

INHALTSVERZEICHNIS

Über die Schule	Seite 2
Der Beruf des Heilpraktikers und seine Stellung im modernen Gesundheitswesen	Seite 3
Zulassungsbedingungen	Seite 4
Ausbildung an der Hippokratesschule	Seite 5
Studienformen	
1. Regelstudium	Seite 6
2. Individualstudium	Seite 7
3. Vorbereitung auf die Heilpraktikerüberprüfung im Rahmen des Regelstudiums	Seite 8
4. Vorbereitung auf die sektorale Heilpraktikerüberprüfung	Seite 9
5. Wochenend - Kompaktrepetitorium zur Vorbereitung auf die Heilpraktikerüberprüfung speziell für PodologInnen	Seite 9
Unterrichtsinhalte	
1. Einführung in die Techniken des Lernens	Seite 10
2. Schulmedizinischer Unterricht	Seite 11
3. Naturheilkundlicher Unterricht	Seite 12
4. Ernährungstherapeutischer Unterricht	Seite 13
5. Psychotherapeutischer Unterricht	Seite 15
6. Entspannungstherapeutischer Unterricht	Seite 17
7. Wege aus der Prüfungsangst	Seite 29
8. Intensivvorbereitung	Seite 30
Schulinterne Lehrpraxen	Seite 31
Zertifikate	Seite 32
Aufbaustudiengänge	Seite 33

Ü B E R D I E S C H U L E

Wir - die Hippokratesschule GmbH -
betreiben seit Juni 1994

ein

PRIVATES AUSBILDUNGSINSTITUT
für **Naturheilverfahren, Psychotherapie** und **Tierkunde**.

Am 25. Januar 2000 erhielten wir die Anerkennung als

STAATLICH ANERKANNTES SCHULE
für **Kosmetik**

und

am 01. März 2002 die Anerkennung als

STAATLICH ANERKANNTES SCHULE
für **Podologie**.

Wir unterliegen der Aufsicht durch die
hessischen Ministerien für Kultur und Soziales.

Unsere Schule ist in allen Unternehmensbereichen
ZERTIFIZIERT durch **CertEuropa**

DER BERUF DER/S HEILPRAKTIKERIN/S und seine Stellung im modernen Gesundheitswesen

Die naturheilkundliche Behandlung von Krankheiten ist so alt wie die Menschheit – heilen auf natürlicher Basis hat eine lange Tradition.

Arzt und Heilpraktiker sind die tragenden Säulen der medizinischen Versorgung.

Die Naturheilkunde, in der Person des Heilpraktikers, nimmt dabei einen wichtigen Platz ein.

Die Berner Studie aus dem Jahre 1998 zeigt, dass 42,6 % der befragten Patienten mindestens einmal eine alternativmedizinische Heilbehandlung in Anspruch genommen haben.

Schulmedizin und Erfahrungsheilkunde schließen sich nach Meinung der Befragten nicht aus, sondern ergänzen sich in sinnvoller Weise.

Heilpraktiker, die sowohl über eine fundierte schulmedizinische wie auch naturheilkundliche Ausbildung verfügen, genießen daher bei ihren Patienten großes Vertrauen.

* * * * *

Ein verändertes Patientenbewusstsein und die Auswirkung der Gesundheitsreform führen immer mehr Menschen zum Heilpraktiker.

Unabhängig von der Bereitschaft die Kosten für die eigene Gesundheit selbst zu übernehmen, werden von privaten Krankenversicherungen und Beihilfetägern die Behandlungskosten übernommen.

Mit der Entscheidung für den Beruf des Heilpraktikers treffen Sie gleichzeitig eine Entscheidung für

- eine selbständige, freiberufliche Existenz mit Zukunftsperspektive
- Erfüllung und Zufriedenheit in einem helfenden Beruf
- hohes Maß an Verantwortung für den kranken, Hilfe suchenden Patienten



ZULASSUNGSBEDINGUNGEN und Überprüfung durch das Gesundheitsamt

Die Überprüfung zum Heilpraktiker basiert auf dem

Heilpraktikergesetz

von 1939 und wird vom Amtsarzt des für Sie zuständigen Gesundheitsamtes abgenommen.

Um zur Heilpraktikerüberprüfung zugelassen zu werden, müssen Sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Deutsche Staatsangehörigkeit oder in Deutschland ansässige Ausländer mit gültiger Aufenthaltserlaubnis
- Hauptschulabschluss
- Polizeiliches Führungszeugnis
- Gesundheitszeugnis (frei von ansteckenden Krankheiten)
- Vollendung des 25. Lebensjahres

Die wichtigsten persönlichen Voraussetzungen sind unserer Ansicht nach:

- ein hohes Maß an ethischer und moralischer Verantwortung
- und der Wunsch, dem kranken Menschen zu helfen

Nach bestandener Überprüfung vor dem Gesundheitsamt und Erhalt der Erlaubnisurkunde darf im Rahmen des geltenden Rechts die Heilkunde als

Heilpraktiker/in

eigenverantwortlich bundesweit ausgeübt werden.

Unsere Studierenden haben ihre erste Berufsausbildung in der Regel bereits abgeschlossen und kommen aus unterschiedlichsten Berufsfeldern.

Nicht alle Teilnehmer haben die Absicht, sich nach abgeschlossener Ausbildung in eigener Praxis niederzulassen.

Oft besteht „nur“ ein großes persönliches Interesse an der Naturheilkunde oder der Wunsch, sich in dem ausgeübten Beruf weiterzuqualifizieren.

Wie unterschiedlich die Zugangsvoraussetzungen und die ganz persönlichen Entscheidungsmaßstäbe auch sein mögen, alle verbindet die Motivation, die Naturheilkunde mit ihren vielfältigen diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten kennen zu lernen und zum Wohle von Patienten, Familienangehörigen oder für sich persönlich einzusetzen.

A U S B I L D U N G

an der Hippokratesschule

Wir, die Schulleitung der Hippokratesschule sind seit 1982 in der naturheilkundlichen und psychotherapeutischen Ausbildung tätig. Unsere langjährige Erfahrung lassen wir in die Konzeption unserer Ausbildungsgänge einfließen.

Unsere Ausbildung ist praxisnah aufgebaut und an den Anforderungen des späteren beruflichen Alltags orientiert.

Wir begleiten Sie vom 1. Seminartag bis zum 1. Schritt in Ihre eigene Praxis

Eine Ausbildung zum /zur Heilpraktiker/in beginnt an unserer Schule mit

- einer kompetenten Studienberatung und
- einer individuellen Studienplanung

Sollten Sie sich für eine Ausbildung bei uns interessieren, nutzen Sie bitte die Möglichkeit,

- als Gasthörer/in an einer oder mehreren Unterrichtsveranstaltungen teilzunehmen, um sich einen persönlichen Eindruck zu verschaffen und die für Sie richtige Entscheidung treffen zu können.

Lernen Sie als unser Gast

- unseren Unterricht auf hohem Niveau durch
- berufserfahrene Dozenten/innen mit hoher fachlicher und didaktischer Qualifikation kennen

Fühlen Sie sich wohl

- in einer angenehme Lernatmosphäre mit einem freundschaftlich-kollegialen Miteinander
- beim Lernen in hellen, großzügig und praxisbezogen ausgestatteten Schulungsräumen
- bei praxisnaher Vermittlung des Lehrstoffes durch moderne audiovisuelle Gerätetechnik und anschauliche anatomische Modelle



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

STUDIENFORMEN

1. REGELSTUDIUM

Die Heilpraktikerausbildung im Regelstudium dauert regulär **24 Monate** und umfasst:

- 6 Stunden **Wege aus der Prüfungsangst**
- 3 Stunden **wie lerne ich richtig**
- 6 Stunden **psychosomatischen Fachunterricht**
- 30 Stunden **psychotherapeutischen Fachunterricht**
- 165 Stunden **entspannungstherapeutischen Fachunterricht**
dienstags in der Zeit von 18.00 -20.30 Uhr
- 378 Stunden **schulmedizinischen Fachunterricht**
samstags in der Zeit von 9.00 -14.00 Uhr
- 60 Stunden **ernährungstherapeutischen Fachunterricht**
(incl. individueller Betreuung bei der Erstellung der Hausarbeit durch die prüfende Ärztin)
- 198 Stunden **naturheilkundlichen Fachunterricht**
freitags in der Zeit von 18.00 – 20.30 Uhr
- 9 Stunden **Intensiv-Prüfungsvorbereitung**
Samstag in der Zeit von 9.00 – 17.00 Uhr
Der Prüfungsvorbereitungstag wird 2 x jährlich angeboten.

