

Universitätsexperte

Verschiedene

Yoga-Therapie-Techniken
für die Krankenpflege



Universitätsexperte

Verschiedene Yoga-Therapie-Techniken für die Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: www.techtitute.com/de/krankenpflege/spezialisierung/spezialisierung-verschiedene-yoga-therapie-techniken-krankenpflege

Index

01

Präsentation

Seite 4

02

Ziele

Seite 8

03

Kursleitung

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

Seite 18

05

Methodik

Seite 24

06

Qualifizierung

Seite 32

01

Präsentation

In jedem Moment des Lebens ist körperliche Aktivität unerlässlich, da sie dazu beiträgt, das Wohlbefinden des Einzelnen zu erhalten. Aus diesem Grund hat sich die Yoga-Therapie als Alternative etabliert, nicht nur zur Aktivierung, sondern auch zur Rehabilitation bei verschiedenen Verletzungen oder Pathologien. Aus diesem Grund müssen sich die Fachleute in diesem Bereich über Meditations-, Atem- und Entspannungstechniken auf dem Laufenden halten und wissen, welche Vorteile sie in Phasen wie der Menstruation und der Schwangerschaft bieten. Daher ist das Studium dieses Programms eine effektive Investition, die es den Pflegekräften ermöglicht, sich in diesem Bereich zu 100% online fortzubilden. Ein Vorteil, der es ihnen ermöglicht, ihre Studienzeiten nach Belieben zu gestalten, ohne den Rest ihres Tagesablaufs zu beeinträchtigen.



“

Dank dieses Universitätsexperten werden Sie wissen, welche Atem- und Meditationstechniken Sie bei der Behandlung jedes einzelnen Patienten anwenden müssen. Schreiben Sie sich jetzt ein"

Heutzutage gibt es viele körperliche Erkrankungen, die chronische Schmerzen verursachen, die auf spezielle Weise mit starken Schmerzmitteln behandelt werden müssen, die wiederum andere Kollateralschäden verursachen können. Aus diesem Grund hat sich die Yoga-Therapie als eine dynamische und wohltuende alternative Behandlung für diese Art von Pathologien etabliert. Darüber hinaus erweisen sich ihre Pranayama- und Meditationstechniken als wirksame Methoden für Rehabilitationsprozesse.

Angesichts dieses Szenarios müssen die Fachleute des Sektors über die neuesten und innovativsten Behandlungsstrategien auf diesem Gebiet auf dem Laufenden bleiben. Das Studium dieses Universitätsexperten von TECH ist also die beste Gelegenheit, Ihr Wissen zu aktualisieren und Kompetenzen zu stärken, die in einem multidisziplinären Bereich wie der Yoga-Therapie von großer Bedeutung sind.

Dies wird durch einen umfassenden Lehrplan erreicht, der es den Studenten ermöglicht, die richtige Art und Weise zu überprüfen, eine Sitzung entsprechend den Fähigkeiten jeder Person und dem Problem, das sie behandeln möchten, zu planen. Darüber hinaus werden sie in der Lage sein, die wirksamsten Protokolle zur Verbesserung der körperlichen Verfassung von Anwendern mit Muskel- oder Lendenschmerzen zu analysieren und sich mit den neurophysiologischen Grundlagen von Meditations- und Entspannungstechniken zu beschäftigen.

Um einen bereichernden Lernprozess zu gewährleisten, hat die Fachkraft die Möglichkeit, *Relearning* zu nutzen, eine 100%ige Online-Methode, die von TECH konfiguriert wurde, um ihre praktischen Fähigkeiten auf die schnellste und flexibelste Weise zu erweitern. Zusätzlich stehen dem Studenten fachkundige Dozenten zur Verfügung, die über eine langjährige Erfahrung auf dem Gebiet des therapeutischen Yoga verfügen. Die Studenten werden auch Zugang zu Videos, Infografiken und anderen Multimedia-Materialien haben, die ihnen helfen werden, die komplexesten Konzepte in diesem Bereich zu verstehen.

Dieser **Universitätsexperte in Verschiedene Yoga-Therapie-Techniken für die Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten in verschiedenen Yoga-Therapie-Techniken für die Krankenpflege vorgestellt werden
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Praktische Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens genutzt werden kann
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Lektionen, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



Warten Sie nicht länger und aktualisieren Sie Ihre Kenntnisse im Umgang mit der Yoga-Therapie bei älteren Patienten"

“

Yoga hat sich als eine sehr wirksame Alternative zur Behandlung von körperlichen Beschwerden erwiesen, und im Gesundheitsbereich ist sein Einsatz sogar noch größer. Beginnen Sie jetzt mit diesem Programm und beherrschen Sie diese Aktivität in kurzer Zeit"

Zu den Dozenten des Programms gehören Fachleute aus der Branche, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie renommierte Fachleute von Referenzgesellschaften und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situierendes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

Der Studiengang ermöglicht es Ihnen, die fortgeschrittensten Entspannungstechniken wie Pranayama-Atmung und Kokyuhoo-Meditation zu vertiefen.

