

## AKUPRESSUR OCH STRESSHANTERING

Akupressurutbildningen består av 3 steg. Stegen är upplagda på perioder antingen à 2 dagar, 2,5 dagar eller 3 dagar. Utbildningen är upplagd kring helgerna.

### EGENVÅRD

Vi övar medveten andning, meditation och Qi gong under varje steg.



### STEG 1 - BAKGRUND TILL AKUPRESSUREN

Orientering i akupressurens bakgrund och TKM. Du lär dig behandla enligt de 8 extraordinära meridianerna och segmenten. Du lär dig läsa behandlingsrecepten och välja lämpliga behandlingar till dina klienter. Steg 1-behandlingarna är främst avsedda för muskulära besvär och smärtlindring.

#### Förkunskaper webbutbildningen

- Innan kursens start så får kursdeltagare en webbutbildning som introduktion till akupressuren. I webbutbildningen skall kursdeltagaren lära sig nacke- och axelbehandlingen samt balanseringen.

#### Energimedicin introduktion

- Yin/Yang, energiflöde, energiomvandling
- Meridianerna, hälsa enligt TKM

#### Behandlingsformer

- De 8 extraordinära meridianerna
- Segmenten

#### Teknik

- Söka punkter enligt cun-systemet
- Tryckteknik

## **STEG 1 forts.**

### **Behandlingsmodell**

- Öppning, behandling, avslutande balansering

### **Kursmaterial**

- Bok; Algotsson: Akupressur för hälsa och läkedom
- Webbutbildning och kompendium "Introduktionskurs i Akupressur"
- Film: punktsökning

### **Upplägg**

- 2 helger a' 2 dagar, lördag och söndag
- Undervisningen varvas med teori och praktik
- Undervisas från Göteborg och länkas till Stockholm

### **Nästa kurstillfällen**

- Göteborg lör 23 – sön 24 januari samt lör 06 – 07 februari 2021  
Undervisningstid 9.00-17.00
- Stockholm lör 16 - sön 17 jan 2021 samt lör 13 - sön 14 feb 2021
- Undervisningstid 9.00-17.00

### **Rabatt**

- Du som gått 2 dagars introduktionskurs får rabatterad pris motsvarande 50% av kursavgiften på introduktionskursen.

## STEG 2 - DE 12 ORGANMERIDIANERNA

Under steg 2 lär vi oss de tolv organmeridianerna och diagnostik. Vi översätter fysiska och psykiska symptom till energimönster enligt TKM. Efter steg 2 kan du börja behandla allmänt förekommande besvär såsom matsmältningsproblem, menstruationsbesvär, astma och allergibesvär. Olika typer av smärttillstånd kan även behandlas.



### Förkunskaper steg 2

- Innan kursens start visar kursdeltagare sitt intyg från steg 1.

### Teori

- Akupunkter på 12 organmeridianer, organfunktioner, energirörelse
- Punktkategorier
- Organens placering i 5 elementen, fördjupning i steg 1
- Identifiera energimönster

### Behandlingsformer

- Organ- och meridianbehandlingar

### Diagnostik

- Anamnes, puls och tunga
- Journalföring

### Klientbemötande

- Introduktion till professionellt förhållningssätt enligt Taoismen
- Sekretess och integritet
- Ergonomi

### Prov

- Under steg 2 finns det två skriftliga prov

## Praktik

- Kursdeltagare ger behandlingar på klienter som kommer till skolans elevpraktik.

## Kursmaterial

- Kompendier

## Upplägg

- 6 helger a' 2,5 dagar; fredag, lördag och söndag
- Undervisningen varvas med teori och praktik
- Undervisas från Göteborg och länkas till Stockholm

## Nästa kurstillfällen

- Kursen ges samtidigt i både Göteborg och Stockholm. Vår lärare undervisar i Göteborg. Som kursdeltagare i Stockholm följer du via fjärrundervisning i vår skola på Medborgarplatsen. På plats i Stockholm finns handledare som svarar på frågor samt hjälper till när du skall träna det praktiska som lärs ut.
- Göteborg och Stockholm 26 feb - 6 juni 2021
- Undervisningstider fredagar 13-17:30; lördagar 9.00-17.00 samt söndagar 9:00-16:00

## UNDER OCH MELLAN STEG 2 OCH 3

Akupressurutbildningen består av mycket läsning och praktik hemma. Kursdeltagare presenterar sina klientfall inför klassen.

