

Titel | BBAT A - Grundkurs Basic Body Awareness Therapie - embodied identity

Das Wichtigste

Zeitraum	25. November bis 28. November 2024 09:00 - 17:00 Uhr
Ort	Reha Rheinfelden, Seminarraum Hochrhein/Alpenrhein
Kursleitung	Beat Streuli, Physiotherapeut FH, Prozessbegleiter GFK
Kursgebühr	CHF 920.00
Kursdauer	4 Tage
Kursnr.	24.50042

Beschreibung

Ressourcenorientierte Therapie bei Patienten mit chronischen Schmerzen und/oder psychosomatischen Beschwerden

Viele Menschen leiden heute unter chronischen Schmerzen. Stressbedingte, psychosomatische Erkrankungen, die mit dem Lebensstil oder den Lebensumständen zusammenhängen, nehmen erwiesenermassen zu und führen bei jüngeren wie älteren Menschen vermehrt zu Entfremdung und existenzieller Leere. Dadurch steigt auch die Häufigkeit der psychischen Erkrankungen an. Die betroffenen Menschen entwickeln in der Folge oft ein sehr spezielles und einseitiges Körperempfinden. Wir in den "helfenden Berufen" erleben diese Menschen häufig als schwierige und anstrengende Klienten.

Warum ist das so und wie können wir helfen? Wie können wir selber gesund bleiben?

Es ist wichtig, dass wir verstehen, wie Körperwahrnehmung (Embodiment) funktioniert und welche Bedeutung sie für unser Bewegungsverhalten und Selbsterleben hat. Um unseren Patientinnen und Patienten helfen zu können, müssen wir auch sehen und benennen können, wo in diesem Bereich ihre Schwächen, aber auch ihre Potenziale liegen. Wir brauchen zudem Instrumente, um die Patientinnen und Patienten in ihrem eigenen Verständnis ihrer Problematik abholen zu können. Ansonsten wird die Zusammenarbeit einmal mehr von beiden Seiten als schwierig erlebt. Frustration ist vorprogrammiert. Diesen und weiteren relevanten Themen werden wir im Kurs BBAT A nachgehen. Vor allem aber ist es ein praktisch orientierter Kurs, welcher die direkte Umsetzung in die praktische Arbeit ermöglicht.

Was ist BBAT?

BBAT ist eine physiotherapeutische Methode. Sie stammt ursprünglich aus Skandinavien und wird heute in vielen Ländern in stationärer und ambulanter Physiotherapie praktiziert. Sie eignet sich auch für die prophylaktische Behandlung. Die Methode bezieht biomechanische, physiologische, psychosozio-kulturelle und existenzielle Aspekte mit ein. Durch das Üben wird das Spannungsgleichgewicht im

Körper reguliert und dadurch die Möglichkeit geschaffen, körperliche und mentale Ressourcen zu stärken.

BBAT ist evidence – und experience based.

Wissenschaftliche Studien zeigen gute Effekte bei Menschen mit chronischen Schmerz- und Verspannungsbeschwerden, stressbedingten und psychosomatischen Symptomen sowie psychischen Störungen. Als ressourcenorientierte Methode mit einer ganzheitlich-holistischen Sichtweise findet die BBAT Anwendung in verschiedenen Bereichen.

Weitere Informationen zur Methode und Ausbildung: www.bodyawareness.ch

Kursinhalte

Der Kurs BBAT A ist der erste Kurs in der Ausbildung zur Therapeutischen Kompetenz in Basic Body Awareness Therapie. Er richtet sich an diplomierte Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten.

- Der Schwerpunkt liegt auf dem persönlichen Erleben und der Erfahrung mit den Übungen. Diese basieren auf Alltagsbewegungen im Liegen, Sitzen, Stehen und Gehen. Dazu kommen Stimm- und Partnerübungen, sowie spezifische Massagetechniken.
- Die theoretische Verankerung und die grundlegenden Theorien werden vorgestellt.
- Ausserdem beinhaltet dieser Kurs eine erste Einführung in die Beobachtung und Beurteilung von Bewegungsqualität (Assessment Body Awareness Scale - Movement Quality and Experience).

Termine

25.11.2024 / 26.11.2024 / 27.11.2024 / 28.11.2024

Kursziele

Die Kursteilnehmenden

- machen erste Erfahrungen mit den praktischen Übungen der Basic Body Awareness Therapie
- erwerben die Fähigkeit, sich diese Erfahrungen bewusst zu machen und sie beschreiben zu können
- lernen und verstehen den theoretischen und philosophischen Hintergrund von Basic BAT
- erwerben die Fähigkeit zu ersten klinischen Anwendungen von Basic BAT
- bekommen eine erste Einführung in die Beobachtung und Beurteilung von Bewegungsqualität (Assessment Body Awareness Scale - Movement Quality and Experience)

Mitbringen

- Bequeme Kleidung
- Warme Socken

Methodik

- Theoretische Präsentationen

- Praktisches Arbeiten
- Fallbeispiele
- Gruppenarbeiten
- Partnerarbeiten
- Plenumsdiskussion

Zielgruppe Fachpersonen für Physiotherapie

Lernzielkontrolle • Feedback durch die Kursleitung bei praktischen Übungen

Voraussetzungen Berufsdiplom

Selbstlernaktivitäten • Eigenerfahrung
• Selbstreflexion

Zusätzliche Info Weitere Informationen zur Methode und Ausbildung: www.bodyawareness.ch

Literaturempfehlung: »BASIC BODY AWARENESS THERAPIE – embodied identity«
von Amanda Lundvik Gyllensten, Kent Skoglund, Inger Wulf.