

## Martina Kunstwald

### Bewegungsevolution®

#### Konzept der zweijährigen Ausbildung zum/zur Trainer\*in in Bewegungsevolution®

Die Ausbildung in Bewegungsevolution vermittelt die Inhalte der Bewegungsevolution und befähigt die Ausbildungsteilnehmer\*innen nach erfolgreichem Abschluss dazu, Bewegungsevolution als Gruppentraining für Kinder und Erwachsene zu unterrichten. Die berührende Begleitung der Bewegungen innerhalb der Bewegungsevolution® im Trainingskontext wird ebenfalls vermittelt.

Zugleich ist die zweijährige Ausbildung die notwendige Voraussetzung für die weiterführende eineinhalbjährige Ausbildung in der Individuellen Prozessbegleitung in Bewegungsevolution® in Bewegung und Berührung mit Babys, Kleinkindern, Kindern und Erwachsenen.

#### Inhalte:

Die zweijährige Ausbildung in Bewegungsevolution gliedert sich in zwei Zyklen mit jeweils neun Monaten und eine Vertiefungsphase mit sechs Monaten.

Die neunmonatigen Zyklen werden als „Novem“ bezeichnet, abgeleitet aus dem lateinischen Wort: Neun. Der gesamte zeitliche Umfang der Ausbildung sind zwei Jahre.

Innerhalb jedes Novems durchlaufen wir chronologisch die Entwicklung von den Zellen bis zum kontralateralen Bewegungen in vielfältigen Aspekten in einer Art Lernspirale. In der Vertiefungsphase begegnen uns weitere pädagogisch-therapeutische Aspekte. Immer vertiefen wir in der praktischen Anwendung das Erfahrene.

#### Allgemein: Novem

#### Curriculum während der neun Monate:

Eins: Embryologie - Zellen, Zellqualität, Empfängnis, Blastozyste, Trophoplast, Gastrulation (Keimblätter)	Zwei: Embryologie - Neuralrohr, Herz- und Gefäßsystem, Verdauungsweg, Längsachsen	Drei: Embryologie - Plazenta- und Nabelschnurversorgung, Wirbelsäule und Längsachse, Extremitäten, Rückzugsreaktionen
Vier: Frühkindliche Reflexe - Moro, TLR vorwärts und rückwärts, ATNR * Greifen	Fünf: Frühkindliche Reflexe Spinaler Galant, Geburt	Sechs: Frühkindliche Reflexe - Suchen und Saugen, *Greifen, Palmar und Plantar, Babkin, Stepping, Rooting
Sieben: Frühkindliche Bewegungsmuster: Stützen, Drehen, Schieben, Ziehen, Feinkoordination der Hände, Halte- und Stellreaktionen	Acht: Frühkindliche Bewegungsmuster: Robben, Krabbeln STNR, Landau, Amphibien Reaktion Aufrichten, Stehen, Gehen, Übergang durch die Ebenen, Kontralateralität, Feinkoordination	Neun: Bindung, Kontakt, Kommunikation, Validieren, Bindung in den Entwicklungsphasen

## Allgemein: Vertiefungsphase

### Curriculum während der sechs Monate:

Eins: Bindung, Begegnung, Sprache, Methodik und Didaktik, Aktions- und Ruhephasen	Zwei: Methodik und Didaktik, Aktions- und Ruhephasen Planung und Durchführung von Trainings,	Drei: Training und eins-zu-eins-Begleitung im Training, aber auch Marketing usw.
Vier: Polyvagal-Theorie, Dialog und Bindung - Zertifizierung	Zwei: Zertifizierung	Drei: Zertifizierung und Abschluss

## I. und II. Novem

### I. Novem

In den ersten neun Monaten setzen wir den Fokus auf unser Präsent-Sein in der Bewegung und Begegnung. Die Qualität des Embodiment, des Bei-sich-Seins ist die Grundmelodie in der Bewegungsevolution, die wir immer praktizieren. In der Ausbildung üben wir uns darin, präsent zu sein und immer wieder in unser Embodiment zurückzukehren. Die Qualität des präsenten Embodiments eröffnet den Raum, der auch unsere Teilnehmer\*innen im Training einlädt, innerlich zur Ruhe und in sich anzukommen. In der gelassenen Bewegung bieten wir anderen die Basis, ebenfalls gelassener zu werden. Im ersten Novem praktizieren wir dies für uns selbst. Wir lernen, wie wir Pausen und unseren inneren Fokus in Form von gedanklichen Einladungen als Handwerkszeug für das Training nutzen. Wir erforschen zudem die Chronologie der Bewegungsevolution:

Wir wandern durch die Embryologie, die frühkindlichen Reflexe und die frühkindlichen Entwicklungsmuster (in Bewegung) - Wir arbeiten immer in Trainings und in den Präsenz-Phasen teilweise in Berührung um Bewegung zu begleiten - auf dieser Basis gelangen wir bis in die reifen, balancierten Bewegungsmuster: Kontralateralität, Aufrichtung, Feinkoordination

### II. Novem

Während wir ein zweites Mal durch die Embryologie, die frühkindlichen Reflexe und die frühkindlichen Entwicklungsmuster wandern, vertiefen und praktizieren wir unser Wissen. Weitere Aspekte beziehen wir mit ein: Die Koordination der Augen, die Kommunikation und die Anatomie in Bewegung: Wir üben uns darin unsere Körperspannung tiefgreifend in Bewegung anzusteuern und zu lösen.

