreibt die praktische Anwendung der Sicherheitsmassnahmen und der Unfallverhütung im Bad

Persönlicher Prozess OBA

Der persönliche Prozess OBA dient der reflektierten Eigenerfahrung. Er beinhaltet:

- 35 Sessions erhalten von OBAworker oder Studenten (max 15) und 5 erhalten von Lehrern
Nach jeder erhaltenen Session schreibt der Student eine zusammenfassende Bewertung vom Erlebten.
- 15 Stunden OBT&F Verbindung zum Ursprung von OBA.

Tronc commun OBA, OBT&F e OBAir

Der/die OBA Bodyworker/in

Berufsspezifische Grundlagen

Konzept: Wohlbefinden

- Erläutert das Konzept des Wohlbefindens.
- Kennt und beschreibt Konzepte und Prinzipien zur Förderung des Wohlbefindens.

- Erklärt das Wohlbefinden und Unwohlsein als dynamischen Selbstorganisationsprozess.
- Reflektiert Aspekte des eigenen Konzeptes von Wohlbefinden (Körper, Geist und Seele)
- Beschreibt die verschiedenen Bereiche und das Verhalten betreffend Wohlbefinden (z.B. Lebensführung, Risikoverhalten, Stressfaktoren und Coping), Ressourcen, Resilienzfaktoren, gesellschaftliche, wirtschaftliche, demografische und kulturelle Einflussfaktoren
- Kann sich selber regulieren (eigenes Gesundheitsverhalten, Burnout- Prävention, Work- / Life-Balance, Ressourcenmanagement, Umgang mit starken Gefühlen, Psychohygiene: seelische Stabilität / Vulnerabilität)

Menschenbild

- Kennt das Menschenbild in OB
- Vergleicht sein eigenes Menschenbild mit demjenigen von OB
- Ist sich bewusst, dass jede Person ihr eigenes Menschenbild hat

Ethik

- Reflektiert die berufsethischen Grundsätze und Verhaltensrichtlinien (Autonomie, Nutzenstiftung, Schadensvermeidung, Gleichbehandlung, Verhältnismässigkeit, Verantwortlichkeit, berufliche Kompetenzen und Grenzen, Vertrauensverhältnis gegenüber Klientinnen und Klienten, Auftritt in der Öffentlichkeit, Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen)
- Setzt sich mit berufsethischen Dilemmas auseinander
- Kennt die rechtlichen Verpflichtungen gegenüber Klienten (Schweigepflicht, Datenschutz, Sorgfaltspflicht)
- Kennt die beruflichen Grenzen
- Anerkennt Ethikkodex und Grundlagen von OB

Kommunikation und Kontaktaufnahme mit dem Klienten

Psychologie

- Kennt die Grundlagen der Psychologie. Konzept Bio-Psycho-Sozial
- Beschreibt die Grundzüge der kognitiven -, Entwicklungs-, Lern- und Kommunikationspsychologie; die Theorie der Anklammerung (Bowlby und die weiteren Entwicklungen)

Kommunikation

- Beschreibt Aspekte der Kommunikation
- Ist fähig eine Kommunikation zu benützen, mit grosser Aufmerksamkeit und Respekt gegenüber dem Klienten
- Sieht sich als Beobachter des Prozesses
- Kennt die eigenen beruflichen Grenzen und das Konzept des beruflichen Netzwerkes

- Kann Bodyworker/Klientenbeziehungen organisieren (eigene Rolle, Nähe und Distanz, Empathie, Abgrenzung, kann die Wahrnehmung der Sinne stärken)
- Erkennt nonverbale Körpersprache
- Erkennt Elemente der psychischen Trauma und wendet die nötigen Massnahmen an

Gesprächsführung

- Beschreibt (sein, wissen und können) verschiedene Kommunikationstechniken und benützt sie im Rahmen der professionellen und bekannten Richtlinien und Grenzen
- Kann das Erstgespräch führen, Ziele und Grenzen klären
- Kennt die wichtigsten Gruppendynamiken

