

Gesundheitsberater / Gesundheitstherapeut(in) auf der Insel La Gomera

- Ausbildung Nr.: 803 - G12
- Dauer: 3 Wochen Intensivausbildung
- Termine: 02. Januar - 20. Januar 2012
*jeweils Montag bis Samstag je 8 - 18 Uhr
(ab ca. 17 Uhr Einzelcoaching bei Bedarf)*
- Teilnahmegebühr: Euro 3.600,- / ermäßigt* Euro 2.880,-
(incl. USt.; als Kosten für die berufl. Weiterbildung steuerlich absetzbar)
(* Bitte entsprechenden Nachweis der Anmeldung beilegen.)
- Zertifikat: Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat des IEK bescheinigt. Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und z. B. in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden.
Die in dieser Ausbildung enthaltene Zusatzqualifikation "Autogenes Training" entspricht inhaltlich den qualitativen Anforderungen der Krankenkassen bzw. der Kassenärztlichen Vereinigung. Somit werden die absolvierten Unterrichtseinheiten unter der Maßgabe einer Einzelprüfung bei bestehender Grundqualifikation von den Krankenkassen hinsichtlich des § 20 SGB V (Primärprävention) bzw. von der Kassenärztlichen Vereinigung hinsichtlich des Einheitlichen Bewertungsmaßstabes im Bereich übender und suggestiver Techniken als spezifische Qualifikation grundsätzlich anerkannt.
- Voraussetzungen: Offenheit, Einfühlungsvermögen, Freude am Umgang mit Menschen, Fähigkeit zur Selbstreflexion, Bereitschaft zur Entwicklung eines positiven Selbstbildes.
Mindestalter 21 Jahre, Schulabschluss.
Die Intensivausbildung richtet sich an Menschen mit Erfahrungen in psychologischen, therapeutischen, pädagogischen, sozialpädagogischen, gesundheitlich - medizinischen, pflegenden oder helfenden Bereichen.
- Sonstiges: Alle Buchungen sind unserer Erfahrung nach auch kurzfristig möglich bzw. auch vor Ort leicht realisierbar.

Veranstaltungsort: IEK im Ausbildungszentrum in La Calera,
in malerischer Umgebung, ruhiger Lage und an den
Stränden und Kraftplätzen des Valle Gran Rey.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Wird die
Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann die Ausbildung vom Institut abgesagt
werden. Anmeldungen werden nur bis zum Erreichen der max. Teilnehmerzahl
berücksichtigt.

Gesundheitsberater(in) / Gesundheitstherapeut(in)

Hintergrund

Gesundheit steht mit allen anderen Lebensbereichen in einem engen Zusammenhang. Faktoren wie ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel, Stress, psychische Belastung schaden der Gesundheit und führen zu Krankheiten.

Der Gesundheitsberater / Gesundheitstherapeut unterstützt Menschen dabei, ihre Gesundheit zu erhalten oder wiederzuerlangen. Dauerhafte Abhilfe entsteht dabei erst durch eine klientorientierte, ganzheitliche Betrachtung jedes einzelnen Klienten, welche die individuelle gesundheitliche Disposition, das Lebensumfeld, die Essgewohnheiten und das Bewegungsverhalten einbezieht.

Der Gesundheitsberater / Gesundheitstherapeut untersucht den Menschen also aus einer ganzheitlichen Perspektive und zeigt Gesundheitsrisiken sowie geeignete Gegenmaßnahmen auf. Darüber hinaus hilft er, das soziale Umfeld so zu gestalten, dass ein gesundes Leben dauerhaft möglich wird. Seine Aufgabe besteht darin, seinen Klienten dabei zu helfen seine persönlichen Lebensumstände mit den Erkenntnissen der Gesundheitswissenschaften in Einklang zu bringen. Dabei spielt die Verknüpfung der Elemente der Gesundheitstherapie mit den Elementen der Sport-, Entspannung-, Ernährung- und Wellnesstherapie eine wichtige Rolle.

Die prophylaktische Vorbeugung von Krankheiten, die Prävention und Rehabilitation wird in Zukunft, bei wachsender Zahl von Zivilisationskrankheiten und ansteigender Anzahl von älteren Menschen eine immer wichtigere Rolle spielen, so dass der Bedarf an Gesundheitstherapeuten die ganzheitlich Körper, Psyche und Seele betrachten, steigt wird.