## Hemmabehandlingar

- Kursdeltagare gör praktik hemma och behandlar 40 klienter (steg 2).
- Kursdeltagare gör praktik hemma och behandlar 35 klienter (steg 3).
- Kursdeltagare tar emot två behandlingar av en diplomerad akupressör (steg 2 och 3)
- Kursdeltagare ger en feedback behandling till en diplomerad akupressör (steg 2 och 3)

## Grundmedicin

- Kursdeltagare skall läsa webbkursen Grundmedicin och HLR
- Kursdeltagare får tillgång till e-boken Medicin 1 och 2 av Elsie Setterberg
- Kursdeltagare gör en hemtenta från böckerna
- Kursdeltagare deltar i HLR kursen antingen i Göteborg eller Stockholm
- HLR kurs behövs inte göras om kursdeltagaren kan visa upp ett intyg på en genomförd HLR kurs det senaste året eller hittar en HLR kurs på eget håll
- Ni som redan har en utbildning inom hälso- och sjukvård eller andra kroppsterapier behöver bara göra hemtentan direkt på webben samt visa upp ett intyg på en genomförd HLR kurs.
- Grundmedicinen skall vara genomförd senast under steg 3.

## **STEG 3 - DE FEM ELEMENTEN OCH STRESSHANTERING**

Under steg 3 lär vi oss behandla symptom som uppstår vid stress, t.ex. huvudvärk, trötthet eller sömnbesvär. Teoretiskt handlar detta steg om De fem Elementen. Under steg 3 övar vi in ett terapeutiskt förhållningssätt.

### **Förkunskaper genomgått steg 2**

- Innan kursens start har kursdeltagaren gått genom steg 2 och klarat av proven. Hembehandlingarna tillhörande steg 2 kan fortfarande göras under steg 3.

### **Teori**

- De fem elementen, inbördes förhållanden
- Organens emotionella aspekter
- Terapeutiskt förhållningssätt
- Stresshantering enligt västerländsk medicin översätts till energirörelse inom TKM

### **Behandlingsformer**

- Behandlingar enligt de 5 elementen
- Behandlingar till stresssymptom
- Öronfrön enligt NADA protokollet; punkter för avgiftning och lugnande verkan

### **Klientbemötande**

- Fördjupning i professionellt förhållningssätt enligt Taoismen
- Sekretess och integritet
- Ergonomi och terapeutens egenvård

### **Prov**

- Under steg 3 görs grupparbeten och redovisas klientfall
- Praktiskt prov på öronfrön

### **Praktik**

- Kursdeltagare ger behandlingar på klienter som kommer till skolans elevpraktik.

### **Kursmaterial**

- Bok: Algotsson: Akupressur för nybörjare och professionella
- Kompendier

### **Upplägg**

- 3 första helger a' 2,5 dagar; fredag, lördag och söndag
- 3 sista helger a' 3 dagar; fredag lördag och söndag
- Undervisningen varvas med teori och praktik
- Kursens tre första perioder erbjuds både i klassrummet i Göteborg och via zoom. Du som väljer ta utbildningen via zoom förbered så att du kan öva behandlingar hemma i direkt anslutning till zoomundervisningen. Lektionerna består av teori och praktik. I klassrummet behandlar kursdeltagare varandra.
- Utbildningens tre sista perioder är möjligt att studera via zoom, men praktiken är obligatorisk och görs på plats antingen i Stockholm eller Göteborg. Tillfällen erbjuds i samband med nästföljande steg 2 och 3. Därtill måste ett praktiskt prov göras för att fästa öronfrön.

### **Nästa kurstillfällen**

- Göteborg och Stockholm 20 aug till 12 dec 2021
- Undervisningstider tre första perioder fredagar 13-17:30; lördagar 9.00-17.00 samt söndagar 9:00-16:00
- Undervisningstider tre sista perioder fredagar och lördagar 9.00-17.00 samt söndagar 9:00-16:00

### **DIPLOMERAD AKUPRESSÖR**

- Närvaro minst 85% på all undervisning under steg 1,2,3
- På praktikdagarna gäller 100% närvaro
- Godkända skriftliga och praktiska prov, redovisade hemuppgifter och hembehandlingar