Sie kostet mit einer Gesamtstundenzahl von **855 Stunden** komplett **5 154.- €**.

Die Ausbildung gliedert sich in einzelne, in sich abgeschlossene Unterrichtsblöcke.

Jeder Unterrichtsblock beginnt mit der Vermittlung anatomischer und physiologischer Grundlagen, auf welchen die pathologischen Kenntnisse aufbauen.

Beispiel „Niere“: Anatomie und Physiologie der Niere
Aufgaben und Zusammenwirken mit anderen Organsystemen
Erkrankungen der Niere
Folgeschäden

Sie haben daher die Möglichkeit,

- immer zu Beginn eines neuen Unterrichtsblockes in die Ausbildung einzusteigen.

Sie erhalten zu Beginn Ihrer Ausbildung einen detaillierten Stundenplan.
Die Schulferien sind unterrichtsfrei.

2. INDIVIDUALSTUDIUM

Als Angehörige/r eines medizinischen Assistenzberufes haben Sie die Möglichkeit, sich in unser Individualstudium zum Komplettpreis von **4.509.75 €** einzuschreiben.

Sie bestimmen

- Dauer,
- Umfang und
- Inhalte

Ihrer „persönlichen“ Ausbildung selbst.

Sie entscheiden selbst,

- zu welchem Zeitpunkt Sie in die Ausbildung einsteigen
- welche der angebotenen Unterrichtsveranstaltungen sie besuchen
- durch Ihre individuelle Seminarplanung, in welcher Zeit Sie Ihre Ausbildung abgeschlossen haben möchten.

Generell stehen Ihnen alle Veranstaltungen der Bereiche

- Schulmedizin
- Psychotherapie
- Psychosomatik
- Entspannungstherapie
- Ernährungstherapie
- Naturheilkunde
- Intensiv-Prüfungsvorbereitung

sowie

- Hospitationen in der naturheilkundlichen Lehrpraxis

uneingeschränkt zur Verfügung

**Wiederholungen der Unterrichtsveranstaltungen
Unterbrechungen Ihrer Ausbildung
Verlängerung der Regelstudienzeit**

sind in Absprache mit der Schulleitung

ohne Mehrkosten

möglich.

3. VORBEREITUNG AUF DIE HEILPRAKTIKERÜBERPRÜFUNG - im Rahmen des HP - Regelstudiums -

Als Angehörige/r eines Gesundheitsberufes mit dem Wunsch, ausschließlich schulmedizinische Fächer zur Vorbereitung auf die Heilpraktikerüberprüfung zu absolvieren, buchen Sie folgende Unterrichtsthemen des Regelstudiums:

- 378 Stunden **schulmedizinischen Fachunterricht**
samstags in der Zeit von 9.00 – 14.00 Uhr
- 9 Stunden **Intensiv-Prüfungsvorbereitung**
Samstag in der Zeit von 9.00 – 17.00 Uhr

zum Preis von **2.250.- €**

Diese spezielle Vorbereitung auf die Heilpraktikerüberprüfung wird gern gewählt von:

- **PhysiotherapeutInnen**, welche bereits in Chirotherapie ausgebildet sind und zur Anwendung die HP-Zulassung benötigen.
- **Podologen/innen**, welche die uneingeschränkte HP-Erlaubnis zur Erweiterung ihres Behandlungsspektrums im Therapiebereich erwerben möchten.
- **Kosmetikerinnen**, welche sich im Rahmen ihrer Tätigkeit auf das Unterspritzen von Falten spezialisieren wollen.
- **FußpflegerInnen**, welche weiterhin medizinische Fußpflege ausführen wollen, aber keine Zulassung als PodologIn anstreben

Also, Angehörigen unterschiedlicher Gesundheitsberufe, welche bereits in einem therapeutischen Verfahren ausgebildet sind, aber zur Anwendung die HP-Zulassung benötigen.

Wiederholungen der Unterrichtsveranstaltungen Unterbrechungen Ihrer Ausbildung Verlängerung der Regelstudienzeit

sind in Absprache mit der Schulleitung

ohne Mehrkosten

möglich.

4. VORBEREITUNG AUF DIE SEKTORALE HP-ÜBERPRÜFUNG

TeilnehmerInnen mit entsprechender Vorbildung haben die Möglichkeit, sich durch Einzelbuchungen bestimmter prüfungsrelevanter Unterrichtsthemen gezielt auf die sektorale Heilpraktikerüberprüfung in ihrem speziellen Fachgebiet vorzubereiten.

Bitte beachten Sie die Rechtsprechung in Ihrem Bundesland!

Das Bundesverwaltungsgericht hat in seiner Entscheidung vom 26.08.2009 die sektorale Heilpraktikerüberprüfung für Physiotherapeuten – d.h. die Erteilung einer auf einen bestimmten Bereich beschränkte Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde – genehmigt. Auf der Basis dieser Entscheidung wurde auch PodologInnen die Option gegeben, die sektorale Heilpraktikererlaubnis zu erwerben. Überprüfungen wurden durchgeführt und Zulassungen erteilt.

Mit Erlass vom **20.12.2011** hat das Hessische Sozialministerium geregelt, das **sektorale Heilpraktikerüberprüfungen** auf den Gebieten der Podologie, Chiropraktik und Ergotherapie weder gesetzlich noch höchstrichterlich begründet sind und das keine neuen Erlaubnisse mehr erteilt werden dürfen.

Spezielle Vorbereitungskurse werden erst nach einer Veränderung der gesetzlichen Grundlage erneut in unser Ausbildungsangebot aufgenommen.

5. WOCHENEND – KOMPAKTKURS ZUR VORBEREITUNG AUF DIE HEILPRAKTIKERÜBERPRÜFUNG

PhysiotherapeutInnen und PodologInnen, welche sich durch eine intensive Wiederholung des schulmedizinischen Wissens auf die Heilpraktikerüberprüfung - ohne Einschränkung - vorbereiten möchten, wählen das speziell auf diese Berufsgruppen zugeschnittene Kompaktrepetitorium.

Basierend auf den in der Podologieausbildung erworbenen soliden schulmedizinischen Kenntnissen wiederholen und erweitern sie unter der Leitung berufserfahrener DozentInnen folgenden Lehrstoff:

- Klinik und Differentialdiagnose
 - Innere Medizin, Orthopädie, Neurologie, Psychiatrie
- Notfallmedizin
- Infektionskrankheiten
- Rechtskunde

80 Stunden **schulmedizinischer Fachunterricht
Injektionstechniken**

20 Stunden **Untersuchungsmethoden
Intensiv-Prüfungsvorbereitung**

5 Monate

1 x monatlich

samstags und sonntags in der Zeit von 9.00 -18.00 Uhr

Seminargebühren: **1000.- €**

Maximalteilnehmerzahl: 15 TeilnehmerInnen

UNTERRICHTSINHALTE

1. EINFÜHRUNG IN DIE TECHNIKEN DES LERNENS

„Wie lerne ich richtig?“

Ihre Ausbildung beinhaltet an unserer Schule ein Seminar zum Thema: „Wie lerne ich richtig?“

Denn – Lernen ist eine Herausforderung, vor die wir ein Leben lang gestellt werden und die Fähigkeit zu lernen ist in Schule, Studium und Berufsleben zu einer zentralen Kompetenz geworden.

Ob der Lernprozess mit hoher Motivation und erfolgreich abläuft ist nicht zuletzt von der Wahl der Lernmethode abhängig.

Wie also lernt es sich

- einfacher,
- effizienter,
- nachhaltiger?



In diesem Seminar setzen sich die Teilnehmer unter der Leitung eines berufserfahrenen Diplom-Psychologen mit dem Thema LERNEN aktiv auseinander, um sich über die eigenen Stärken und Schwächen bewusst zu werden, neue Methoden auszuprobieren und Phasen des Lernens sinnvoll und erfolgreich in den Lebensalltag zu integrieren.