Ziel

Der Kurs vermittelt die gesundheitsfördernde und präventive Arbeit mit Einzelnen und Gruppen in den Bereichen Entspannung, Stressbewältigung, Meditation und Kreativitätsförderung. Weitere wichtige Themen sind Ernährung, Bewegung und Fitness, Gesundheits-Coaching, Well-Aging-Beratung und Wellness-Beratung. Sie werden in die Lage versetzt, individuelle Gesundheitspläne zu erarbeiten und erhalten einen umfassenden Einblick in die gesetzlichen Grundlagen der Gesundheitsarbeit

Aus dem Inhalt

Basismodul

- Ansätze und Modelle der Gesundheitsberatung / Gesundheitstherapie (aktuellen Theorien, Methoden - verschiedene Modelle)
- Berufskunde/Berufsfeld (Beratung, Betreuung, Therapie)
- Anwendungsbereiche der Gesundheitsberatung / Gesundheitstherapie
- Kontextuelle Einbettung der Gesundheitsberatung / Gesundheitstherapie
- Indikationen & Kontraindikationen der Gesundheitsberatung / Gesundheitstherapie
- Prävention und Rehabilitation
- Grundsätze von Prävention und Prophylaxe
- Psychologische Aspekte von Gesundheit und Krankheit
- Anatomie, Physiologie und Endokrinologie
- Psychosomatische Krankheitslehre
- Gesundheit und Psyche
- Grundlagen der Psychologie und therapeutische Interventionstechniken in der Gesundheitstherapie
- Sensibilisierung für gesundes Verhalten / Wahrnehmungsveränderungen
- Anamneseverfahren in der Gesundheitstherapie
- Aufdeckung unbewusster Strukturen und Mechanismen, Affektive Umstrukturierung
- Aufdecken innerpsychischer Blockaden
- Aufdecken von abwehrmechanistischen Strukturen
- Kommunikations- und Interviertechniken
- Lebensberatung
- Arbeiten mit Selbsthilfegruppen und Netzwerkarbeit
- Durchführung und Gestaltung von Seminaren – Kreatives gesunde Lebensführung – Gesundheit in der Familie – Stressmanagement - Bewegung und Fitness im Alltag
- Rechtliches zur Berufskunde
- Gesetzliche Grundlagen zum Berater- bzw. Therapeutenberuf
- Grundlagen, Ziele und Grenzen der Gesundheitsberatung / Gesundheitstherapie
- Klientenzentriertes Einzelcoaching
- Grundlagen der Existenzgründung
- Selbsterfahrung

Entspannung und Gesundheit

- Entspannung und ihre Relevanz für die Gesundheit
- Theorien der Entspannungstechniken
- Grundlagen der Psychologie und therapeutischer Interventionstechniken mittels moderner Entspannungsverfahren
- Physiologische und psychologische Aspekte der Entspannung zur Steigerung des Wohlbefindens
- Stressbewältigung
- Autogenes Training – Seminarleiterschein
- Physiologische Effekte und ihre Bedeutung für Gesundheit und Wohlbefinden
- Bildung Formelhafter Vorsätze
- Medizinisch-therapeutische Ansatzmöglichkeiten des Autogenen Trainings für die Gesundheitstherapie
- Erstellung eines Seminarplans - Verknüpfung Entspannung und Gesundheit
- Anwendungsmöglichkeiten und Erfahrungen aus der Praxis
- Durchführung und Gestaltung von Trainingseinheiten
- Elemente aus Yoga, Tai Chi und Qi Gong
- Atemtechniken
- Meditation
- Die Wirkung des Elements Wasser auf die Psyche und ihre Relevanz in der Gesundheitstherapie
- Delfin und Walewatching – Veränderungen von Emotionen
- Heilwirkung durch Delfine und Waale
- Delphin Sound und seine entspannende Wirkung – Kombination aus Entspannungformeln, Musik und Farbmeditation
- Die Bedeutung von Kraftorten für die Gesundheit - Ruhe und Entspannung auf der Insel - "eine Inselauszeit" nehmen