Sie werden therapeutische Yogasitzungen für Menschen mit Down-Syndrom leiten, mit dem Ziel, deren körperliche Aktivierung zu fördern.



02 Ziele

Das Hauptziel dieses Abschlusses ist es, den Fachleuten eine fortgeschrittene Weiterbildung in den Techniken zu bieten, die derzeit auf dem Gebiet der Yoga-Therapie eingesetzt werden. Dies geschieht durch innovative Inhalte, die es ihnen ermöglichen, ihr Verständnis für das Thema zu erweitern und Rehabilitationspläne zu erstellen, die auf die Bedürfnisse der Patienten zugeschnitten sind. Darüber hinaus soll jeder Teilnehmer durch didaktische Mittel wie *Relearning* und die Simulation realer Fälle praktische Fähigkeiten zu diesen Themen erwerben.





“

Ein Universitätsexperte mit den innovativsten Inhalten, der Ihnen die neuesten Fortschritte in der Yoga-Therapie zu 100% online näher bringen wird"



Allgemeine Ziele

- Aneignen der Kenntnisse und Fähigkeiten, die für die korrekte Entwicklung und Anwendung von Techniken der Yoga-Therapie aus klinischer Sicht erforderlich sind
- Erstellen eines Yoga-Programms, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert
- Vertiefen der Asanas, die sich am besten für die Charakteristika der Person und die vorliegenden Verletzungen eignen
- Vertiefen der Studien zur Biomechanik und ihrer Anwendung auf Asanas in der Yoga-Therapie
- Beschreiben der Anpassung der Yoga Asanas an die Krankheiten jeder Person
- Vertiefen des Studiums der neurophysiologischen Grundlagen bestehender Meditations- und Entspannungstechniken



Mit TECH positionieren Sie sich als Experte mit einem hohen Maß an Beherrschung der fortschrittlichsten Techniken der Yoga-Therapie"





Spezifische Ziele

Modul 1. Yoga in den verschiedenen evolutionären Momenten

- ♦ Erforschen der unterschiedlichen Bedürfnisse des Körpers und der Yogapraxis in verschiedenen Lebensabschnitten, wie Kindheit, Erwachsenenalter und Alter
- ♦ Erforschen, wie die Yogapraxis Frauen während des Menstruationszyklus und der Menopause helfen kann und wie man die Praxis an ihre Bedürfnisse anpassen kann
- ♦ Eingehen auf die Pflege und Praxis von Yoga während der Schwangerschaft und nach der Geburt und wie man die Praxis an die Bedürfnisse der Frauen in dieser Zeit anpassen kann
- ♦ Identifizieren der Angemessenheit der Yogapraxis für Menschen mit besonderen körperlichen und/oder sensorischen Bedürfnissen und wie Sie die Praxis an deren Bedürfnisse anpassen können
- ♦ Erfahren, wie spezifische Yogasequenzen für jede Entwicklungsstufe und jedes individuelle Bedürfnis erstellt werden können
- ♦ Identifizieren und Anwenden der bewährten Praktiken, um die Sicherheit und das Wohlbefinden während der Yogapraxis in verschiedenen Entwicklungsphasen und besonderen Situationen zu gewährleisten

Modul 2. Atemtechniken

- ♦ Beschreiben der Physiologie des Atmungssystems und wie sie mit der Pranayama-Praxis zusammenhängt
- ♦ Eintauchen in die verschiedenen Arten der Atmung und wie sie sich auf das Atmungssystem und den Körper im Allgemeinen auswirken
- ♦ Erkennen der verschiedenen Komponenten des Atems, wie Einatmung, Ausatmung und Zurückhalten, und wie jede einzelne die Physiologie des Körpers beeinflusst
- ♦ Vertiefen der Konzepte der Energiekanäle, oder Nadis, und wie sie mit der Physiologie der Atmung und der Praxis von Pranayama zusammenhängen

