



Praktik klientfall 42.50

- Tidsåtgång ca 1,5 timma

Målsättning med veckans praktikfall:

- Att reducera aktiverad stress genom användandet av hypothalamus setpoints
- Att öva på kranosacrala tekniker och därigenom få en mycket avslappnande upplevelse för klienten

Val av klient som kan passa för övningen:

En person som har symptom som syns vid mycket "påslag" och mindre förmåga till återhämtning. Dvs när vi misstänker obalans mellan sympatisk/parasympatisk aktivitet jämte obalans mellan yang/yin.

Förberedelse innan behandlingen

Förbered ett papper som klienten ska få markera på med penna. Gör en linje som visar botten-toppen/0-10, på varsin sida av pappret. Så du har till före och efter behandling = upplevd stress då personen tänker på den situation den önskar skillnad i.

Instruktion för själva övningen:

- 1, Be personen beskriva sin nuvarande situation och symptom på förhöjd aktivitet och hur hen skulle vilja att livssituationen var. Fråga många fördjupande frågor så att du får många pauslösningar som hjälper klienten att få energifokus just kring det som stressar. Låt därefter hen markera på den linje du förberett.
- 2, Knacka Hypothalamus setpoints båda sidor, tills du känner dig klar, troligen 10-15 minuter.
- 3, Låt klienten komma ner riktigt mycket djupt i avslappning genom att du använder valfria kranosacrala tekniker i cirka 30 minuter, inklusive den teknik som på slutet förbereder klienten att åter komma tillbaka i rummet.
- 4, När din klient vaknat till, be den på andra sidan pappret markera hur mycket det ursprungliga problemet stressar klienten när den nu utifrån ett avslappnat och balanserat läge riktar en tanke emot den livssituationen.

Att tänka på:

Kanske kan din klient må bra att på hemmaplan uppleva hur det känns när kroppen är mer avslappnad, och därmed få resurser till att hantera något. Det brukar ge upplevelsen av mindre stress. Kan du rekommendera någon fin övning att ta till?

Frågor som du besvarar i HANO

- 1, Vad var nivå upplevd stress innan och efter behandlingen?
- 2, Finns det något du skulle lägga till som teknik vid liknande behandling?
- 3, Vilken hemläxa ger du och varför?
- 4, Fråga till mentor?