Es erfolgt eine Einführung in folgende Bereiche

- **Konzentration:** Konzentrationshindernisse erkennen und beseitigen
Konzentrationssteigerung durch Motivation,
Zeitmanagement und effektive Lernmethoden
- **Gedächtnis:** Nutzung verschiedener Sinneskanäle
Dauerhafte Verankerung
- **Lernstrategien:** bewusste Gestaltung von Lernprozessen
Organisation von Lernstoff
Lese – und Mnemotechniken
Visualisierung
kreativitätssteigernde Lernmethoden
- **Prüfungsvorbereitung:** Abklärung der Anforderungen
Erstellung eines Arbeitsplanes
Präsentationstraining
Strategien gegen Prüfungsangst

Dozent: Dr. phil. Michael Pape
Magister Artium, Dipl. Soz.Päd.
Verhaltenstherapeut (KVT)

2. SCHULMEDIZINISCHER UNTERRICHT

Unterrichtet werden Sie in Anatomie, Physiologie und Pathologie folgender Organsysteme

- Bewegungsapparat
- Blut und lymphatische Organe
- Herz und Kreislauforgane
- Atmungsorgane
- Verdauungsorgane
- Niere und ableitende Harnwege
- Genitalorgane
- Endokrine Organe
- Zentralnervensystem



- Haut
- Sinnesorgane
- Labor
- Neurosenlehre
- Persönlichkeitsstörungen
- Psychosen
- Differentialdiagnose innerer Krankheiten

- Notfallmedizin
- Infektionskrankheiten
- Hygiene
- Injektionstechniken
- Klinische Untersuchungsmethoden
- Rechts- und Berufskunde
- Praxisführung



Dozent/in: Dr. med. Thomas Raddatz, Chirurg
Dr. med. Markus Schimmelpfennig, Arzt für öffentliches Gesundheitswesen
Klaus-Peter Litfin, Reanimationstrainer
Peter Hilgenberg, Reanimationstrainer
Dr. rer. nat. Jürgen Fiechtl, Pharmakologe
Swantje König, Ärztin
Dr. med. Barbara Kronitz, Dermatologie

3. NATURHEILKUNDLICHER UNTERRICHT

In folgenden naturheilkundlichen Verfahren werden Sie theoretisch und praktisch unterrichtet:

- Fußreflexzonentherapie
- Ausleitungsverfahren
- Phytotherapie
- Irisdiagnose -
das Rezept aus dem Auge
- Biochemie
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur
- Chirotherapie,
Osteopathie und
Craniosacrale Therapie



Dozent/innen: Petra Deichmann, Heilpraktikerin
Frans van Breukelen, Heilpraktiker
Gernot Weddig, Heilpraktiker
Monika Hofmann, Heilpraktikerin
Andrea Meyer-Doll, Heilpraktikerin
Walter Piotrowski, Heilpraktiker
Norbert Langlotz, Heilpraktiker
Bernd Schmidt, Heilpraktiker

Im diesem Rahmen werden Ihnen bereits „**Fälle aus der Praxis**“ vorgestellt. Unsere Dozenten und Dozentinnen sind langjährig in eigener Praxis tätig und verfügen somit über einen großen Fundus an Fallbeispielen aus ihrer täglichen Arbeit mit Patienten und Patientinnen. Diese Erfahrungen geben sie gern an die angehenden Kolleginnen und Kollegen weiter. Unter Leitung berufserfahrener Mediziner/innen und Heilpraktiker/innen erhalten Sie anhand dieser Kasuistiken Einblick in

- Strategien zur Diagnosefindung, Erstellung von Therapiepläne und Durchführung therapeutischer Maßnahmen.

So können Sie Ihr bereits erlerntes Wissen überprüfen, vertiefen und praktisch umsetzen.

Aufbau-Studiengänge bieten wir an in den „großen“ naturheilkundlichen Verfahren

- Klassische Homöopathie
- Akupunktur
- Chirotherapie / Osteopathie / Craniosacrale Therapie

Diese Studiengänge können parallel oder im Anschluss an die Heilpraktikerausbildung belegt werden und erfordern eine intensive Beschäftigung mit der Thematik.

Aufbauend auf dem Basiskurs wird neben der theoretischen und vor allem praktischen Vermittlung des Unterrichtsstoffes an einbestellten Patienten "live" gearbeitet.

Diese Studiengänge sind nicht im Gesamtausbildungspreis enthalten.

Zugangsvoraussetzungen, Preise und Termine teilen wir Ihnen gern auf Anfrage mit.

4. ERNÄHRUNGSTHERAPEUTISCHER UNTERRICHT

Für die Entwicklung und Erhaltung der körperlich- geistigen Leistungsfähigkeit und der Gesundheit des Menschen ist eine vollwertige Ernährung von entscheidender Bedeutung.

Angepasst an die individuelle Lebenssituation des Einzelnen muss für die Zufuhr aller lebensnotwendigen Nährstoffe in einer ausreichenden Energiemenge gesorgt werden, die für geregelte und ungestörte Stoffwechselfvorgänge nötig ist. Langfristige Fehlernährung - egal ob Mangel oder Überfluss - führt zu Erkrankungen des Organismus, während eine optimale ausgewogene Ernährung zur Gesundheitsvorsorge und Krankheitsverhütung beitragen und sogar Stoffwechselstörungen günstig beeinflussen kann.

Die Behandlungs- und Folgekosten von ernährungsbedingten Erkrankungen werden derzeit in Deutschland auf über 50 Milliarden EURO pro Jahr geschätzt. Das sind etwa ein Viertel der jährlich entstehenden Gesamtkosten.

Die Ernährungswissenschaft ist ein multidisziplinäres Gebiet, welches auf klinischen und naturwissenschaftlichen Erkenntnissen basiert, aber auch andere Disziplinen tangiert.

Das heißt, die Ernährung des Menschen kann nicht losgelöst von der

- Landwirtschaft (Nahrungsmittelproduktion),
 - Medizin (Prophylaxe und Therapie),
 - Ökonomie (Wirtschaftlichkeit),
 - Kultur (Sozialer Rahmen) und
 - Psychologie (Essverhalten)
- betrachtet werden.

In diesem Unterrichtsblock (incl. individueller Betreuung der Hausarbeit durch die prüfende Ärztin) setzen Sie sich intensiv mit der Rolle der Ernährung im modernen Gesundheitssystem auseinander.

- Ernährungsberatung / Ernährungslehre
Physiologie-Verdauung, Fette, Kohlenhydrate, Eiweiß
Vitaminen, Mineralstoffen und sek. Pflanzeninhaltsstoffen
- Ernährungssituation in der BRD, Ernährungsbericht der DGE
- Biologischer Landbau, Unterschied zwischen biologischem und konventionellem Anbau, Massentierhaltung
- Vollwert -Ernährung
Ernährungskreis
Lebensmittelgruppen
Nährstoffdichte
Sinnvolle Zusammenstellung von Lebensmitteln
- „Moderne“ Ernährung
Food Design
Functional Food
Gentechnik
Zusatzstoffe

- Lebensmittelkunde:
Getreide, Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Milch- und Milchprodukte, Eier
Fleisch, Fisch, Soja, Genussmittel, Süßstoffe, Getränke, Gewürze
- Ernährung in Schwangerschaft / Stillzeit, für Säuglinge, Kinder und alte Menschen
- Ernährung bei folgenden Erkrankungen:
Adipositas
Obstipation
Metabolisches Syndrom
Diabetes mellitus
Darmerkrankungen
Krebs
Rheumatischen Erkrankungen
Osteoporose
Leber- Magen-Galleerkrankungen
Lebensmittelallergien / Unverträglichkeiten
Zöliakie/Sprue
Lactoseintoleranz
Nierenerkrankungen
- Diätetische Lebensmittel
- Alternative Ernährungsformen:
Vegetarismus, Ayurveda, Chinesische Ernährung,
Makrobiotik, Hl. Hildegard-Ernährung,
Haysche Trennkost
- Spezielle Diätetik:
Fasten, Rohkost, Franz Xaver Mayer, Schroth Kur
Molke Trinkkur, Evers Diät, Metabolic Balance
- Ernährungsberatung

Im Hinblick auf die grundlegende Bedeutung einer gesunden und ausgewogenen Ernährung für Gesundheit und Leistungsfähigkeit unseres Organismus bildet die Ernährungsberatung nicht nur die Basis einer ganzheitlich naturheilkundlichen Therapie, sondern auch die Grundlage für eine effektive Zielgruppenbetreuung wie zum Beispiel Leistungssportler oder Übergewichtige.