- ♦ Beschreiben der verschiedenen Arten von Pranayamas und wie sie sich auf die Physiologie von Körper und Geist auswirken
- ♦ Erkennen der grundlegenden Konzepte von Mudras und wie sie mit der Physiologie des Atems und der Praxis von Pranayama zusammenhängen
- ♦ Erforschen der Auswirkungen der Pranayama-Praxis auf die Physiologie des Körpers und wie diese Auswirkungen zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden beitragen können

Modul 3. Meditations- und Entspannungstechniken

- ♦ Beschreiben der neurophysiologischen Grundlagen von Meditations- und Entspannungstechniken in der Yogapraxis
- ♦ Eingehen auf die Definition des Mantra, seine Anwendung und seinen Nutzen in der Meditationspraxis
- ♦ Identifizieren der inneren Aspekte der Yoga-Philosophie, einschließlich Pratyahara, Dharana, Dhyana und Samadhi, und wie sie sich auf die Meditation beziehen
- ♦ Untersuchen der verschiedenen Arten von Gehirnströmen und wie sie während der Meditation im Gehirn auftreten
- ♦ Erkennen der verschiedenen Arten von Meditation und geführten Meditationstechniken und wie sie in der Yogapraxis angewendet werden
- ♦ Eingehen auf das Konzept der Achtsamkeit, seine Methoden und die Unterschiede zur Meditation
- ♦ Eingehen auf Savasana, wie man eine Entspannung anleitet, die verschiedenen Arten und Anpassungen
- ♦ Erkennen der ersten Schritte von Yoga Nidra und seiner Anwendung in der Yogapraxis

03 Kursleitung

Der Lehrkörper dieses Programms besteht aus einer Gruppe von Fachleuten mit umfassender Erfahrung auf dem Gebiet der Yoga-Therapie. Auf diese Weise erhalten Sie eine umfassende Fortbildung in den modernsten Techniken, die in dieser Disziplin angewandt werden und die der Behandlung von Menschen mit chronischen Schmerzen dienen. Darüber hinaus hat dieser Lehrkörper einen umfassenden Überblick über die aktuellen Anforderungen dieses Sektors, so dass Sie eine qualitativ hochwertige pädagogische Anleitung erhalten werden.





“

Lernen Sie von den besten Fachleuten auf diesem Gebiet und erhalten Sie innovative Kenntnisse über die neuesten Meditationstechniken"

Internationaler Gastdirektor

Als Direktorin für Ausbilder und Leiterin der Fortbildung am Integral Yoga Institute in New York ist Dianne Galliano international eine der wichtigsten Persönlichkeiten in diesem Bereich. Ihr akademischer Schwerpunkt lag vor allem auf **therapeutischem Yoga**, mit mehr als 6.000 dokumentierten Stunden Unterricht und Fortbildung.

Zu ihren Aufgaben gehören Mentoring, die Entwicklung von Fortbildungsprotokollen und -kriterien sowie die Weiterbildung von Ausbildern des Integral Yoga Institute. Sie kombiniert diese Arbeit mit ihrer Rolle als **Therapeutin** und **Ausbilderin** in anderen Einrichtungen wie dem The 14TH Street Y, dem Integral Yoga Institute Wellness Spa und Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Ihre Arbeit erstreckt sich auch auf die **Erstellung** und **Leitung** von **Yogaprogrammen**, die Entwicklung von Übungen und die Beurteilung von Herausforderungen, die auftreten können. Im Laufe ihrer Karriere hat sie mit vielen verschiedenen Personengruppen gearbeitet, darunter Männer und Frauen älteren und mittleren Alters, Menschen vor und nach der Geburt, junge Erwachsene und sogar Kriegsveteranen mit einer Reihe von körperlichen und geistigen Gesundheitsproblemen.

Für jeden von ihnen leistet sie eine sorgfältige und individuelle Arbeit. Sie hat Menschen mit Osteoporose, nach einer Herzoperation oder nach Brustkrebs, Schwindel, Rückenschmerzen, Reizdarmsyndrom und Adipositas behandelt. Zudem besitzt sie mehrere Zertifizierungen, darunter E-RYT 500 von Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) von American Health Training und Certified Exercise Instructor vom Somatic Movement Centre.