Dabei betrachten wir auch:

Welche Irritationen und ungünstigen Muster können uns in der Arbeit begegnen?

Wie wirken sich ungehemmte frühkindliche Reflexe aus?

Wie wirken sich nicht erfahrene und ungelebte frühkindliche Bewegungsmuster und Bindungsirritationen aus? Zugleich verfeinern wir unsere Fähigkeit, um in Bewegung, Begegnung und kleinen Berührungen bei uns und in der Absichtslosigkeit zu bleiben. Wir üben konkret, wie wir Trainingsphasen anleiten, Aktions- und Ruhephasen selbst ausformen und im Dialog und in Verbindung praktizieren.

## Vertiefungsphase

Während dieser sechs Monate praktizieren wir mit einer eigenen Gruppe zusätzlich zum Lernen und der Praxis im Ausbildungskontext. (Dafür ist es notwendig, rechtzeitig Teilnehmer\*innen für eine eigene Gruppe zu finden.)

Neben der Praxis des Präsent-Seins in Bewegung und Begegnung, der Übung von Pausenmomenten und gedanklichen Einladungen beginnen wir mehr und mehr didaktisch und methodisch zu arbeiten. Wie werden Trainingseinheiten für Kinder, für Erwachsene und Menschen mit besonderem Fokus auf optimale Weise gestaltet? Wie formen wir Trainingseinheiten in Bewegungsevolution® um Bewegungsthemen im Tanz, in der Musik oder im Sport zu unterstützen und vorzubereiten. Bindungsaspekte und Kommunikation fließen in die Ausbildung beständig mit ein.

In der Vertiefungsphase sammeln wir praktische Erfahrung und dies führt direkt in die Zertifizierung. Im Gruppentraining/ Tanztrainings mit Kindern oder Erwachsenen sollte praktische Erfahrung gesammelt werden. Hier sollte selbstständig eine Gruppe angeleitet werden. Dies kann in Präsenz und/oder online stattfinden.

### Zertifizierungsprozeß:

In der Vertiefungsphase der Ausbildung findet der Zertifizierungsprozeß statt.

Die Zertifizierung umfasst

- Minimal **zehn** Gruppentrainings-Termine (mit Personen nach eigener Wahl und dem Schwerpunkt eigener Wahl in einer eignen Gruppe) Diese Praxis der Gruppentrainings sollte dokumentiert werden, in dem die Training inhaltlich und theoretisch reflektiert werden.
- Die schriftliche Reflexion / Beschreibung der Gruppentrainings umfasst **fünf** Stunden des durch die/den Ausbildungsteilnehmende\*n angeleiteten Gruppentrainings, auf der Basis der realen Praxis. Die Differenz der Trainingseinheiten in der Praxis und Dokumentation soll die Dokumentation erleichtern.
- Eine Lehrprobe mit einem Gruppentraining, das in der eigenen Gruppe (andernorts = online), oder in meinen Gruppen in Bremen (in Präsenz), die du in meinem Beisein anleitest. Diese abschließende Lehrprobe findet in den letzten drei Monaten der Vertiefungsphase statt.

Die Beurteilung der Zertifizierung im Rahmen der Ausbildung der Ausbildungsteilnehmerin erfolgt durch die Ausbildungsleitung und eine Assistentin statt. Unwahrscheinlich aber möglich: Falls sowohl die Ausbildungsleitung als auch die Assistentin in ihrer Beurteilung davon ausgehen, dass der/die Ausbildungsteilnehmer/in noch keine abschließende Kompetenz zur eigenständigen Arbeit in Bewegungsevolution erreicht hat, könnte sich die Ausbildung um ein weiteres Novem verlängern.

## **Anwesenheit:**

Die Ausbildung geht in die Tiefe und braucht Kontinuität und Praxis. Es ist mir wichtig, dass du im regelmäßigen Unterricht und in den Seminaren anwesend bist. Eine Fehlzeit von mehr als 30 % wöchentlich und mehr als ein Seminar jährlich, das versäumt wird, ist problematisch und könnte unter Umständen zu einer Verlängerung der Ausbildung führen. Bitte plane also, dass du am wöchentlichen Vormittag und an den Seminaren anwesend sein kannst.

## **Zertifikat:**

Mit der erfolgreichen Zertifizierung erhält die Ausbildungsteilnehmerin das Zertifikat in Bewegungsevolution®. Dieses Zertifikat bestätigt die Qualifikation der Ausbildungsteilnehmerin.