Dozent/in: Elisabeth Billmann,
Ärztin

Rainer Brummelte,
Ernährungswissenschaftler

Petra Deichmann, Heilpraktikerin,
Ernährungswissenschaftlerin



5. PSYCHOTHERAPEUTISCHER und PSYCHOSOMATISCHER UNTERRICHT

Psychotherapeutische Kenntnisse sind das Fundament jeder beratenden und therapeutischen Arbeit:

- das Gespräch als fundamentales psychologisches Mittel in Diagnose und Therapie -

Der Beruf des/r Heilpraktikers/in ist ein „sprechender Beruf“ - der niedergelassene Heilpraktiker verbringt 60 bis 80 Prozent seines Praxisalltages im Gespräch mit seinen Patienten.

Das diagnostische, sowie das therapeutische Gespräch stehen somit im Zentrum der **Heilpraktiker - Patient - Beziehung**.

Für die verbale Begegnung zwischen dem/r Heilpraktiker/in und seinem Patienten gibt es inzwischen eine Fülle von kommunikationstheoretischen Erkenntnissen, welche ihm/ihr zur optimalen Nutzung der persönlichen Fähigkeiten und zum Erwerb neuer Fertigkeiten in der Gesprächsführung verhelfen.

Er schafft sich damit effizientere psychologische Mittel zur Gestaltung der **Heilpraktiker - Patient - Begegnung** und therapeutischen Einflussnahme.

Im Rahmen dieser Unterrichtseinheiten werden folgende fundierte Kenntnisse vermittelt:

- Grundlagen der Psychosomatik
Einheit von Körper, Geist und Seele
- Einführung in die Grundlagen der Psychologie
Physiologische Grundlagen
Wahrnehmung
Bewusstseinsprozesse
Emotionen
Motivation
Lernen
Denken, Sprechen, Handeln
- Persönlichkeits- und Entwicklungspsychologie
Theorien der Persönlichkeit
Merkmalstheorien
Psychodynamische Theorien (Jung)
Humanistische Theorien (Rogers)
Behavioristische Theorien (Pawlow)
Persönlichkeitsmessungen
Verhaltensbeobachtung
Persönlichkeitsinventare
Allgemeine Entwicklungsgesetze
Untersuchungsmethoden
- Stufen u. Phasen d. menschlichen Entwicklung
Kognitive Phasen (Piaget)
Psychosexuelle Phasen (Freud)
Psychosoziale Phasen (Erickson)
Moralische Stufen (Kohlberg)

- Stadien der Erwachsenenbildung
Lebenskrisen
Das Alter
- Sozialpsychologie
Historische Entwicklung
Grundlagen des Sozialverhaltens beim Menschen
Grundlagen des Sozialverhaltens im Tierreich
Soziale Interaktion
Gemeinschaftssinn versus Individualität
Minderwertigkeitskomplex versus Größenwahn
Personenwahrnehmung
Halo-Effekt
Kognitive Dissonanz
- Gesprächsführung für beratende Berufe
Abgrenzung von Therapie und Beratung
Berater / Therapeutenvariablen
Akzeptanz
Empathie
Kongruenz
Beratungsgespräch / Therapiegespräch
 - der Erstkontakt
 - das Erstgespräch
 - Erwartungskonkordanz
 - der Therapie / Beratungsauftrag
 - Vertragsarbeit
 - der zeitliche Rahmen
 - Gesprächseinstieg,
 - Gesprächsbedingungen,
 - Gesprächsende
 - Der Therapie- oder Beratungsvertrag
- Interventionstechniken und Therapieplanung
verhaltensorientierte Interventionstechniken
sozialorientierte Interventionstechniken
lebensgeschichtlich orientierte Interventionstechniken
phänomenologisch orientierte Interventionstechniken
Planung beratender/therapeutischer Prozesse

Unter der fachlichen Leitung berufserfahrener DozentInnen arbeiten Sie sich theoretisch und praktisch in die Grundlagen der Gesprächsführung in der beratenden und therapeutischen Arbeit ein.

Dozent/in: Swantje König,
Ärztin

Dr. phil. Michael Pape
Magister Artium, Dipl. Soz.Päd.
Verhaltenstherapeut (KVT)



6. ENTSPANNUNGSTHERAPEUTISCHER UNTERRICHT

Sie werden theoretisch und praktisch in folgenden Verfahren geschult:

6.1. Autogenes Training - Seminarleiterkurs -

Autogenes Training geht zurück auf seinen Begründer Prof. Dr. Johannes Heinrich Schultz. Es ist das wohl in der Praxis am meisten angewandte Entspannungsverfahren.

Der Übeude lernt in sechs aufeinander aufbauenden Übungsschritten, sich selbstständig durch konzentriative Selbstversenkung Ruhe- und Entspannungsphasen zu schaffen, umzuschalten von Anspannung auf Entspannung.

Die Teilnehmer erlernen in diesem Seminar die Technik des Autogenen Trainings (niemand kann AT vermitteln ohne es selbst zu können) und erwerben gleichzeitig das notwendige Fachwissen, um Klienten/Patienten einzeln oder in Gruppen im Autogenen Training zu unterweisen.

Unterrichtsplan:

Geschichte des AT

Hypnose als Basis des Autogenen Trainings

Übungshaltungen

Die sechs Standardübungen nach Schultz

- Ruhe
- Schwere
- Wärme
- Atmung
- Sonnengeflecht
- Herz
- Stirnkühle

Theoretische Grundlagen

Praktische Anwendung

Rücknahme

Indikationen / Kontraindikationen

Formelhafte Vorsatzbildung

Aufbau der einzelnen Übungsabende

Erstellung eines Flyers

Dozentin: Elke Bitter,
Heilpraktikerin
Klinische Hypnotherapie,
Transaktionsanalyse,
Autogenes Training



Die Teilnehmer sind nach Abschluss des Kurses berechtigt,
AT als Seminarleiter/in professionell anzubieten.

6.2. Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson (PMR) - Seminarleiterkurs –

Es handelt sich um ein Entspannungsverfahren mit dem Ziel der Erzeugung eines entspannten psychophysiologischen Zustandes, es wurde von Eduard Jacobson entwickelt. Anregung zu der Entwicklung dieser Methode gab die Erkenntnis, dass bei Anspannung und anschließender Entspannung eines Muskels der Muskeltonus sinkt. Jacobson entwickelte einen Anspannungs- und Entspannungszyklus in dem sich der Übende auf eine bestimmte Muskelgruppe konzentriert, diese anspannt, die Spannung für 5-7 Sekunden hält um sie dann wieder zu entspannen.

Die PMR ist eine relativ einfach und schnell zu erlernende Entspannungsmethode bei der der Übende sehr schnell Erfolge erzielen kann. Er entwickelt schnell ein feineres Körperbewusstsein, ist somit in der Lage Empfindungen deutlicher wahrzunehmen, zuordnen und beschreiben zu können.

Bei regelmäßiger Anwendung wirkt sich die PMR positiv auf Symptome aus, die in Verbindung mit Angst, Spannung und Stress stehen, wie z.B.:

- Nervosität, Prüfungsangst
- Unkonzentriertheit
- Erschöpfung, depressive Verstimmungen
- Kopfschmerzen
- Migräne
- Schlafstörungen
- Rückenschmerzen

Wir werden zunächst die An- und Entspannungszyklen selber lernen und einüben. Im Anschluss daran werden wir den Übungsaufbau eines PMR-Angebotes für potentielle Klienten erstellen.

Unterrichtsplan:

- Theoretisches Hintergrundwissen
- Indikationen - Kontraindikationen
- Üben mit Kindern
- Vorbereiten und ausstatten des Übungsraumes,
- Günstige Übungszeiträume
- Achtsamkeitsübungen
- Einüben des 16-schrittigen Übungszyklus
- Einüben des 7-schrittigen Übungszyklus
- Einüben des 4-schrittigen Übungszyklus
- Reflektieren der gemachten Erfahrungen
- Einzel- oder Gruppenangebote
- Erstellen eines Übungszyklus für ein PMR Angebot
- Auswertung der gemachten Erfahrungen

Dozentin: Andrea Schmidt-Jungblut,
Lehrerin für Pflegeberufe
Psychologische Beraterin



Die Teilnehmer sind nach Abschluss des Kurses berechtigt,,
PMR als Seminarleiter/in professionell anzubieten

6.3. Touch for Health **- Beraterkurs -**

Touch for Health (TfH) ist Ende der 60er Jahre von Dr. John F. Thie (Chiropraktiker) aus der Applied Kinesiology entwickelt worden. Seine Intention war es, auch Laien eine Methode zur Gesundheitsvorsorge an die Hand zu geben.
Heute ist es die Basis für die gesamte Kinesiologie.

Mittels verschiedener Muskeltests erhält man ein aussagekräftiges Bild über den Zustand unseres Energiesystems.