Fr. Galliano, Dianne

- Direktorin des Integral Yoga Institute, New York, USA
- Ausbilderin für Yoga-Therapie im The 14TH Street Y
- Yogatherapeutin im Integral Yoga Institute Wellness Spa in New York City
- Therapeutische Ausbilderin bei Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Hochschulabschluss in Grundschulpädagogik an der State University of New York
- Masterstudiengang in Yoga-Therapie an der Universität von Maryland

“

Dank TECH werden Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen können"

Leitung



Fr. Escalona García, Zoraida

- Vizepräsidentin der Spanischen Vereinigung für Yoga-Therapie
- Gründerin der *Air-Core*-Methode (Kurse, die TRX und funktionelles Training mit Yoga kombinieren)
- Ausbilderin in Yoga-Therapie
- Hochschulabschluss in Biowissenschaften von der Autonomen Universität von Madrid
- Kurs in Lehrkraft für: Progressives Ashtanga Yoga, FisiomYoga, Myofasiales Yoga, Yoga und Krebs
- Kurs in Ausbildung zur Floor-Pilates-Lehrkraft
- Kurs in Phytotherapie und Ernährung
- Kurs in Meditationslehrkraft

Professoren

Hr. Ferrer, Ricardo

- ♦ Direktor des Europäischen Yoga Instituts
- ♦ Direktor der Schule Centro de Luz
- ♦ Direktor der Nationalen Schule für Evolutionäres Reiki
- ♦ Ausbilder für Hot Yoga im Zentrum des Lichts
- ♦ Ausbilder für Power Yoga-Lehrer
- ♦ Ausbilder für Yoga-Lehrer
- ♦ Ausbilder für Ashtanga Yoga und Progressives Yoga
- ♦ Lehrer für Tai Chi und Qi Gong
- ♦ Lehrer für *Body Intelligence Yoga*
- ♦ Instruktor für Sup Yoga

Fr. Salvador Crespo, Inmaculada

- ♦ Koordinatorin des Europäischen Instituts für Yoga
- ♦ Yoga- und Meditationslehrerin am IEY
- ♦ Spezialistin für Integrales Yoga und Meditation
- ♦ Spezialistin für Vinyasa Yoga und *Power Yoga*
- ♦ Spezialistin für Yoga-Therapie

Fr. Bermejo Busto, Aránzazu

- ♦ Übersetzerin des Moduls Yoga für Kinder mit Autismus und besonderen Bedürfnissen in Zusammenarbeit mit Louise Goldberg
- ♦ Online-Ausbilderin für Yogaespecial-Lehrer
- ♦ Mitarbeiterin und Yoga-Ausbilderin für die Spanische Vereinigung Yogaespecial, im Unternehmen Enseñanzas Modernas, an der Schule Om Shree Om, im SatNam-Zentrum, im Sportzentrum Cercedilla und vielen anderen
- ♦ Lehrerin für Yoga, Meditation und Koordinatorin in Wellness-Kursen
- ♦ Yogaunterricht in Einzelsitzungen für Kinder mit Behinderungen und besonderen Bedürfnissen durch den Verein Respirávila
- ♦ Veranstaltung und Gestaltung von Yogareisen nach Indien
- ♦ Ehemalige Direktorin des Yamunadeva-Zentrums
- ♦ Gestalt- und Systemische Therapeutin am Yamunadeva-Zentrum
- ♦ Masterstudiengang in Bewusstem Atmen am IRC
- ♦ Kurs in Nada Yoga mit der Schule Nada Yoga Brazil, in Zusammenarbeit mit der Nada Yoga School von Rishikesh
- ♦ Kurs in der Playtherapie-Methode, therapeutische Begleitung mit Playmobil
- ♦ Online-Yoga-Kurs mit Louise Goldberg vom Yoga Center of Deerfield Beach, Florida



Nutzen Sie die Gelegenheit, sich über die neuesten Fortschritte auf diesem Gebiet zu informieren und diese in Ihrer täglichen Praxis anzuwenden“

04

Struktur und Inhalt

Die modernsten Techniken des Yoga haben es geschafft, als wirksame Alternativen im Bereich der Rehabilitation von Verletzungen und der Schmerzlinderung im Bereich der Gesundheit eingesetzt zu werden, so dass sich immer mehr Patienten für diese Aktivität interessieren. Aus diesem Grund hat TECH die wichtigsten Innovationen in diesem Bereich in einen umfassenden Lehrplan integriert, in dem die Fachkräfte fortgeschrittene Kenntnisse erwerben und in den neuesten klinischen Praktiken auf den neuesten Stand gebracht werden, so dass sie in der Lage sind, Sitzungen dieser Disziplin in verschiedenen Altersgruppen auf effiziente Weise zu besuchen.



