

SYLWETKA ABSOLWENTA

studia podyplomowe

Instruktor odnowy psychosomatycznej

Absolwent studiów podyplomowych *Instruktor odnowy psychosomatycznej*, jest kompleksowo przygotowany do prowadzenia zajęć w zakresie szeroko pojętej regeneracji i odnowy psychosomatycznej w celu poprawy jakości życia (Quality of life) i dobrostanu w życiu codziennym. W trakcie studiów uczestnik uzyskuje najnowszą wiedzę i wszechstronne przygotowanie z zakresu kształtowania nawyków zdrowego stylu życia, warunkujących prawidłowy przebieg procesów regeneracyjnych. W procesie kształcenia uczestnik poznaje interakcje i konsekwencje zależności obszarów psyche-soma, zapoznaje się z mechanizmami powstawania chorób cywilizacyjnych, zaburzeń psychosomatycznych i somatopsychicznych u człowieka. Otrzymuje narzędzia ułatwiające zapobieganie nieprawidłowym skutkom braku balansu między emocjami i ciałem. W trakcie zajęć warsztatowych student nabywa praktyczne umiejętności niezbędne do planowania i optymalizacji odnowy psychosomatycznej z zastosowaniem współczesnych metod i technik regeneracyjnych, relaksacyjnych i utrzymujących dobrostan życia codziennego. Kwalifikacje te w połączeniu z nabytą, interdyscyplinarną wiedzą i umiejętnościami z zakresu nauk o zdrowiu, nauk o kulturze fizycznej, nauk przyrodniczych, psychologii i dietetyki, wyposażają absolwenta w zdolność do skutecznego tworzenia indywidualnych i holistycznych programów oraz formowania strategii odnowy psychosomatycznej z uwzględnieniem proregeneracyjnych modeli żywienia, technik relaksacyjnych i obniżających napięcie w relacjach psyche-soma oraz aktywnych form odnowy psychosomatycznej. Zdobyta wiedza i umiejętności zwiększają kompetencje, a tym samym możliwości i spektrum działania w zakresie starania się absolwenta o zatrudnienie w instytucjach życia społecznego i stowarzyszeniach zajmujących się szeroko pojętą polityką zdrowotną, profilaktyką schorzeń cywilizacyjnych i umacnianiem zdrowia.