Die Traditionelle Chinesische Gesundheitslehre mit ihren Meridianen und Akupressurpunkten ist der Bezugsrahmen, um Ungleichgewichte zu erkennen. Muskeltests geben uns auch darüber Auskunft, mit welchen Interventionen diese Dysbalancen auszugleichen sind.

Touch for Health gibt Ihren Klienten Unterstützung in vielen Lebensbereichen wie z. B. der Überforderung im privaten und beruflichen Alltag und / oder seelischen Belastungszuständen. Aber auch bei körperlichen Symptomen wie Allergien, Schmerzen, Migräne, Muskelverspannungen, Verdauungsproblemen, Rückenbeschwerden und / oder Übergewicht.

Auch die geistigen Fähigkeiten und das persönliche Lernpotential können aktiviert werden. Das hilft unter anderem bei Konzentrationsstörungen, Hyperaktivität, Gedächtnisschwäche, Lernschwierigkeiten, Prüfungsangst u.v.m...

Zusammenhänge und Lebensmuster werden erkannt und verstanden.
Sie können dadurch besser bewältigt, durchbrochen und verändert werden.
Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert und die Körperfunktionen verbessert.

Ihre Klienten werden hierbei in die Eigenverantwortung genommen, was als wichtiger Aspekt des Heilungsprozesses gilt.
Sie lernen, sich selbst zu helfen!

Touch for Health gibt nun jedem die Möglichkeit, seine Gesundheit durch Energiebalancen mit Hilfe des Muskeltests zu pflegen und zu fördern.

Dabei handelt es sich nicht um eine Therapie.

Die Arbeit mit TfH wird weder zur Diagnostik, noch zur Symptombehandlung eingesetzt.

"Touch for Health" besteht aus zwei Teilen,
die inhaltlich aufeinander aufbauen und
durch Zertifikate des IKC ausgezeichnet werden.

Teil I bringt die Energie im Körper in Schwung und bewirkt Dynamik, ein gutes Lebensgefühl und ganzheitliche Erholung.

- Umgang mit dem Muskeltest und die Vortests
- die 14 Grundmuskel und ihre korrespondierenden Meridiane
- das Stärken der Muskeln durch:
 - Massage neuro-lymphatischer Reflexzonen,
 - Halten neuro-vaskulärer Punkte,
 - Ausstreichen der Meridiane,
 - Genuss bestimmter Lebensmittel,
 - Massage von Muskelursprung und Muskelansatz
- die einfache Schmerzlinderung
- den emotionalen Stressabbau
- den Surrogattest
- Überkreuzbewegungen (Cross Crawl) bei Lern- und Konzentrationsstörungen
- Balance der Augen- und Ohrenenergie

Teil II lehrt unterscheiden zwischen unterschiedlichen Energiemustern

- weitere 14 Muskeltests
- die Gesetze der fünf chinesischen Elemente
- Yin und Yang
- die Anwendung der stärkenden Akupressur - Haltepunkte
- die Funktionskreislokalisierung
- Balancen mit dem Meridianrad
- die Farbbalance
- die Tageszeitbalance
- den emotionalen Stressabbau der Zukunft
- den Muskelaufbau
- die Alarmpunkte
- die Meridianmassage

Die Teilnehmer sind nach Abschluss des Kurses in der Lage, TfH als Berater/in professionell anzubieten.

Die TeilnehmerInnen erhalten 2 Zertifikate des IKC (International Kinesiologie College)

Dozentin: Jennifer Gerhold
Kranken- und Gesundheitspflegerin
Touch for Health Instructor



Die Aufbaukurse III und IV können bei Interesse separat gebucht werden.

6.4. Einführung in die Meditation und Chakrenarbeit

Schon Friedrich Schiller schrieb in seinem „Wallenstein“: „Es ist der Geist, der sich den Körper baue“. Die Neurowissenschaft beschäftigt sich seit einigen Jahren verstärkt mit diesem Fakt. Ärzte und Psychologen arbeiten - verstärkt auch in Kliniken – immer häufiger mit Meditation. Patienten oder Klienten, die täglich meditieren, d.h. ihre ordnende, heilende Kraft, ihre Mitte stärken, gesunden deutlich schneller, als die, die ausschließlich auf eine Heilung von außen warten.

Die Dozentin erklärt sehr praxisnah und anschaulich was wir unter dem Begriff „Chakren“ verstehen und wie wir mittels einer speziellen Meditationsart, der Lichtmeditation, unser Bewusstsein deutlich entwickeln können. Und damit unseren Körper, Gedanken, Gefühle gesunden können.

Es gibt Hunderte verschiedener Meditationsarten. Die Dozentin leitet Mediationen an, die entweder nährender oder klärender Art sind. Die geführten Meditationen gehen in ihrer Wirkung weit über reine Entspannungs- und Besinnungsmeditationen hinaus.

Die Chakrenarbeit ist eine Anwendung für Körper und Seele, die sehr erfolgreich zur Förderung des eigenen Kraftpotentials und zur Entspannung eingesetzt wird.

Alle Umwelteinflüsse dringen von außen, also über die Sinnesorgane in uns ein. Im gleichen Maße nehmen wir unsere Umwelt auch über unsichtbare Energiesysteme wie die Aura mit ihren zugehörigen Chakren wahr und diese können ebenso sofort oder später Veränderungen in unserem Organismus bewirken.

Die Informationen, die ständig in uns eindringen, unseren Körper und unsere Seele auf direktem Weg. Wir können diese nicht herausfiltern, wie dies z.B. mit dem Schließen der Augen möglich wäre. Die Sinnesfelder zum Aufnehmen dieser Informationen sind hochsensible Nervengewebe, welche wir als **CHAKREN** bezeichnen.

Sie filtern die Informationen aus unserer Aura und leiten diese in Form von Schwingungen und Impulsen an die Drüsen, Nerven und Organzellen weiter.

Alle Informationen, die in unsere Aura eindringen, werden also gesammelt und den Energiezentren (Chakren) zugeführt.

Wir unterscheiden hierbei sieben Hauptchakren, die unseren Körperhaushalt regulieren und unser Wohlbefinden beeinflussen.

Kommt es zu Blockaden und somit zu einer verminderten Schwingungsfähigkeit eines solchen Kraftfeldes, ist der Fluss der Lebensvitalität stört. Lichtmeditation und Chakrenarbeit führen zu einer ganzheitlichen Harmonisierung.

Unterrichtsplan:

Zuordnung der Chakren

Chakrenarbeit in Bezug zu den Sinnesorganen

Techniken zur Harmonisierung der Chakren

- Atemübungen

Erklärung der Lichtmeditation

Stärkung der Chakren durch die Lichtmeditation

Durchführung von Meditationen

Dozentin: Petra Deichmann,
Dipl. Oecotrophologin, Heilpraktikerin



6.5. Einführung in Yoga der Entspannung

Yoga ist eine alte indische Wissenschaft, die Körper und Geist gleichzeitig beansprucht, trainiert und fördert. Das Sanskrit-Wort "Yoga" bedeutet "Vereinigung", ein harmonisches Zusammenspiel von Körper und Geist in allen Aspekten des Lebens.

In den fast 5000 Jahre alten Büchern der Vedas wurde Yoga im Zusammenhang mit Ayurveda zum ersten Mal erwähnt. Yoga wurde entwickelt um die Gesundheit zu fördern und die mentale Disziplin zu schulen.

Die positiven Auswirkungen einer regelmäßigen Yoga Praxis sind weitreichend:

- Stressabbau über Stärkung der Muskulatur
- Verbesserung der Haltung
- Kräftigung des Rückens
- Stärkung des Immunsystems und
- des Selbstwertgefühls.

Ein umfassendes Entspannungskonzept des Yoga wird vermittelt durch

- Atemübungen
- Körperübungen
- Tiefenentspannung und
- Beobachtung der Aktivitäten des Geistes

Die Wahrnehmung und Lenkung des Atems durch gezielte Übungen wirken entspannend und energetisierend auf den gesamten Organismus.

Durch die Übung der tiefen Bauchatmung tritt ein Zustand der inneren Ruhe ein, die bewusst wahrgenommen werden kann.

Durch die aktive Lenkung und Vertiefung der Atmung verbessert sich die Sauerstoffaufnahme der Lunge und somit die Versorgung der Zellen.

Die Tiefenentspannung mit den Elementen der Körperwahrnehmung und der bewussten Anspannung und Entspannung der einzelnen Körperteile führt zu einer Sensibilisierung der Körperwahrnehmung und zu tiefen Phasen der Ruhe.