Im Zusammenhang mit der Lizenzvereinbarung befähigt das Zertifikat dazu, Bewegungsevolution in Gruppentrainings in Form von eigenen Unterrichtsangeboten, Trainings, Kurse, Seminare und Vorträgen eigenständig anzubieten. Innerhalb des Trainingszusammenhangs kann auch die eins-zu-eins-Begleitung der Teilnehmenden durch Bewegungsevolution® stattfinden. (Das Zertifikat und die Lizenzvereinbarung berechtigt nicht dazu in Bewegungsevolution® auszubilden.)

## **Ausbildung Zeitstruktur:**

**Einmal wöchentlich ein Vormittag von 9.15 Uhr bis 12.45 Uhr online.** (Voraussichtlich Mittwoch Vormittag)

Dieser Unterricht findet online an 43 Wochen im Jahr statt. Hier gibt es ein Training und Theorie-Einheiten und Raum für Fragen, zudem werden Inhalte gemeinsam geübt. Die Trainings- und Theorieeinheiten werden als Audio zur Verfügung gestellt.

**Zusätzlich die wöchentliche Teilnahme an einem der regulären Trainings** (online voraussichtlich Dienstag Vormittag, oder Donnerstag Abend. In Präsenz am Montag- oder Freitag-Abend für die Teilnehmenden in Bremen und Umgebung.)

Durch diese Hospitation kann das Erfahrende in der Anwendung erfahren und vertieft werden.

**Individuelle Prozessbegleitung in Bewegungsevolution®** (online und in Präsenz)  
Acht Stunden im Eins-zu-eins-Setting jährlich, also 16 Stunden innerhalb der Ausbildung.  
Für alle, die aus anderen Orten kommen, können jeweils vier Stunden (jährlich) mit der Anwesenheit bei den Seminaren in Bremen verbunden werden.

## **Seminare (in Präsenz):**

**3-01-24 bis 7-01-24 //**

**20-03-24 bis 24-03-24 //**

**29-06-24 bis 03-07-24 //**

**03-10-24 bis 07-10-24 //**

## **Eigene Praxis und thematische Arbeit über den Unterricht hinaus:**

Ergänzend zu den wöchentlichen Unterrichtszeiten und den Seminaren braucht es regelmäßig Zeit, das Erlernete in eigener Verantwortung zuhause zu vertiefen und nachzuarbeiten, z.B. um Texte zu lesen, Audios zu hören und Trainings zu praktizieren. Zudem gibt es innerhalb der Ausbildung in regelmäßigen Abständen „Projekte“, die alleine und gemeinsam mit anderen erarbeitet und abgegeben oder anderen innerhalb der Ausbildung vorgestellt werden.

Ein Einstieg in die Ausbildung in Bewegungsevolution® ist nur zu Beginn möglich, wenn es einen freien Platz gibt.

## **Kosten der Ausbildung:**

Die monatlichen Kosten betragen 130 Euro. (Teilnahme am online-Vormittag und Teilnahme am online oder Präsenz-Training). Hinzu kommen die Seminarkosten der vier jährlichen Seminare, die pro Seminar 350 Euro betragen.

## **Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung:**

- 1.) Körperliche und psychische Gesundheit - und entsprechende körperliche Fitness... zur Ausführung der Trainings. (Durch schriftliche Bestätigung innerhalb der Ausbildungsvereinbarung)
- 2.) Abgeschlossene Berufsausbildung im pädagogischen, medizinischen, therapeutischen Bereich, oder Bereich der darstellenden Kunst.
- 3.) Vorherige Teilnahme an der beruflichen Weiterbildung in Bewegungsevolution® (regelmäßiges Training und Theorie in Bewegungsevolution online® - oder ehemalige fünf Wochenenden-Form)
- 4.) Persönliches Kennenlernen durch einen Besuch in Bremen mit einem Gespräch, der Teilnahme am Training in der etage und zwei Stunden individuelle Prozessbegleitung bei der Ausbildungsleitung.
- 5.) Die klare Absicht, mit Bewegungsevolution® zu arbeiten und in der Praxis damit zu wirken. Die Ausbildung sollte nicht reiner Selbstzweck sein, sondern mit der Vision, Bewegungsevolution® beruflich zu nutzen und die Trainings anzubieten, verknüpft sein.

## **Bewerbung für die Ausbildung, Zusage des Ausbildungsplatzes und vertragliche Vereinbarung:**

Es gibt maximal zehn Ausbildungsplätze für die Ausbildung 2024 / 2025. Bitte schreibe mir, wenn du dich für die Ausbildung interessierst und dich dafür bewerben willst. Bitte lass uns dann in Dialog treten. Ich vergebe die Ausbildungsplätze durch schriftliche Bestätigung. Der gemeinsam unterzeichnete Ausbildungsvertrag schließt den Bewerbungsprozess ab.

Ich freue mich auf den Dialog und den Start mit dir.

Herzliche Grüße

Martina Kunstwald

---

Bewegung**evolution**®

Martina Kunstwald

Goethestraße 37

28203 Bremen

Telefon: 0421 - 70 75 23 . [mk@martinakunstwald.de](mailto:mk@martinakunstwald.de) . [www.martinakunstwald.de](http://www.martinakunstwald.de)

**Konzept Stand April 2023: für die Ausbildung Start Januar 2024**