“

Strukturieren Sie ein spezielles Programm für die Durchführung von Yoga während der Schwangerschaft und helfen Sie der Mutter, ihre körperliche Aktivität in dieser Phase aufrechtzuerhalten"

Modul 1. Yoga in den verschiedenen evolutionären Momenten

- 1.1. Kindheit
 - 1.1.1. Warum ist das wichtig?
 - 1.1.2. Vorteile
 - 1.1.3. Wie sieht eine Klasse aus?
 - 1.1.4. Beispiel für einen angepassten Sonnengruß
- 1.2. Frauen und der Menstruationszyklus
 - 1.2.1. Menstruationsphase
 - 1.2.2. Follikuläre Phase
 - 1.2.3. Ovulatorische Phase
 - 1.2.4. Lutealphase
- 1.3. Yoga und der Menstruationszyklus
 - 1.3.1. Ablauf der Follikelphase
 - 1.3.2. Ablauf der ovulatorischen Phase
 - 1.3.3. Ablauf der Lutealphase
 - 1.3.4. Abfolge während der Menstruation
- 1.4. Menopause
 - 1.4.1. Allgemeine Überlegungen
 - 1.4.2. Körperliche und hormonelle Veränderungen
 - 1.4.3. Vorteile der Praxis
 - 1.4.4. Empfohlene Asanas
- 1.5. Schwangerschaft
 - 1.5.1. Warum praktizieren
 - 1.5.2. Asanas im ersten Trimester
 - 1.5.3. Asanas im zweiten Trimester
 - 1.5.4. Asanas im dritten Trimester
- 1.6. Postpartum
 - 1.6.1. Körperliche Vorteile
 - 1.6.2. Geistige Leistungen
 - 1.6.3. Allgemeine Empfehlungen
 - 1.6.4. Übung mit dem Baby

- 1.7. Das Alter
 - 1.7.1. Die wichtigsten Pathologien, denen wir begegnen werden
 - 1.7.2. Vorteile
 - 1.7.3. Allgemeine Überlegungen
 - 1.7.4. Kontraindikationen
- 1.8. Körperliche Behinderung
 - 1.8.1. Hirnschädigung
 - 1.8.2. Schädigung des Rückenmarks
 - 1.8.3. Schäden an den Muskeln
 - 1.8.4. Wie man eine Klasse gestaltet
- 1.9. Sinnesbehinderung
 - 1.9.1. Gehör
 - 1.9.2. Visuell
 - 1.9.3. Sinnesorgane
 - 1.9.4. Wie man eine Sequenz entwirft
- 1.10. Allgemeine Überlegungen zu den häufigsten Behinderungen, denen wir begegnen werden
 - 1.10.1. Down-Syndrom
 - 1.10.2. Autismus
 - 1.10.3. Zerebrale Lähmung
 - 1.10.4. Intellektuelle Entwicklungsstörung

Modul 2. Atemtechniken

- 2.1. Pranayama
 - 2.1.1. Definition
 - 2.1.2. Ursprung
 - 2.1.3. Vorteile
 - 2.1.4. Konzept von Prana
- 2.2. Arten der Atmung
 - 2.2.1. Abdominal
 - 2.2.2. Thorakal
 - 2.2.3. Klavikulär
 - 2.2.4. Vollständige yogische Atmung

- 2.3. Reinigung der pranischen Energieleitbahnen oder Nadis
 - 2.3.1. Was sind die Nadis?
 - 2.3.2. Sushuma
 - 2.3.3. Ida
 - 2.3.4. Pindala
- 2.4. Einatmung: puraka
 - 2.4.1. Abdominales Einatmen
 - 2.4.2. Zwerchfell- / Rippeneinatmung
 - 2.4.3. Allgemeine Überlegungen und Kontraindikationen
 - 2.4.4. Beziehung zu den Bandhas
- 2.5. Ausatmung: rechaka
 - 2.5.1. Abdominale Ausatmung
 - 2.5.2. Zwerchfell / Rippenausatmung
 - 2.5.3. Allgemeine Überlegungen und Kontraindikationen
 - 2.5.4. Beziehung zu den Bandhas
- 2.6. Einbehaltung: kumbakha
 - 2.6.1. Anthara Kumbhaka
 - 2.6.2. Bahya Kumbhaka
 - 2.6.3. Allgemeine Überlegungen und Kontraindikationen
 - 2.6.4. Beziehung zu den Bandhas
- 2.7. Reinigende Pranayamas
 - 2.7.1. Douti
 - 2.7.2. Anunasika
 - 2.7.3. Nadi Shodana
 - 2.7.4. Bhramari
- 2.8. Stimulierende und erfrischende Pranayamas
 - 2.8.1. Kapalabhati
 - 2.8.2. Bastrika
 - 2.8.3. Ujjayi
 - 2.8.4. Shitali

