

Gesundheitsprogramm

Trauma im Kopf – Hilfe bei Migräne und Kopfschmerzen



A. Allgemeine Informationen zum Kopfschmerz - Gesundheitsprogramm

Unser Gesundheitsprogramm ist eine radikale Neubetrachtung der Ursachen von Kopfschmerzen und Migräne und deren Behandlungs- und Heilungsmöglichkeiten.

Auch wenn die biologischen Komponenten, wie die Durchblutung der Gefäße und die Rolle des Serotonins nicht zu vernachlässigen sind, gehen wir überwiegend auf die psychischen und psychosomatischen Hintergründe ein.

Neue Erkenntnisse und Erfahrungen aus körperzentrierten und transpersonalen Therapieformen zeigen, dass es fast immer einen Zusammenhang zwischen Stress und Migräne oder Kopfschmerzen gibt. Diesem Stress liegt oftmals eine traumatische oder stressvolle Erfahrung aus der frühesten Kindheit und Säuglingszeit zu Grunde.

Die frühkindlichen Erfahrungen verursachten Veränderungen in den Nervenschaltungen des Gehirns, so dass eine Selbstregulation im Erwachsenenalter schwieriger bewältigt werden kann.

Spannungszustände werden im Körper und im emotionalen System gespeichert und das Unterbewusstsein sucht sich Reaktionsmechanismen, um diese Spannungen zu entladen.

Diese Mechanismen führen zu immer wiederkehrenden Reaktionsmustern oder Reaktionsschleifen, die im normalen Bewusstsein nicht zu durchbrechen sind.

Der Spannungszustand im System sucht sich einen Ausweg und führt daher zu immer wiederkehrenden Kopfschmerzen oder Migräne.

Mit Medikamenten ist es dann möglich, diese Schleifen zu unterbrechen und Erleichterung zu verschaffen. Aber die auslösenden Ursachen werden damit nicht behoben.

Behandlungsmethoden, die die tiefen und oftmals alten Erfahrungen und die körperlichen und emotionalen Verspannungen berücksichtigen, können daher zu nachhaltigen Resultaten führen.

Menschen, die die Methoden des Migräne-Kopfschmerz-Programms erfahren haben, erzählen oftmals schon nach wenigen Sitzungen von einer spürbaren Erleichterung. Für den nachhaltigen Effekt ist allerdings eine tiefgehende individuelle Erforschung und Betrachtung nötig.

„Warum baut das Körpersystem immer wieder Spannungszustände auf und welche Möglichkeiten gibt es, diese Spannungen dauerhaft zu reduzieren oder vollständig aus dem System zu entlassen? Dieser Frage gehen wir nach.“ (Emmy Verlaak)



B. Inhalte der Ausbildung

Basis Modul 1: Migräne und Kopfschmerzen - Ich bin nicht allein damit

- Warum und was tut meinem Kopf weh? Ursachen erkennen und verstehen
- Mein Körper - Spiegel meiner Seele, Erkennen – Erforschen – Experimentieren
- Spannung und Entspannung – Pole des Lebens
- Meine Stressskala und ihre Wirkung auf mich und mein Leben
- Stressauslösende Faktoren im Alltag reduzieren
- MBA (Meditation-Bewegung-Atmung) für den Alltag
- Holistic Base(d) Therapy versus traditionelle Therapien bei Migräne & Kopfschmerzen

Modul 2: Das Trauma im Kopf

- Was deine Vergangenheit mit deinen Kopfschmerzen zu tun hat
- Schock- und Entwicklungstrauma - die unterschätzte Bedeutung für Kopfschmerzen
- Traumatische Belastungen erkennen, verstehen, transformieren
- Atembasierte Bewusstseinsarbeit, Blockaden im physio-emotionalen Körper lösen
- Sensitive Körperarbeit zur Dehnung von Körper und Raum
- Der Einfluss von Charakter- und Körpertypen auf Kopfschmerzen
- Wie dein Fokus auf Vergangenheit und Zukunft deinen Kopf beeinflusst
- Trainingsprogramm für das verwirrte / desorganisierte Gehirn