In diesem Seminar erhalten Sie eine Einführung in die Grundlagen des Yoga.

Unterrichtsplan:

Die Stellung von Yoga im Gesundheitssystem

Einführung in

- Atemübungen (Pranajama) und
- Atemschulung
- Körperübungen (Asanas)
- Tiefenentspannung nach Yoga
- Wahrnehmungsübungen für Körper und Geist
- Beobachtung der Aktivitäten des Geistes

Dozent: Rainer Brummelte,
Ernährungswissenschaftler, Yogalehrer



6.6. **Burn-out-Prophylaxe** - Aromen in der entspannungspädagogischen Praxis -

Burnout ist in aller Munde, aber deshalb noch lange keine Diagnose - noch nicht. Es ist aber sehr wohl ein beklagenswerter Zustand, der immer häufiger wird; und der verhängnisvolle Konsequenzen für den Betroffenen und sein Umfeld hat: Beruf, Partnerschaft, Familie, Freundeskreis, nicht zuletzt für die Gesundheit.

Unter Burnout (engl.: to burn out = ausbrennen) verstand man ursprünglich die negativen Folgen der beruflichen (Über-)Beanspruchung mit gemütsmäßiger Erschöpfung, innerer Distanzierung und schließlich Leistungsabfall. Oder - wie es früher beschrieben wurde -, ein "Stress-Syndrom der helfenden Berufe" bzw. auf einen kurzen Nenner gebracht: "Die Folgen von schlechten Bedingungen, unter denen viele gute Leute tätig sind". Inzwischen handelt es sich um ein reichlich komplexes Beschwerde- bzw. Leidensbild, das zwar immer mehr Betroffene belastet, aber nur zögerlich Eingang in Wissenschaft und Lehre und damit in Beratung, Klinik und Praxis findet.

Die Liste äußerer Belastungen wie Schicht- und Nachtarbeit, Personalmangel, Überstunden, Leistungsdruck ließe sich beliebig verlängern. Dabei ist aber folgendes zu beachten: Ihre Bedeutung bemisst sich nicht nach dem, was "man" für richtig hält, sondern orientiert sich an den Grenzen, die den Betroffenen seitens seiner seelischen, geistigen und körperlichen sowie psychosozialen Fähigkeiten her gesetzt werden – die psychologischen oder innerseelischen Aspekte eines Burn-out-Syndroms. Der/die Entspannungspädagoge/in kann seine Klienten effektiv dabei unterstützen, eine rechtzeitige und konsequente Vorbeugung zu betreiben.

Eine wirkungsvolle Methode stellt die Arbeit mit Aromen (ätherischen Ölen) dar. Düfte haben eine starke und vielfältige Wirkung auf Psyche und Körper. Der „Schlüssel zu dem Geheimnis“ liegt in den zahllosen Inhaltsstoffen. Primär wirken die Duftstoffe beim Menschen im limbischen System und beeinflussen die Zusammenarbeit der Botenstoffe (Transmitter und Hormone) im menschlichen Organismus. So wirken ätherische Öle psychisch angstlösend, antidepressiv und stimmungshebend. Die Essenzen oder ätherischen Öle bewirken eine seelische Umstimmung, regulieren aus der Balance geratenes und wirken gleichermaßen auf den Körper und die Seele, also im ganzheitlichen Sinne.

Unterrichtsplan:
Geschichtliche Entwicklung der Aromen
Inhaltsstoffe
Indikationen
Kontraindikationen
Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Verfahren
Was verstehen wir unter Burn-out
Symptome eines Burn-out
Burn-out-Prophylaxe



Dozentinnen: Ruth von Braunschweig,
Dipl. Biologin, Aromatherapeutin, Fachbuchautorin

Swantje König,
Ärztin



6.7. Körpersprache

Schon lange ist der große Stellenwert bekannt, den unsere Körpersprache in der zwischenmenschlichen Interaktion einnimmt. Unsere Wirkung auf Andere wird um einiges mehr als durch das gesprochene Wort von unserer Körpersprache bestimmt.

Sie ist im wahrsten Sinne unsere erste Muttersprache und kann unsere Beziehungen zu unseren Mitmenschen maßgeblich gestalten. Nicht selten geschieht dies, ohne dass es uns überhaupt bewusst wird.

Unsere Körpersprache wirkt jedoch auch in erheblichem Maße nach innen. Mit der modernen Wissenschaft wurde auch die Wechselwirkung zwischen unserem Körper und unserer Psyche entdeckt bzw. wiederentdeckt. Die junge Wissenschaft der Embodimentforschung hat in zahlreichen Untersuchungen gezeigt, wie sehr sich unsere eigenen Körperhaltungen, Bewegungen, unsere Mimik und Gestik auf unser eigenes Innenleben auswirken.

Diese Wechselwirkungen ermöglichen uns, mit Hilfe unserer Körpersprache nicht nur unsere Interaktion zu anderen Menschen günstig zu beeinflussen sondern auch effektiv auf unsere Psyche einzuwirken. So können wir unsere Gedankenwelt, unseren emotionalen Zustand und unsere Entscheidungen in einer Weise verändern, die sich heilend auf uns und unser Leben auswirkt. Einschränkende oder ungünstige Muster in unserem Erleben können effektiv überwunden werden.

Auf den Erkenntnissen des "Embodiment" arbeitet die Dozentin mit einer Technik, mit der die Körpersprache systematisch genutzt werden kann, um sowohl die eigene Innenwelt als auch zwischenmenschliche Kontakte zu verbessern.

Mit dieser Arbeit können gegenwärtige emotionale Zustände verändert werden. Auf Denk- und Verhaltensweisen kann aktiv Einfluss genommen werden. Über diese Wirkung nach innen, aber auch durch die direkte Wirkung nach außen können Beziehungen im Berufs- und Privatleben effektiv verbessert werden. Wer in Heil- oder Beratungsberufen arbeitet, kann darüber hinaus davon profitieren, dass durch diese Arbeit an der Körpersprache auch günstige innere und äußere Haltungen für den Klienten-/Patientenkontakt erzeugt werden können.

Neben den wissenschaftlichen Grundlagen wird in den Unterrichtstagen praktisch vermittelt, wie die eigene Körpersprache auch langfristig so verändert werden kann, dass die günstige Wirkung auf das eigene Erleben und auf das Gegenüber eintreten kann. In verschiedenen Übungen können die erzielten Wirkungen direkt erlebt werden. Besondere Betonung wird hier auch auf die Anwendung im Klienten-/Patientenkontakt gelegt.

Unterrichtsplan:

Wissenschaftliche Grundlagen zur Wechselwirkung von Körper und Psyche

Theoretische Grundlagen zur Körpersprache und körpersprachlichen Mustern

Wahrnehmungsübungen zur eigenen Körpersprache

Übungen zur Veränderung der Körpersprache

Praktische Übungen zur Anwendung körpersprachlicher Veränderungen

Praktische Übungen zur Anwendung körpersprachlicher Veränderungen im Kontakt mit einem Gegenüber

Dozentin: Swantje König

Ärztin,

Ausbildung `Medialität` beim Schweizerischen Verband für Natürliches Heilen (SVNH)

Lehrerin für Kampfkunst und ChiKung (EWTO)

6.8. EFT = Emotional Freedom Techniques und Binaural Beats

EFT ist eine Methode aus dem Feld der energetischen Psychologie.

Sie wird unterstützend und begleitend eingesetzt in der psychologischen Beratung, im Coaching und in der psychotherapeutischen Arbeit.

EFT lässt sich hervorragend im Umgang mit Klienten einsetzen, die eine Angst- und Stressproblematik zeigen.

Als Mittel der Selbstheilung und in der Hand des erfahrenen Therapeuten ergeben sich ungeahnte Möglichkeiten eines sanften und dennoch sehr effektiven Lösungsansatzes für emotionale und körperliche Probleme jeglicher Art

Die American Psychological Association hat im Jahre 2012 EFT als evidenzbasierte Methode anerkannt.

Bei der Emotional Freedom Technique handelt es sich um eine Form der Akupunktur, die ohne Nadeln ausgeführt wird. Die Stimulation bestimmter, klar definierter Meridianpunkte erfolgt über eine bestimmte Klopftechnik.

Professionell eingesetzt, ist die EFT eine wirksame Methode zur Anwendung in der Berater- oder Therapiepraxis. Ihr Schwerpunkt liegt in der Stabilisierung eines psychischen Gleichgewichts.

