

Buteyko Teacher Training

bei Asthma und anderen Atembeschwerden

Ausbildung der Asthmahilfe Österreich (BAA)

zum zertifizierten Buteyko-Practitioner

Buteyko Practitioner lehren die Buteyko Atem Methode um Menschen zu zeigen, wie man ungünstige Atemgewohnheiten korrigieren kann. Die Buteyko Atem-Techniken werden von der British Thoracic Society und in den Asthmaleitlinien Deutschlands zur Kontrolle von Asthma-Symptomen empfohlen und ist weltweit in der Behandlung von obstruktiven Atemwegserkrankungen anerkannt.

Programmheft Teacher Training 2011

1. Die Methode

Das Buteyko Atemprogramm stellt ein komplementäres Atemerziehungs-Programm dar, das Menschen mit Asthma hilft, ihre Atmung zu kontrollieren. Die Tendenz zu hyperventilieren wird bei diesem Übungssystem Schritt für Schritt reduziert, wodurch es auch bei zahlreichen anderen Beschwerden sowie auch in der allgemeinen Gesundheitsvorsorge helfen kann.

Abgesehen von speziellen Atemtechniken berücksichtigt die Ausbildung auch Ernährungsfragen, körperliches Training und emotionale Faktoren. Die Buteyko-Methode wurde in den 50er Jahren von dem ukrainischen Arzt und Forscher Prof. Konstantin Buteyko entwickelt. Der Erfolg der Methode in der Behandlung von Asthma beruht auf einer Normalisierung der dysfunktionalen Atemmuster.

2. Komplementär und nicht alternativ

Eines der Grundprinzipien der Methode in der Behandlung von Beschwerdekreisen wie Asthma, liegt darin, dass sie vollkommen kompatibel mit der schulmedizinischen Behandlung ist und eine Fortsetzung der konventionellen Behandlung erlaubt.

Im speziellen Fall von Asthma empfiehlt der Buteyko Atemlehrer dem Klienten eine möglichst enge Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt. Die Buteyko Anwender werden dazu angehalten bei einer Verbesserung des Zustands ihren Arzt zu konsultieren, um Möglichkeiten einer neuen Einstellung der Medikation bei einer Verbesserung der Symptome zu besprechen.

3. Wissenschaftlich bewiesen

Zur Zeit gibt es 6 veröffentlichte Studien(1-6) über die Buteyko-Methode.

Alle Studien zeigen eine signifikante Reduktion für den Verbrauch von Bronchienerweiterern bzw. einer Verbesserung der Asthmakontrolle mit Buteyko. Es gibt keine bekannten Studien mit negativen Ergebnissen.

1. Bowler SD et al, Medical Journal of Australia. 1998; 169: 575-578.
2. Opat AJ et al, Journal of Asthma. 2000; 37: 557-564.
3. Cooper S et al, Thorax. 2003; 58: 674-679.
4. McHugh P et al, New Zealand Medical Journal. 2003; 116:1187.
5. Slader C et al, Thorax online 5.6.06.
6. Cowie RL et al, Respir. Med. 2008; 102: 5, 726-732.

4. Zielgruppe

Diese Ausbildung bietet Personen in Gesundheitsberufen die Möglichkeit einer postgraduellen Fortbildung, welche weltweit erfolgreich in der Behandlung von Asthma und anderen Beschwerden eingesetzt wird.

Durch die Buteyko-Lehrer-Ausbildung erlangt man das Zertifikat (Buteyko-Practitioner) und die Mitgliedschaft in der Buteyko Asthmahilfe Österreich.

Die meisten Buteyko-Atemlehrer unterrichten die Methode innerhalb Ihres ausgeübten Berufes.