- 2.9. Regenerierende Pranayamas
 - 2.9.1. Surya Bheda
 - 2.9.2. Kumbaka
 - 2.9.3. Samavritti
 - 2.9.4. Mridanga
- 2.10. Mudras
 - 2.10.1. Was sind sie?
 - 2.10.2. Vorteile und wann sie einzubeziehen sind
 - 2.10.3. Die Bedeutung der einzelnen Finger
 - 2.10.4. Die wichtigsten Mudras, die in einer Praxis verwendet werden

Modul 3. Meditations- und Entspannungstechniken

- 3.1. Mantras
 - 3.1.1. Was sind sie?
 - 3.1.2. Vorteile
 - 3.1.3. Eröffnungs-Mantras
 - 3.1.4. Schluss-Mantras
- 3.2. Innere Aspekte des Yoga
 - 3.2.1. Pratyahara
 - 3.2.2. Dharana
 - 3.2.3. Dhyana
 - 3.2.4. Samadhi
- 3.3. Meditation
 - 3.3.1. Definition
 - 3.3.2. Körperhaltung
 - 3.3.3. Vorteile
 - 3.3.4. Kontraindikationen
- 3.4. Gehirnwellen
 - 3.4.1. Definition
 - 3.4.2. Klassifizierung
 - 3.4.3. Vom Schlaf zum Wachsein
 - 3.4.4. Während der Meditation

- 3.5. Arten der Meditation
 - 3.5.1. Spirituell
 - 3.5.2. Visualisierung
 - 3.5.3. Buddhistisch
 - 3.5.4. Bewegung
- 3.6. Meditationstechniken 1
 - 3.6.1. Meditation zur Erfüllung Ihrer Sehnsucht
 - 3.6.2. Meditation des Herzens
 - 3.6.3. Koryuhoo-Meditation
 - 3.6.4. Meditation des inneren Lächelns
- 3.7. Meditationstechniken 2
 - 3.7.1. Chakra-Reinigungsmeditation
 - 3.7.2. Meditation der liebenden Güte
 - 3.7.3. Meditation Geschenke der Gegenwart
 - 3.7.4. Meditation im Stillen
- 3.8. Mindfulness
 - 3.8.1. Definition
 - 3.8.2. Woraus besteht sie?
 - 3.8.3. Wie man sie anwendet
 - 3.8.4. Techniken
- 3.9. Entspannung/Savasana
 - 3.9.1. Schlusshaltung der Klasse
 - 3.9.2. Wie man sie ausführt und Anpassungen
 - 3.9.3. Vorteile
 - 3.9.4. Wie man eine Entspannung anleitet
- 3.10. Yoga Nidra
 - 3.10.1. Was ist Yoga Nidra?
 - 3.10.2. Wie sieht eine Sitzung aus?
 - 3.10.3. Phasen
 - 3.10.4. Beispiel für eine Sitzung





“

Die Relearning-Methode macht Ihre Lernerfahrung einzigartig und didaktisch wertvoll. Sie können bequem von zu Hause aus lernen und müssen keine starren Studienpläne einhalten"

05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.



