

## **Craniosacral Therapie - Fachkurs: Stress und Burnout**

Fachkurs Craniosacral Therapie:

# Craniosacral Therapie - Fachkurs: Stress und Burnout

## Fachkurs Craniosacral Therapie

### Einleitung

Stress und Burnout gehören in der heutigen Zeit zu den Phänomenen, die wir immer häufiger in unserem Praxisalltag beobachten.

Die Gründe dafür sind eine verminderte Stressresilienz und eine Dysbalance von Belastung und Belastbarkeit.

Psychische, physische und soziale Stressoren tragen dazu bei, dass die Menschen ihre „Mitte“ verlieren und nicht mehr in der Lage sind auf ihre inneren und äusseren Ressourcen zurückzugreifen.

Dies führt zum Verlust ihres Kohärenzsinn, ihres Gleichgewichts, ihrer Ökonomie und ihres Komforts.

Die Craniosacrale Therapie kann hier helfen, die Entstehung des Phänomens zu begreifen, den Organismus in seiner inneren Gesundheit und Weisheit zu unterstützen und eine nachhaltige, ressourcenorientierte, nachhaltig wirksame Stressresilienz wieder aufzubauen.

### Handlungs- kompetenzen (Ziele)

Die Teilnehmenden sind nach diesem Kurs in der Lage

- die Entstehung von Stress und Burnout zu verstehen
- das craniosacrale System zu untersuchen, um Zusammenhänge mit einem Stress und Burnout Syndrom zu entdecken
- das neurovegetative und hormonelle System in seiner Selbstregulation zu unterstützen
- den Behandlungsprozess über die CST zu integrieren
- ihre KlientInnen und PatientInnen in eine verbesserte Resilienz zu begleiten
- ein Übungsprogramm zu entwickeln, um den Behandlungserfolg in den Alltag zu transferieren
- Stress zu behandeln

## **Inhalte**

### Zentrale Themen

- Grundlagen der Salutogenese und Resilienz, als Ausgangspunkt für Gesundheitskompetenz und Stabilität
- Neurovegetatives System
- Hormonsystem und Hormonachsen
- Stress, Burnout, Übertrainingssyndrom
- Belastung und Belastbarkeit
- Innere Weisheit des Körpers
- Faszien, Fluida und Rhythmen
- Themenspezifische craniosacrale Annäherungen in Theorie und Praxis
- Integrations – und Prozessarbeit
- Biodynamik
- Transferübungen

## **Methoden/ Arbeitsweisen**

25% Theorie und 75% Praxis

In den Kursen gibt es einen ständigen Wechsel von Theorie und Praxis, um die Inhalte sofort praxisnah zu erlernen.

- Vorlesung
- praktische Demonstrationen
- theoretisches und praktisches Üben in Tandems und Kleingruppen

### Lernzielkontrollen

- Feedbackrunde
- Intevision
- Lernkontrollklausur

**Maximale  
Gruppengröße**

24 Teilnehmende mit einer Lehrperson

**Vorbereitungsauftrag**

Repetition der Grundlagen der CST

**Zielgruppe**

Fachpersonen für Craniosacral Therapie

Dieser Fachkurs ist spezifisch für die Weiterbildung von Craniosacral TherapeutInnen konzipiert.

**Teilnahmevoraussetzungen**

Berufsdiplom und Zertifikat Craniosacral Therapie (mindestens 110 Stunden Craniosacral Therapie spezifische Vorbildung)

**Dozent**

Dieter Vollmer



- Osteopath MA
  - Physiotherapeut
  - Manual Therapeut
  - Sportwissenschaftler MA
  - Craniosacral Therapeut
- 
- Arbeitet als Osteopath und Craniosacral Therapeut in Konstanz
  - Co-Leitung der Akademie VOLLMER (Deutschland)
  - Dozent bei REHAsStudy und Akademie VOLLMER und Lehrtätigkeit an der Universität Konstanz

<u>Kursort</u>	Bad Zurzach
Kurs	22655
Datum	17.-19. Juli 2022
Zeiten	9.00 bis 17.00 Uhr
Kosten	CHF 720.-