5. Zulassung

- **Voraussetzungen** für die Zulassung als Buteyko-Atemlehrer und Mitglied der BAA sind:
- **Teilnahme am Einstiegsseminar** „Anwenderseminar“ (8 Std.)
- **Teilnahme an Modul 1** (8 Std.) und **Modul 2** (8 Std.) ,(100% Anwesenheitspflicht)
- **Optional:** Teilnahme an Modul 3 (8 Std.) und Modul 4 (8 Std.)
oder Nachweis über entsprechende Vorbildung
- **Abschlussprüfung** / 12-16 Fragen über Ausbildungsinhalte
(als Referenz gilt das Buteyko-Handbuch)
- **Schriftliche Arbeit** über die Buteyko-Methode (1500-2000 Wörter)
- **Praxiszeit und Selbsterfahrung** min.: 300 Stunden (dokumentiert)
- **Fallberichte** über 40 Sitzungen (z.B. mit 8 Klienten/jeweils 5 Sitzungen) (dokumentiert)
- **4 Supervisionen** (durch einen anerkannten Buteyko-Practitioner, mit mind. 1 Jahr Berufserfahrung)

6. Zusatzmodule

- Modul 3: Anatomie u. Physiologie, Erkrankungen der Atemwege
- Modul 4: Der Mensch im Bio-Psycho-Sozialen System, Zugänge zum Klienten und seiner Geschichte
- mit Methoden aus NLP, Kinesiologie und systemischer Beratung
- Erste Hilfe oder Nachweis

7. Qualität

Die Ausbildung der Buteyko Asthmahilfe Österreich (BAA) wird nach den Richtlinien der Buteyko Breathing Association (BBA) in England durchgeführt. Die in der Ausbildung vermittelten Inhalte und Techniken basieren auf internationalen Best-Practice-Richtlinien.

8. Aufbau der Ausbildung

Die Ausbildung besteht aus einem Einstiegsseminar und zwei Modulen.

Im Einstiegsseminar erlernt man die Methode aus der Sicht des Anwenders bzw. Betroffenen. Die zwei Module sind der Arbeit als Buteyko-Practitioner gewidmet. In beiden Teilen werden theoretische und praktische Inhalte abgehandelt. Um mit der Buteyko-Methode arbeiten zu können, müssen alle Module absolviert werden.

Die TeilnehmerInnen der Ausbildung werden aufgefordert in der Zeit zwischen den Ausbildungen möglichst zwei mal täglich die Methode zu trainieren und die Beobachtungen Ihres persönlichen Fortschritts schriftlich festzuhalten. Das Üben ist wichtig, um die Buteyko-Methode selbst zu erfahren, zu verstehen und gehört zum erfolgreichen

Bestehen der Ausbildung.

Die Ausbildung wird in Gruppen mit maximal 10 TeilnehmerInnen abgehalten und beinhaltet

- Persönlicher Unterricht in Kleingruppen
- Theoretische und praktische Anwendung der Buteyko-Methode
- Praktischer und theoretischer Prüfungsteil

Die TeilnehmerInnen der Ausbildung bekommen ein umfangreiches Ausbildungs-Handbuch – viele Practitioner verwenden es auch als Nachschlagewerk für die Praxis. Nach dem dritten Ausbildungswochenende werden die TeilnehmerInnen eingeladen als Trainee-Mitglieder der BAA beizutreten.

9. Trainee

Als Trainee-Mitglied werden sie auf unserer Webseite gelistet. Sie sind dadurch offiziell als Trainee bei der BAA registriert und erhalten Unterstützung durch telefonischen Support, Entwicklung der Methode, Forschung und durch Öffentlichkeitsarbeit.

10. Ausbildungsinhalte

Hintergründe der Buteyko-Atemtechniken

- Dysfunktionalen Atmung und Asthma
- Epidemiologie und Diagnose von Asthma
- Geschichte und Prinzipien der Buteyko-Atemlehre
- Warum Buteyko funktioniert
- Evidence base der Buteyko-Methode
- Beurteilung des Klienten für das Training
- Kontraindikationen für das Training
- Praktische Anwendung der Buteyko-Techniken
- Techniken um die Nase freizumachen
- Anpassung an unterschiedliche Altersgruppen
- Atmungskontrolle und Kurzatmigkeit
- Berücksichtigung emotionaler Aspekte
- Buteyko und Asthmaerziehung
- Ernährungsfragen
- Die Rolle von Stickstoffmonoxid
- Die Rolle der physiologischen Adaptation
- Management von Asthma

11. Das Zertifikat

Der Lehrgang schliesst mit dem Buteyko Practitioner Zertifikat ab.