Kombiniert mit Binaural Beats eine äußerst effektive Methode zur Verbesserung der Lern- und Leistungsfähigkeit.

Binaural Beats sind Töne, die im Gehirn entstehen wenn zwei leicht unterschiedliche Frequenzen gleichzeitig abgespielt werden. Bedingt durch die Differenz der Töne entsteht eine so genannte Schwebung. Sie tritt allerdings nur auf, wenn der Frequenzunterschied unterhalb von 30 Hz liegt. Größere Unterschiede "bemerkt" das Ohr als schiefen Ton. Die Schwebung wird als gleichmäßig pulsierender Ton wahrgenommen, daher auch das Wort "Beats" in Binaural Beats.

Die sofortige Wirkung auf das Gehirn wird genutzt, um sich selbst in einen (nach Bedarf) konzentrierten oder entspannten mentalen Zustand zu versetzen.

Unterrichtsplan:

- Wissenschaftliche Grundlagen
- Theoretische Einführung in die EFT und Binaural Beats
- Indikationen
- Kontraindikationen
- Die 5 Punkte Methode der Herzintegration
- Die 2 Punkte Methode in der Hand
- Praktische Übungen zur Anwendung

Dozentin: Irmgard Wenzel
Heilpraktikerin



6.9. Mobbing

Der Begriff Mobbing stammt aus dem Englischen und ist abgeleitet von „to mob“ = belästigen, anpöbeln.

Der Verhaltensforscher Konrad Lorenz hat den Begriff Mobbing ursprünglich für ein Verteidigungsverhalten bei Tieren und der schwedische Arzt Peter Paul Heinemann für das Attackieren einer Person, deren Verhalten von der Gruppennorm abweicht. Erst der Arzt und Psychologe Heinz Leymann sprach von Mobbing in Bezug auf das Arbeitsleben. Im Rahmen seiner Forschungen beschäftigte er sich in den siebziger Jahren intensiv mit direkten und indirekten Angriffen in der Arbeitswelt. Veröffentlichungen, eindringliche Fallschilderungen, öffentliche Diskussionen, die Aufnahme der Thematik durch Unternehmensberater, Gewerkschaften, Arbeitgeber und andere Verbände sowie in der Medizin machten das Thema Mobbing zunehmend einer breiteren Öffentlichkeit bekannt.

Mobbing oder **Mobben** steht im engeren Sinn für „Psychoterror am Arbeitsplatz“ mit dem Ziel, Betroffene aus dem Betrieb hinauszuekeln.

Im weiteren Sinn wird der Begriff bedeutet Mobbing verwendet, wenn Menschen ständig bzw. wiederholt und regelmäßig schikaniert, gequält und seelisch verletzt werden.

Gemobbt wird z.B. in der Schule, im Verein, im Altersheim, im Gefängnis, im Internet. Typische Mobbinghandlungen sind die Verbreitung falscher Behauptungen, üble Nachrede, Zuweisung sinnloser Arbeitsaufgaben, Gewaltandrohung, soziale Isolation oder ständige Kritik an der Arbeit.

Das Thema Mobbing geht uns alle an.

Sei es als Betroffener, als Kollege, Partner oder Therapeut eines Betroffenen.

In diesem Seminar soll der Begriff in seiner ganzen Tragweite umrissen, sowie das Ausmaß der Folgen für das Opfer sowie dessen soziales Umfeld erarbeitet werden. An praktischen Beispielen werden wir uns in die Welt des Opfers, aber auch die des Täters einfinden. Schließlich soll nach Lösungen gesucht werden, wie man die Eskalation von Konflikten am Arbeitsplatz vermeiden und Handlungskonzepte entwerfen kann, um Auswege aus der für alle Beteiligten misslichen Lage zu finden.

Themenplan:

- Fakten zum Mobbingausmaß
- Mobbinghandlungen
- typische Täter, typische Opfer
- soziologische-/psychologische Aspekte der Mobbingfolgen
- Konfliktberatung (Prävention und Hilfe)
- Rechtliches

Dozent: Dr. phil. Michael Pape
Magister Artium, Dipl. Soz.Päd.
Verhaltenstherapeut (KVT)



6.10 Psychophysiognomie **„Das Gesicht, die Landkarte des Lebens“**

„Der Mensch ist nie anders als er aussieht“. Nach Carl Huter, dem Begründer der Psychophysiognomie, hat jedes Gesichts- und Körperareal eine Bedeutung.

Daneben lehrt dieses System die Krafrichtungsordnung (in welcher emotionalen Kraft steht der Mensch in diesem Moment) und, nicht zuletzt, daraus resultierend das Erkennen von Gesundheit und Krankheit.

Jeder von uns besitzt die Fähigkeit, aus Gesichtern lesen zu können, den meisten ist es nur nicht bewusst.

Die Referentin vermittelt im Unterricht, wie Sie im Gesicht „Lebenslandkarten“ lesen lernen; in Therapie und Beratung in der Lage sind, den derzeitigen Stand im Leben des Patienten/Klienten festzustellen und zu sehen, wo Hemmungen bestehen und welche Unterstützungen benötigt werden.

Lernen, den Menschen als ganzheitliches Wesen im ersten Moment der Begegnung zu erfassen.

Unterrichtsplan:

- Was ist, was kann und was will die Psychophysiognomie - Überblick/Demonstration
- Unterscheidung der Merkmale von
 - Tat und Bewegung
 - Ökonomie und Ruhe
 - Geist und Verfeinerung
 - Innenspannung, Unausgeglichenheit und Destruktivität
 - Interesselosigkeit und Gleichgültigkeit
 - Harmonie und Ausgeglichenheit
 - sich verändernden Kräfte im Menschen
 - Triebe und Antriebe
 - Unterschiedlichem Denken
 - Ökonomischem Verhalten
 - Urvertrauen und Glaube
 - Dynamik, Selbstvertrauen, Qualitätsbewusstsein
 - Familiensinn
 - Selbstverwirklichung
 - Genussbegehren
 - seelischem Bedürfnis
 - Impulskraft, Durchsetzungskraft, Widerstandskraft
- Pathophysiognomische Hinweise auf den bestehenden Mangel oder Überfluss, funktionelle und organische Störungen sichtbar in Gesicht, Zunge und Hand.

Dozentin: Irmgard Wenzel
Heilpraktikerin



6.11. Sucht

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat Sucht 1957 folgendermaßen definiert: Sucht ist "ein Zustand periodischer oder chronischer Vergiftung, hervorgerufen durch den wiederholten Gebrauch einer natürlichen oder synthetischen Droge und gekennzeichnet durch 4 Kriterien:

- Ein unbezwingbares Verlangen zur Einnahme und Beschaffung des Mittels,
- eine Tendenz zur Dosissteigerung (Toleranzerhöhung),
- die psychische und meist auch physische Abhängigkeit von der Wirkung der Droge,
- die Schädlichkeit für den einzelnen und/oder die Gesellschaft."

Nach einer Definition der Weltgesundheitsorganisation gilt jede Substanz als Droge, die in einem lebenden Organismus Funktionen zu verändern vermag. Dieser erweiterte Drogenbegriff erfasst nicht nur Cannabisprodukte, Halluzinogene, Stimulantien, Schnüffelstoffe, Schlaf- und Beruhigungsmittel, Alkohol, Tabakerzeugnisse, Schmerzmittel, Opiate und Kokain. Er bezieht sich auch auf Alltagsdrogen wie z.B. Kaffee und Tee und grenzt Drogen einerseits sowie Genuss- und Lebensmittel andererseits nicht mehr trennscharf voneinander ab.

"Sucht zeigt sich als latente Suchthaltung und als manifestes süchtiges Verhalten. Süchtiges Verhalten mit Krankheitswert liegt vor, wenn dieses nicht mehr angesichts einer Flucht- oder Unwohlsituation eintritt, sondern zu einem eigendynamischen, zwanghaften Verhalten wird, das sich selbst organisiert hat und sich rücksichtslos beständig zu verwirklichen sucht."

Suchterkrankungen greifen immer weiter um sich.

Nicht nur die illegalen Drogen, die wegen der Beschaffungskriminalität und der hohen sozialpolitischen Folgekosten ein großes Problem darstellen, sondern auch die Risiken legaler Suchtmittel sollen hier behandelt werden. Gerade Letztere sind es, die in der psychotherapeutischen Praxis eine große Rolle spielen.