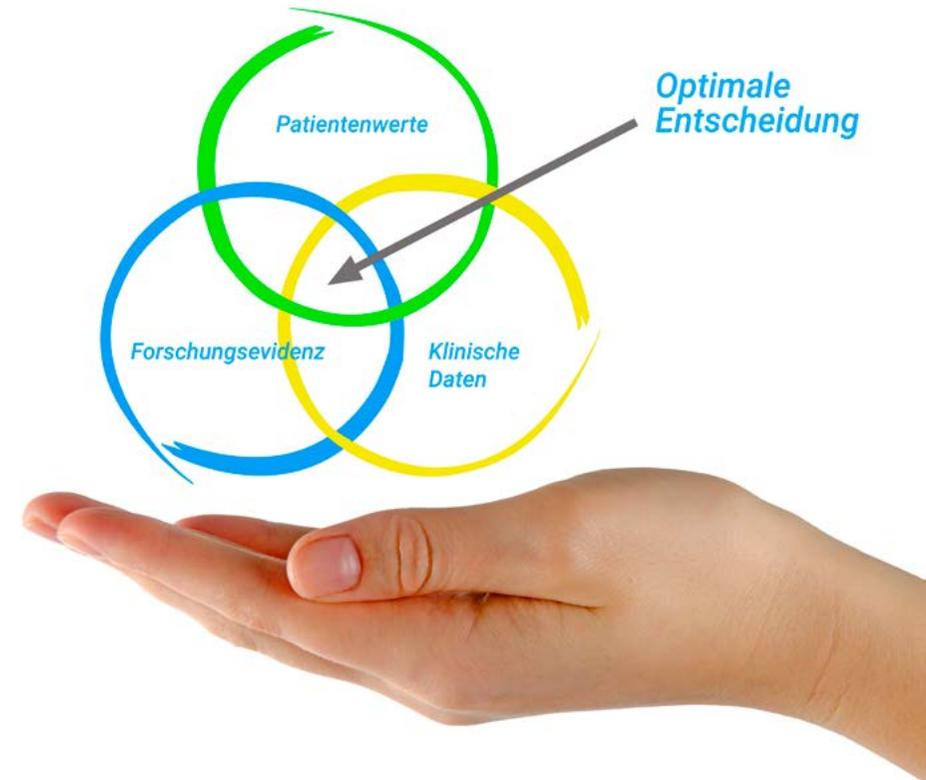
“

Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"

An der TECH Nursing School wenden wir die Fallmethode an

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Die Pflegekräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

Mit TECH erleben die Krankenpflegekräfte eine Art des Lernens, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem "Fall" wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die tatsächlichen Bedingungen in der beruflichen Pflegepraxis nachzustellen.

“

Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Pflegekräfte, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen zur Bewertung realer Situationen und zur Anwendung ihres Wissens.
2. Das Lernen ist fest in praktische Fertigkeiten eingebettet die es den Pflegekräften ermöglichen, ihr Wissen im Krankenhaus oder in der Primärversorgung besser zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

Die Pflegekraft lernt anhand realer Fälle und der Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.



Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methode wurden mehr als 175.000 Krankenpflegekräfte mit beispiellosem Erfolg in allen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der praktischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

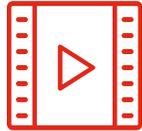
Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die das Hochschulprogramm unterrichten werden, speziell für dieses Programm erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



Pflegetechniken und -verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten Pflegetechniken näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie sie so oft anschauen können, wie Sie wollen.



Interaktive Zusammenfassungen

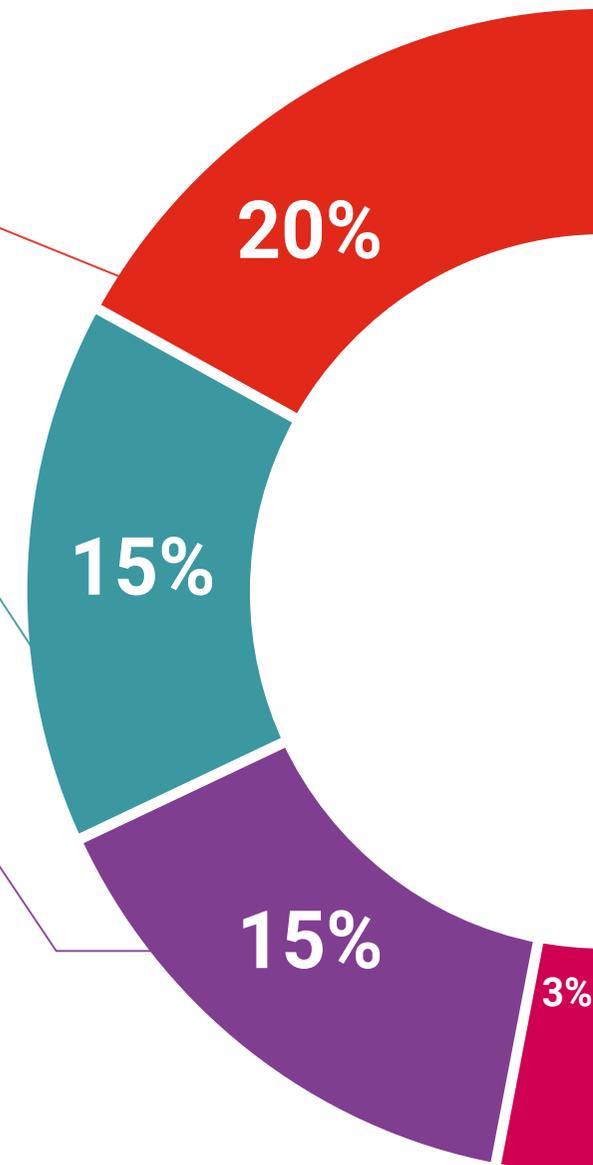
Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