Sie sind eingeladen als vollwertige Mitglieder der Buteyko-Vereinigung beizutreten.

Die BAA unterstützt sie in allen Belangen in der Arbeit mit den Buteyko durch fachliche Informationen, Einladungen zu Vorträgen, Weiterbildungen sowie durch die weitere Entwicklung der Lehre und durch Öffentlichkeitsarbeit.

12. Teilnahmevoraussetzungen

Qualifikation in einem Gesundheits- oder verwandten Beruf.

Folgende Ausbildungen werden akzeptiert:

- Medizin
- Physiotherapie
- Psychotherapie
- Atemtherapie
- Logopädie
- Krankenpflege-Ausbildung
- Osteopathie
- Dipl. Masseur
- Yoga
- F. M. Alexander-Technik
- Dipl. akad. Kinesiologie
- Feldenkrais

Haben sie eine Ausbildung, die hier nicht gelistet ist,? Wir informieren sie gerne, wenn sie uns kontaktieren: office@asthmahilfe.at oder telefonisch: ++43/1 / 997 10 63

13. Im Umfang der Ausbildung sind enthalten:

- Ausbildungsunterlagen, Handbuch der BBA
- Ein Jahr Mitgliedschaft in der Asthmahilfe als Trainee.
- Trainees, die über 80% Die Ausbildung absolviert haben wird ein Teilnahmezertifikat ausgestellt.
- Nach der Praxiszeit als Trainee sollten alle Voraussetzungen zur Erlangung der vollen Mitgliedschaft als Buteyko-Atemlehrer erfüllt werden.
- Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung sind sie von der BAA zertifizierter und registrierter Buteyko Practitioner.

14. Anmeldung und Zahlungskonditionen (ohne Anfahrts und Aufenthaltskosten)

Die Kosten für den gesamten Lehrgang inkl. 4 Supervisionen, einjährige Betreuung, Manual und einjähriger Trainee-Mitgliedschaft bei der BBA sind inkludiert und betragen bei:

Früh-Zahler (FZ, 60 Tage vor Kursbeginn): € 1000,-

Regulärer Tarif (RT, 30 Tage vor Kursbeginn): € 1150,-.

Module 3 und 4 sind nur bei fehlender Zulassungsvoraussetzung zu belegen, Kosten für Module 3 und 4 sind nicht inkludiert.

Die Anmeldung wird erst dann gültig, wenn die Zahlung eingetroffen ist, vor dem Zahlungseingang kann der Seminarplatz nicht verbindlich reserviert werden. Durch frühzeitige Zahlung haben Sie die Möglichkeit, unseren vergünstigten Tarifstufe FZ zu nutzen. Dieser ist nur gültig, wenn die Zahlung bis zum Tarifstichtag bei der BAA eingetroffen ist.

In dem Tarif ist ein nicht refundierbarer Anmelde- und Organisationssockelbetrag enthalten, für den Frühzahler (FZ) ist das € 250,- und den Regulär-Tarif (RT) € 400,-. Dieser Betrag stellt sicher, dass wir unseren Verpflichtungen gegenüber unseren Mitarbeitern und Trainerkollegen unabhängig von der Anzahl der Teilnehmer, die einen Kurs vorzeitig beenden, nachkommen können. Er wird nur refundiert, wenn durch das Verschulden der BAA der Kurs nicht zustande kommt.

Dieser Betrag wird mit der Anmeldung fällig, (FZ), € 250,- und (RT), € 400,-.

