

«Somatic Education» / Sensomotorics nach Beate Hagen® bei Problemen von Becken und LWS

Bring Deine Patienten zum «Schnurren»!

«Somatic Education» Sensomotorics nach Beate Hagen® bei Problemen von Becken und LWS

Einleitung

Du erlernst ein revolutionäres, ganzheitliches und individuell gestaltbares Behandlungskonzept um chronisch kontrahierte Muskeln im Taillen- und Hüftbereich schmerzlos und schnell zum Loslassen zu bringen. Du zeigst dem Patienten, wie er dauerhaft seine Körpermitte wieder unter Kontrolle bekommt. Ausserdem erkennst und erforschst Du die Zusammenhänge von Rücken-/Bauchmuskulatur und Beine. Du lernst ein Therapiekonzept kennen, mit dem Du Beschwerden im LWS-Bereich, ISG-Blockaden, Ischias, Hüftprobleme, Menstruations- und Blasenbeschwerden mit neuen Techniken und Vorgehensweisen behandeln kannst. Du erlernst ein individuelles gestaltbares Eigenübungsprogramm, das den erreichten Fortschritt stabilisiert.

«Somatic Education», eine Weiterentwicklung der «Funktionalen Integration» (von Moshé Feldenkrais) von Thomas Hanna (USA), ist ein Durchbruch in Diagnose, Therapie und Heilung orthopädischer, neurologischer und psychosomatischer Störungen.

Selbstwahrnehmung und Körperbewusstheit sind von entscheidender Bedeutung zur Steuerung des Körpers. Sensomotorisches Lernen baut Stress ab, löst Blockaden und Schmerz und verbessert Haltung und Bewegungsökonomie. Die somatischen Übungen verändern die Gehirnfunktion und stellen die Muskelkontrolle wieder her. Der aussergewöhnliche Erfolg von «Somatic Education» beruht auf neurophysiologischen Prinzipien und Vorgehensweisen, die erklärbar, wiederholbar und bei jedem Patienten anwendbar sind. Beate Hagen (München), eine Schülerin von Thomas Hanna, arbeitet mit dieser Methode seit 20 Jahren und ergänzt diese Arbeit mit Ihren eigenen Erfahrungen und unterrichtet diese unter «Sensomotorics nach Beate Hagen®».

Handlungs- kompetenzen (Ziele)

Einführung in die neurophysiologischen Prinzipien von Somatic Education und Sensomotorics nach B. Hagen® in Selbsterfahrung und Behandlung. Du erlebst am eigenen Leib die Ergebnisse erhöhter sensomotorischer Bewusstheit und erfährst, wie man mit Spass und Leichtigkeit seine Muskelfunktionen verbessert. Das Prinzip heisst: LOSLASSEN!

Inhalte

- Blickdiagnostik: Erkennung von Schmerzursachen anhand von Haltung und Bewegungseigenart
- Sensomotorische Selbsterfahrung zur Selbsterneuerung, Selbstuntersuchung, Selbsterkenntnis und Selbstheilung
- Pandiculation: Wie man chronisch gestresste Muskeln innerhalb von Minuten von Schmerz und Anspannung befreit und wieder fit macht
- Kinetic mirroring: Wie man mit einem Griff chronisch kontrahierte Muskeln zum Loslassen und den Patienten zum "Schnurren" bringt
- Wiederherstellung funktioneller Zusammenhänge Neurophysiologischer Techniken der sensomotorischen Integration und Muskelneuprogrammierung
- Neurophysiologische Techniken der Gelenkmobilisierung und Gelenkdifferenzierung
- Tipps für den Hausbesuch: Mehr Erfolg mit weniger Anstrengung
- Die somatischen Übungen: Ein ideales Selbsterneuerungsprogramm für Therapeut und Patient

Methoden/ Arbeitsweisen

20% Theorie und 80% Praxis

- Vermitteln von sensomotorischen Prinzipien und Grundbegriffe
- Praktische Vorstellung durch die Dozenten von sensomotorischen Behandlungsabläufen anhand von Fallbeispielen zum Thema LWS / Becken aus der Kursteilnehmergruppe
- Erlernen der einzelnen Behandlungstechniken in Zweiergruppen mit Peerfeedback und Feedback durch die Lehrperson während des praktischen Übens
- Praktisches Üben und Anleiten von sensomotorischen Bewegungen zur Selbstwahrnehmung u. Selbsterfahrung

**Maximale
Gruppengrösse**

20 Teilnehmer mit einer Lehrperson

Bemerkung

Literaturtipps:

- Thomas Hanna «Beweglich sein – ein Leben lang»
- Beate Hagen «Somatic Education – ein neuer Weg aus Schmerz und Einschränkung» (Physikalische Therapie 2002)
- Beate Hagen «Diagnose: Sensomotorische Amnesie» (Physikalische Therapie 2003)
- Beate Hagen «Stop-, Start- und Traumareflex – Die neuromuskulären Anpassungsreaktionen auf Stress und ihre Folgen» (Physikalische Therapie 2008)
- Beate Hagen «Muskelmanagement für Therapeuten» (Physikalische Therapie 2011)

Zielgruppe

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Massage, Heilpraktiken, Fitnessstraining, Körper- und Tanztherapie und Ärzteschaft

**Teilnahme-
voraussetzungen**

Berufsdiplom

Dozent

Jürgen Rohmann



- Physiotherapeut
- Dozent für Sensomotorics nach Beate Hagen®
- Motto: Alles hat seinen Sinn.

Karin Magdalena Stalinski



- Heilpraktikerin, Masseurin
- Dozentin für Sensomotorics nach Beate Hagen
- Motto: Less is more

Kursorte

Winterthur

Bad Zurzach

Kurs

20232

20231

Datum

12. + 13. März 2020

22. + 23. Oktober 2020

Zeiten

09.00 – 18.00 Uhr

09.00 – 18.00 Uhr

Kosten

460.–

460.–