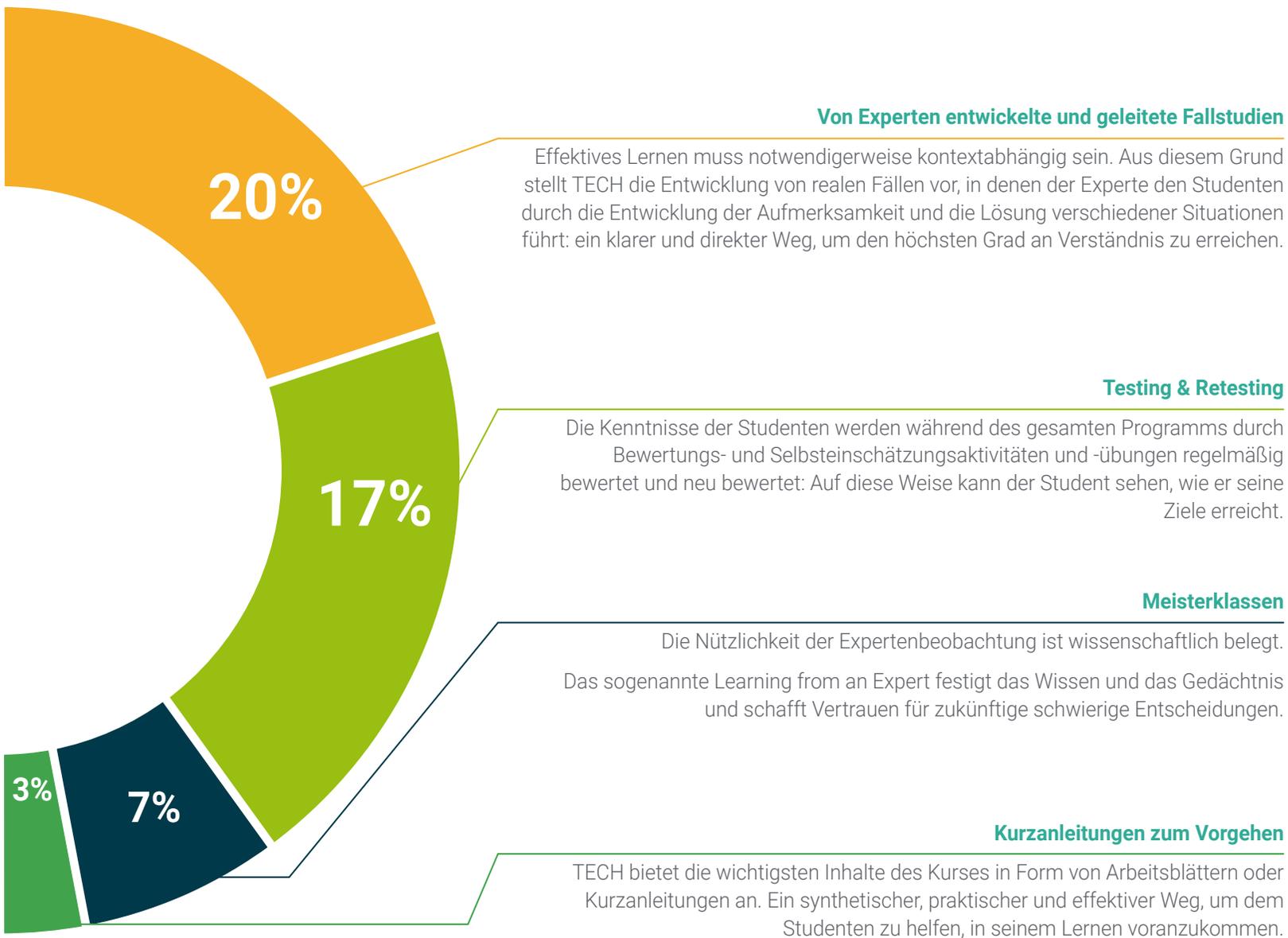
Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





06

Qualifizierung

Der Universitätsexperte in Verschiedene Yoga-Therapie-Techniken für die Krankenpflege garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss
ohne lästige Reisen oder Formalitäten”*

Dieser **Universitätsexperte in Verschiedene Yoga-Therapie-Techniken für die Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätsexperte in Verschiedene Yoga-Therapie-Techniken für die Krankenpflege**

Modalität: **online**

Dauer: **6 Monate**



*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen
erziehung information tutoren
garantie akkreditierung unterricht
institutionen technologie lernen

tech technologische
universität

Universitätsexperte

Verschiedene
Yoga-Therapie-Techniken
für die Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Universitätsexperte
Verschiedene
Yoga-Therapie-Techniken
für die Krankenpflege