Erhöhter Alkoholkonsum, um dem Alltagsstress zu entfliehen, Medikamentenmissbrauch, durch den nicht selten nach körperlichen Beschwerden psychische folgen, oder auch das Suchtpotential moderner Medien scheinen nur schwer kontrollierbar.

Wir wollen lernen, treffende Diagnosen zu stellen sowie Ursachen und aufrechterhaltende Bedingungen der Sucht zu erkennen.

Schließlich wird der Suchttherapie Bedeutsamkeit gewidmet.

Themenplan:

- Daten und Fakten zu Suchterkrankungen
- illegale psychotrope Substanzen wie Opioide, Halluzinogene usw.
- legale psychotrope Substanzen wie Alkohol, Medikamente usw.
- Ursachen und Folgen von Suchterkrankungen
- Therapie und Prävention

Dozent: Dr. phil. Michael Pape
Magister Artium, Dipl. Soz.Päd.
Verhaltenstherapeut (KVT)



7. WEGE AUS DER PRÜFUNGSANGST !

Anleitung zur stressarmen Bewältigung einer anstehenden Prüfung z.B. der Heilpraktikerüberprüfung

Spätestens am Ende einer jeden Ausbildung steht jedem Studierenden eine Prüfung bevor. Nach dem jahrelangen Einsatz von Zeit und Energie sind diese Abschlussprüfungen sehr oft mit Anspannung, bei einigen sogar mit Panik überfrachtet.

Die Prüfungsangst ist uns nicht immer bewusst und kann sich in 4 Bereichen äußern:

- im seelischen Befinden: Sie fühlen sich ängstlich, unsicher, reizbar, haben Stimmungsschwankungen und Unlustgefühle.
- in der geistigen Leistungsfähigkeit: Sie haben Denkblockaden, Konzentrations-, Aufmerksamkeits- oder Merkfähigkeitsstörungen, Selbstzweifel, Grübelgedanken
- im körperlichen Bereich: Sie leiden z.B. unter innerer Unruhe, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Durchfall, Verstopfung, Müdigkeit, Schwindelgefühlen, Kloßgefühlen, Herzstechen, Heißhungerattacken oder Appetitverlust.
- im Verhalten: Sie nehmen Beruhigungstabletten, trinken viel Alkohol, essen mehr, als sie benötigen, flüchten in unwichtige Routinearbeiten.

Da starke Prüfungsangst daran hindert, den erlernten Stoff optimal abzurufen, beschäftigen Sie sich in diesem Seminar mit effektiven Strategien zum Abbau dieser.

Sie sollen befähigt werden, sich mit den individuellen Ursachen stressinduzierender Bedingungen auseinanderzusetzen und auf dieser Basis adäquate Mechanismen zur Bewältigung von Prüfungs- / Belastungssituationen zu entwickeln.

In dem **6 Stunden** umfassenden Seminar beschäftigen Sie sich unter der Leitung eines berufserfahrenen Diplom-Psychologen mit folgenden Themen:

- Schilderung persönlicher Seminarwünsche
 - Physiologische Bedingungen des Stress
 - Kurzfristige und langfristige Wirkungen von Stress im Organismus
 - Beziehung zwischen Leistung und dem Grad der Anspannung
 - Kognitive Stressinduktion
- Gruppenbildung: Erarbeitung individueller Problemstellungen
- Plenum: Diskussion und Hierarchisierung der entwickelten Problemsituationen
- Entspannungsübung: PMR
- Interventionstechniken
 - Atemtechnik
 - Gedankenstopp
 - Kognitive Umstrukturierung
 - Systematische Desensibilisierung
 - Auswahl geeigneter Interventionstechniken für spezifische Problemlagen
 - Bearbeitung individueller Probleme unter Einsatz von Entspannung,
 - Rollenspiel, sokrat. Dialog, SD, etc.

Dozent: Bernd Lehnert
Diplom-Psychologe
Fachpsychologe für Verkehrspsychologie (BDP)
Supervisor (BDP)



8. INTENSIVVORBEREITUNG auf die AMTSÄRZTLICHE ÜBERPRÜFUNG beim GESUNDHEITSAMT

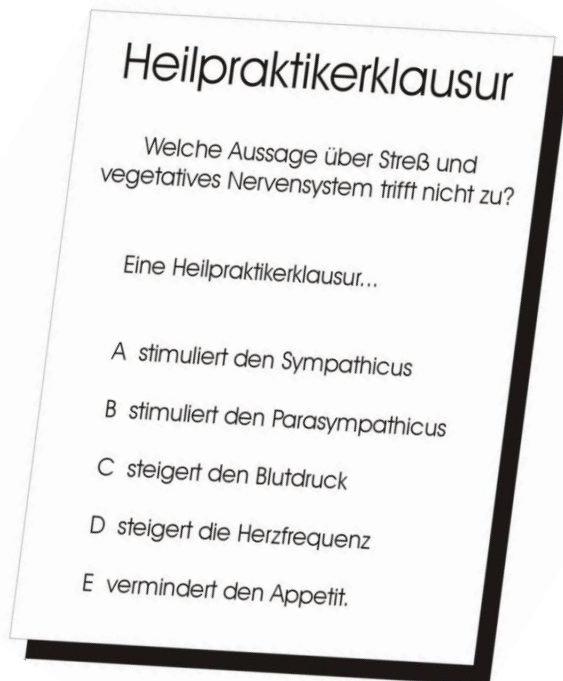
In dem **9 Stunden** umfassenden Unterrichtsblock bereitet Sie ein klinisch erfahrener Mediziner durch:

- Intensivwiederholung prüfungsrelevanter Themen
- Simulierte „Amtsarztprüfung“

intensiv auf die amtsärztliche Überprüfung beim Gesundheitsamt vor.

Der Prüfungsvorbereitungskurs wird 2 x jährlich angeboten.

Institutsinterne Statistiken belegen eine Bestehensquote unserer Absolventen von über 90 %



SCHULINTERNE LEHRPRAXIS

Im Rahmen Ihrer Ausbildung zum/r Heilpraktiker/in und Gesundheits- und Ernährungsberater/in werden Ihnen durch unsere DozentInnen mit langjähriger Berufserfahrung bereits Kasuistiken aus der täglichen Praxis vorgestellt. Um die Theorie noch intensiver mit der praktischen Erfahrung in der Arbeit am Patienten verbinden zu können, besitzt die Schule eine **schulinterne Lehrpraxis**.

Die Leitung liegt in den Händen berufserfahrener Heilpraktiker und Oecotrophologen.

Sie haben als unser/e Schüler/in die Möglichkeit, den PraktikerInnen bei

- Anamneseerhebung
 - klinischer Untersuchung
 - Diagnosestellung
 - Erstellung eines Therapieplanes
 - Durchführung therapeutischer Maßnahmen
 - Praxisführung
 - Ernährungsberatung
 - Patientengespräch
- über die Schulter zu schauen.



Walter Piotrowski, Gernot Weddig und Norbert Langlotz geben ihr umfassendes Fachwissen und ihre Kompetenz aus langjähriger Praxiserfahrung mit den Schwerpunkten

- Irisdiagnostik
- Akupunktur
- Homöopathie
- Phytotherapie

gern an die angehenden KollegInnen weiter.



Rainer Brummelte ist der Fachmann für Ernährungsberatung. Angehende Gesundheits- und ErnährungsberaterInnen können von ihm lernen, wie eine professionelle Beratungssituation abläuft.



Lernen aus der Praxis – für die Praxis !!!

ZERTIFIKATE

Im Rahmen Ihrer Ausbildung erhalten Sie Zertifikate für folgende Naturheilverfahren

- Fußreflexzonenmassage
- Ausleitungsverfahren
- Phytotherapie
- Irisdiagnose - das Rezept aus dem Auge
- Biochemie
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur
- Ernährung
- Osteopathie/ Craniosacrale Therapie



TeilnehmerInnen, welche sich bereits während der Ausbildung qualifizieren und die Bezeichnung

Gesundheits- und Ernährungsberater/in

führen möchten, können sich nach dem Besuch des ernährungsmedizinischen Unterrichtsblockes der schulinternen Prüfung unterziehen.

Nach dem erfolgreichen Abschluss entsprechender Unterrichtsblöcke erhalten die TeilnehmerInnen folgende Zertifikate

- Übungsleiterin für Autogenes Training
- Übungsleiterin für PMR
- Touch for Health Berater/in

und können sich nach Abschluss der Ausbildung einer schulinternen Prüfung unterziehen, um die Bezeichnung

Entspannungspädagogin

zu führen.