Modul 3: Ankommen im Leben – Erdung, Urvertrauen, Verbindung

- Ur-Sicherheit in deiner Basis erfahren
- Praktische Übungen zur Erdung und Stärkung des Urvertrauens
- Intensive Erforschung deiner individuellen Biografie
- Deinen Bindungstyp kennen und verstehen lernen

- Wer bist du ohne deine Kopfschmerzen? Sinn und Nutzen von Kopfschmerzen
- Atme Dich frei – Übungen im bewussten Atmen

Modul 4: Vom Stau zum Fluss, die Energien zum Fließen bringen

- Die Welt, in der wir leben – systemische Ursachen von Kopfschmerzen
- Raus aus dem Kopf, rein in den Körper - vom Denken zum Fühlen
- Freier Kopf, freier Geist – wie wir werden, was wir denken
- Selbsthilfe/Selbst-Aktivierung bei Stress und Überlastung
- die feinstofflichen Energiekörper und ihre Selbstregulation durch Klopftechnik, Akupressur, Atemarbeit, Heilströme, Körperübungen, etc.

Modul 5: Bewusstsein und Seelenhygiene

- Ich kann mich selbst heilen! Selbstermächtigung statt Verantwortung abgeben an Spezialisten und Experten
- Raum und Stille – Wirkung auf psychische und körperliche Spannungen
- Meditation und Kontemplation – Seinszeiten und Auszeiten im Alltag verankern
- Was wir von der Natur lernen können
- Prävention und Seelenhygiene
- Kopf-Bewegungen „online verfolgen“
- Die tiefen Ebenen meines Selbst - mir selbst und meiner Weisheit lauschen



C. Preise und Anmeldung

Gesundheitsprogramm: Migräne und Kopfschmerzen 2018	Termine 2018	Anzahl Module	Sofort Zahlung	Raten-Zahlung
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Modul 1</u>: Migräne und Kopfschmerzen – Ich bin nicht allein damit • <u>Modul 2</u>: Das Trauma im Kopf • <u>Modul 3</u>: Ankommen im Leben – Erdung, Urvertrauen, Verbindung • <u>Modul 4</u>: Vom Stau zum Fluss – Die Energien zum Fließen bringen • <u>Modul 5</u>: Bewusstsein und Seelenhygiene • + 10 Std. Online-Gruppen-Sharing • + 8 Std. Einzelcoaching (live oder online) 	<ul style="list-style-type: none"> • 23.-25. Febr. • 12.-15. April • 31.05-03. Juni • 13.-15. Juli • 26.-28. Okt. • Nach Absprache 	5 Module über 14,5 Tage + 18 Std. Coaching / Sharing	1.750,- €	700,- € X 4 Raten (2.800,- €)
<ul style="list-style-type: none"> • Einmalige Verwaltungsgebühr – zusätzlich, wenn Sie noch nicht eingeschrieben sind bei PSIAM. 			50,- €	

Wichtiger Hinweis zur Mehrwertsteuer:

Die PSIAM Akademie (Steuernummer: 18479/28220) ist umsatzsteuerbefreit für berufliche Bildungsmaßnahmen gemäß § 4 Nr. 21 a. bb. UstG 2005. Daher fällt für unsere Ausbildungen keine Mehrwertsteuer an.

Wenn Sie sich für unser Gesundheitsprogramm anmelden möchten oder weitere Informationen benötigen, rufen Sie uns an oder mailen Sie uns. Wir beraten Sie gern persönlich.

Das PSIAM Team freut sich darauf, Sie kennenzulernen.

Herzliche Grüße



Ihre Emmy Verlaak
-Leiterin der PSIAM Akademie-

Kontakt:

PSIAM Akademie
Emmy Verlaak

Tel. 07773 – 90 90 228
info@psiam.de

D-78351 Ludwigshafen am Bodensee

www.psiam.de