Lern- und Veränderungsprozesse

- Kennt verschiedene ressourcenorientierte Lern- und Veränderungsprozesse
- Kennt und benützt Techniken der Selbstwahrnehmung von Körper, Gefühlen, Gedanken, Denk- und Verhaltens-Mustern (Mindfulness, Visualisierungen)
- Beobachtet Risiko- und Schutzfaktoren betreffend Erhalt des Wohlbefindens
- Kennt Methoden der Reflexion. Das Wasser als Vermittler der Kommunikation. Die Heil- und Patogene Kraft der verschiedenen Bewusstseinsstadien
- Kennt Formen der Selbstreflexion, Intervision ("Supervision" innerhalb OB), Supervision
- Kennt lösungsorientiertes Handeln (Problemlösung, SMART-Ziele, Gewinn/Gewinn)

Medizinische Grundlagen

Nothilfe, Reanimation BLS/AED, mit gültigem Zertifikat

- Kann Wiederbeleben
- Alarmiert korrekt
- Beachtet bei der Hilfeleistung die eigene Sicherheit
- Wendet BLS-Massnahmen inkl. Einsatz des AED an Trainingsmodellen von Erwachsenen und Kindern korrekt an
- Erkennt die typischen Merkmale von Atem- und HerzKreislaufstillstand, Herzinfarkt und Schlaganfall
- Führt eine korrekte Bewusstlosenlagerung durch
- Wendet BLS-Massnahmen in konkreten Beispielen an
- Beschreibt den Umgang mit Ersthilfe-hemmenden Faktoren

Biologie

- Erklärt Aufbau und Funktionen von Zellen und Geweben
- Benennt in Grundzügen wichtige allgemeine Stoffwechselfvorgänge
- Beschreibt Bau und Bedeutung von mikrobiologischen Erregern, auch in Bezug auf warmes Wasser
- Kennt hygienische Grundbegriffe und beschreibt praxisrelevante hygienische Grundsätze und Massnahmen

Anatomie / Physiologie

- Beschreibt in Grundzügen die Anatomie und die Physiologie des Menschen
- Kennt die Organsysteme des Menschen und deren Funktion

Krankheitslehre

- Klärt in groben Zügen die wichtigsten Erscheinungen und Begriffe der allgemeinen Pathologie und kennt deren Bedeutung
- Kennt die wichtigsten Infektionskrankheiten im Zusammenhang mit der Arbeit im warmen Wasser
- Beschreibt die wichtigsten Infektionskrankheiten, Übertragungswege und Präventionsmöglichkeiten, insbesondere im Zusammenhang mit der Arbeit im warmen Wasser

Pharmakologie

Benennt die Hauptwirkungen und häufigsten Nebenwirkungen wichtiger Medikamentengruppen, insbesondere im Zusammenhang mit der Arbeit im warmen Wasser

Arbeitsverwaltung

Berufsrelevante Gesetzgebung

- Beschreibt die relevanten Rechtsstufen für den olistischen Arbeitsbereich
- Kennt die Regeln des Datenschutzes in Europa
- Zeigt die Bedeutung der berufsrelevanten Vorschriften für OB
- Kennt die Schutzrechte der registrierten Marke
- Ist über die nationalen und regionalen Genehmigungen informiert
-

Qualitätssicherung und Klient/innensicherheit

- Erklärt an ausgewählten Beispielen den Einsatz von Qualitätsentwicklungssystemen und -instrumenten
- Kennt und respektiert die, durch die eigene Ausbildung gesetzten, Grenzen in Bezug auf die Kenntnisse des menschlichen Körpers und die Möglichkeiten der Unterstützung
- Schätzt die eigene Rolle und die Möglichkeiten der angewandten Technik richtig ein

Gestione dell'attività

- Hat Grundkenntnisse in Geschäftsführung und Buchhaltung
- Kennt die relevanten Marketinginstrumente
- Kennt das OB Register
- Kennt Formen der Dokumentation und Ablage

Praktikum

Kontaktstunden: 10 Sessionen unter der Supervision eines Tutors, Mindestens 40 Sessionen an Klienten

Lernstunden: Protokolle für jede Session

Abschlussarbeit

Eine schriftliche Arbeit über das eigene Erleben, eine eigene Erfahrung oder eine Reflexion der Selbsterfahrung bezüglich erreichtem Ziel oder persönlichem Wachstum.

Prüfungsparty

Abschlussprüfung der Kompetenzen