Der Restbetrag von € 700,- dividiert durch 35 Tage (Kurse und Betreuungszeit während der gesamten Ausbildungszeit) ergibt einen Tagessatz von € 20,-. Im Falle des vorzeitigen Kursabbruchs eines Teilnehmers erfolgt deshalb die Refundierung nicht konsumierter Tage mit € 20,-. Stichtag der Berechnung ist das Einlangen der schriftlichen Abmeldung.

Sozial/Fördertarif: € 575,-

Für maximal 10 % der Kursteilnehmer ist ein massiv reduzierter Sozialtarif möglich. Wenn mehr Personen den Sozial/Fördertarif beantragen als geförderte Plätze zur Verfügung stehen, haben AlleinerzieherInnen mit Kindern unter 10 Jahren, die im Sozial- oder Gesundheitsbereich arbeiten, höhere Priorität.

15. Weiteres

Die Zahlung deckt die komplette Ausbildung, die Lehrmaterialien und die Miete des Veranstaltungsortes ab. Bei Veranstaltungen außerhalb von Wien sind bei der Buchung von Hotelseminarräumen evtl. anfallende Zusatzkosten selbst zuzahlen.

- 1 Jahr Trainee-Mitgliedschaft bei der BAA,
- Übernachtungen sind nicht in den Ausbildungskosten beinhaltet,
- Trainees, die min. 80% des Trainings absolviert haben erhalten ein Teilnahmezertifikat.
- Die Praxiszeit, die Diplomarbeit und der Abschlusstest müssen in Heimarbeit innerhalb eines Jahres abgeschlossen sein, ansonsten können sich Trainees nicht für die volle Mitgliedschaft als Buteyko-Practitioner der BAA qualifizieren.

Ausbildungsleitung

Viktor Anton, MBBA

Dipl. akad. Kinesiologe

Buteyko Practitioner

Lehrbeauftragter der „Buteyko Breathing Association, UK“

Schwerpunkte: Atemerziehung bei dysfunktionaler Atmung, Atemwegsbeschwerden wie Asthma, COPD, Schlafapnoe, Schnarchen, chronischer Bronchitis und Panikattacken, „Sport und Asthma“.

Veranstaltungsort

Falls nicht anders vereinbart, findet der Lehrgang im Veranstaltungshaus in Orth an der Donau oder in den Räumlichkeiten der österreichischen Lungenunion statt.

Anschrift und Anmeldung

Buteyko Asthmahilfe Österreich (BAA)

Herbeckstrasse 67/9

A-1180 Wien

Tel.: 0043 - 1 - 997 10 63

Fax.: 0043 - 1 - 997 10 63

email: office@asthmahilfe.at

web: www.asthmahilfe.at

Name: _____

Adresse: _____

Tel.Nr, email: _____

Wie haben sie von dem Kurs erfahren? _____

Welche Erfahrung haben sie bereits mit der Buteyko-Technik?

Qualifikation(en), Beruf: _____

Bitte fügen sie dieser Anmeldung Kopien relevanter Zertifikate oder Zeugnisse bei

Ich möchte keine Seminarankündigungen per email erhalten.

An

Buteyko Asthmahilfe Österreich

Herbeckstrasse 67/9

A-1180 Wien

Ich habe die allgemeinen Informationen und Ausbildungsbedingungen gelesen und melde mich unter voller Anerkennung dieser Bedingungen zum Buteyko Practitioner Kurs rechtsverbindlich an.

Das Aufnahmegespräch habe ich am.....mit geführt.

- Normaltarif: (FZ) 1000,- bis 60 Tage vor Kursbeginn
 (RT) 1150,- bis 30 Tage vor Kursbeginn

Ich habe den Sozial/Fördertarif von € 575,- beantragt und lege die schriftliche Genehmigung bei. Der Sozial/Fördertarif ist bei Anmeldung fällig.

(bitte unten ausfüllen).

Ort, Datum: Unterschrift: