

## **Inhaltsverzeichnis**

Einleitung

Krankenkassen über Reiki

Definitionen

    Gesundheitsförderung

    Setting

    Prävention

Gesetzestexte

Handlungsfelder und Qualitätskriterien

Vorgehensweise

Angebotserfassung

    Das Kurskonzept

    Das Trainermanual

Einige Studien und wissenschaftliche Publikationen zu Reiki

Inhaltliche Argumente

Wie erkläre ich den Begriff Einstimmung?

Informationen zur Reiki-Methode

Anschreiben an eine Krankenkasse

Werbetext

Kosten

Teilnahmebescheinigung

Fragebögen zur Qualitätssicherung

Links und Downloads

Weiterbildung Entspannungspädagogik

Der Präventionsleitfaden von 2010

Anhang: Reiki-Lehrer, auf der Suche nach dem Ursprung

## Einleitung

Seit dem Jahr 2000 gewähren die gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 Absatz 1 einen erweiterten Handlungsfreiraum für bestimmte Gesundheitskurse in der Primärprävention. Die Gesundheitsvorsorge wird auch in den nächsten Jahren eine große Rolle spielen, denn innerhalb dieses Handlungsrahmens ist es den Krankenkassen möglich ihre Versicherten anzuregen ihren Gesundheitszustand aktiv zu verbessern. Dies ist für die Kassen und natürlich auch für die Versicherten langfristig gesehen wesentlich günstiger, als wenn Krankheiten kostenintensiv kuriert werden müssen. Solche Kurse dienen als Hilfe zur Selbsthilfe. Grundsätzlich werden nur für Anfängerkurse Teilgebühren erstattet.

Im Handlungsfeld Stressreduktion/Entspannung des Leitfadens Prävention 2008 sind bisher nur fünf Entspannungsverfahren aufgeführt, die von allen gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden:

1. Autogenes Training, Grundstufe, nach Prof. Dr. J.H. Schultz
2. Progressive Muskelrelaxation nach Dr. Edmund Jacobson
3. Hatha-Yoga
4. Qi-Gong
5. Tai-Chi

Diese Verfahren werden gefördert, weil ihre Wirksamkeit ausreichend wissenschaftlich nachgewiesen ist. So wurde beispielsweise festgestellt, dass es bereits 1988 über tausend wissenschaftliche Nachweise zur Wirksamkeit der Progressiven Muskelrelaxation gab!

Um als Anbieter von einer Krankenkasse anerkannt zu werden, muss man zunächst die Anbieterqualifikation erfüllen. Für das Handlungsfeld Entspannung sind die folgenden Berufsgruppen (Auflistung aus dem „Leitfaden Prävention ... 2010, Seite 54-55) vorgesehen:

- Psychologen (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
- Pädagogen (Abschlüsse: Diplom, Magister, Lehrer mit 1. und 2. Staatsexamen)
- Sozialpädagogen/Sozialarbeiter (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
- Sozialwissenschaftler (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
- Gesundheitswissenschaftler (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
- Ärzte
- Sportwissenschaftler (Abschlüsse: Diplom, Staatsexamen, Magister/Master, Bachelor)

- Sport- und Gymnastiklehrer (Abschlüsse: Staatlich anerkannt, Master, Bachelor)
- Physiotherapeuten
- Krankengymnasten
- Ergotherapeuten
- Erzieher
- Gesundheitspädagogen (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
- Heilpädagogen

Zusätzlich muss man eine weitere Qualifikation (Trainingsleiterqualifikation / Lehrerlaubnis) in dem jeweiligen allgemein anerkannten Entspannungsverfahren nachweisen, das man anbieten möchte.

Obwohl die förderungswürdigen Verfahren sowie die Anbieterqualifikation in dem Leitfaden der gesetzlichen Krankenkassen festgelegt sind, legen einzelne Krankenkassen und deren Sachbearbeiter die vorgegebenen Richtlinien oftmals unterschiedlich aus. So sind **vereinzelt** beispielsweise auch die Feldenkrais-Methode, Energie-Arbeit und die Reiki-Methode schon bezuschusst worden. Es ist jedoch wichtig zu wissen und zu respektieren, dass die Krankenkassen keinesfalls dazu verpflichtet sind Maßnahmen, die nicht im Leitfaden Prävention aufgeführt sind, zu bezuschussen.

Dieser spezielle Leitfaden dient Reiki-Lehrern, die den 1. Reiki-Grad in Kooperation mit einer Krankenkasse anbieten möchten, als Starthilfe und Arbeitsgrundlage. Eine Erfolgsgarantie kann aber hiermit nicht gegeben werden. Reiki in der Primärprävention ist z.Z. noch Pionierarbeit.

Ich habe diesen Leitfaden zusammengestellt, weil ich bereits seit September 2006 den 1. Reiki-Grad in Kooperation mit der Knappschaft anbiete und bereits fünf weitere gesetzliche Krankenkassen (IKK direkt<sup>1</sup> / BKK aktiv / BKK Gesundheit / Securvita / Big) Teilkostenerstattungen gewährt haben. Für Krankenversicherte der Knappschaft sind die von der Knappschaft angebotenen Kurse sogar bis einschließlich 2010 kostenfrei gewesen. Ich würde mich sehr freuen zu erfahren, wenn auch andere Reiki-Lehrer Reiki-Kurse in Kooperation mit einer Krankenkasse geben. Für Verbesserungsvorschläge, Erfahrungsberichte und Ergänzungen zu diesem Leitfaden bin ich sehr dankbar. So kann dieser sich mit den unterschiedlichen Erfahrungen stetig weiterentwickelt und den aktuellen Gegebenheiten angepasst werden.

---

<sup>1</sup> Die IKK direkt hat allerdings mit der Techniker-Krankenkasse fusioniert. Ich habe bisher noch keine Erfahrung ob sie für den 1. Reiki-Grad weiterhin Teilkostenerstattungen gewähren wird.

Es lohnt sich, sich umfassend zu informieren und vorzubereiten, bevor man im nächsten Schritt sein Konzept einer gesetzlichen Krankenkasse vorstellt. Übrigens sind die Links in dieser PDF-Datei direkt aufrufbar, wenn Sie Internetzugang haben.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg beim Umsetzen des Leitfadens!

Barbara Maria Piel