Gesundheit – Wellness – Massage

- Relevante Massageformen für die Gesundheitstherapie
- Fußreflexzonen-Entspannungsmassage / Handreflexzonen-Entspannungsmassage
- Medizinische Grundlagen
- Steigerung des Wohlbefindens durch die Reflexzonenmassage
- Bedeutung von Energiebahnen und das vegetative Nervensystem in der Hand- und Fußreflexzonenmassage
- Herabsetzung von Spannungszuständen im Bewegungsapparat
- Tiefenentspannungswirkung durch die Kombination von Autogenes Training und Massage
- Wellness in der Sauna

Fitness Sport und Gesundheit

- Fitness, Sport und Gesundheit
- Trainingstherapie im Krafraum, Erstellung von Trainingsplänen, Konditionstraining
- Walking und Fitness
- Verbindung zwischen Wellness und Fitness - sich draußen auspowern, zur Ruhe kommen und im Anschluß durch Wellness verwöhnen lassen
- Gesundheit in der Natur - Wandern als Meditation
- Kraftorte - Kraftplätze und ihre Bedeutung für ein gesundes Wohlfüh - Kraft aus der Natur tanken
- Einbettung und Entwicklung von Phantasieereisen und Ruhebildern
- die Seele an "Ruheräumen" baumeln lassen
- die Kraft des Wassers - Schwimmen im Meer

Ernährung und Gesundheit

- Die Bedeutung der Ernährung für körperliches, geistiges und psychisches Wohlbefinden – Prävention und Therapie
- Ernährungskunde und Diätberatung
- Vollwertige Ernährung
- Vegetarische Ernährung
- Krankheitsbilder aus der Sicht der modernen Ernährungstherapie - Krankheit und Gesundheit
- Diätetik / Übergewicht
- Diätformen
- Vor- und Nachteile von Diäten
- Indikationsgrenzen, Kontraindikation
- Fasten – Methoden, Anwendungsgebiete, psychologische Begleitung
- Gesund abnehmen
- Änderung von Ernährungsgewohnheiten – Einbettung von neuen Ernährungsmodellen in das Alltagsleben
- Ernährungskonzepte bei bestimmten Krankheiten (z.B. Allergien, Rheuma, Gicht, Hautkrankheiten, Gefäßkrankheiten, Bluthochdruck, Darmerkrankungen)
- Ernährungshinweise für Säuglinge, Kleinkinder, Schwangere, Stillende, Sportler, Senioren
- Gesunde Ernährung im Urlaub - ökologisch genießen - leichte und gesunde Schlemmerküche aus aller Welt

Aus dem Methodenteil

Die Ausbildung ist vielseitig und abwechslungsreich. Die Schwerpunkte bilden die Psychologische Beratung, Ernährung, Fitness, Entspannungsmethoden aber auch über Methoden zur Steigerung der Leistungsfähigkeit sowie zur Vorbeugung von physischen und psychischen Erkrankungen. Wir wählen die Weiterbildungsinhalte stets im Hinblick auf den aktuellen Stand der wissenschaftlichen Diskussion aus. Die pädagogisch-therapeutische Gesprächsführung wird theoretisch und mit praktischen Übungen vermittelt. Durch Selbsterfahrung und begleitetes Üben lernen Sie die verschiedenen gesundheitstherapeutischen Methoden aus erster Hand kennen. In der Ausbildung wird durch Vortrag, Gruppenarbeit und Selbsterfahrung eine Wissensbasis zu den modernen gesundheitswissenschaftlichen Modellen geschaffen. Die Teilnehmer(innen) üben Elemente aus den unterschiedlichen Verfahren. Die Erfahrungen werden reflektiert, analysiert und auf ihre therapeutische Relevanz hin geprüft. Die gelernten Methoden werden von den Teilnehmenden umgesetzt und gemeinsam Beratungs- bzw. Therapieansätze generiert. Die Ausbildung endet mit der Durchführung einer selbst entwickelten Seminar- und Therapieeinheit. Therapieeinzel Sitzungen werden im Rollenspiel mit erfahrenen Therapeut(inn)en oder Diplom-Psycholog(inn)en geübt und supervidiert. Gemeinsam werden die gelernten Verfahren zur Anwendung gebracht.