

# 大学课程

## 护理冥想和放松 技巧的神经学基础





## 大学课程

### 护理冥想和放松 技巧的神经学基础

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网络连接: [www.techtitute.com/cn/nursing/postgraduate-certificate/fascial-system-nursing](http://www.techtitute.com/cn/nursing/postgraduate-certificate/fascial-system-nursing)

# 目录

01

介绍

---

4

02

目标

---

8

03

课程管理

---

12

04

结构和内容

---

18

05

方法

---

22

06

学位

---

30

# 01 介绍

有关护理放松和冥想的神经生理学基础的知识使护理专业人员能够有效评估和治疗肌肉骨骼损伤，例如扭伤、拉伤和撕裂。对于专业人士来说，了解不断进步的领域的最新情况至关重要。因此，越来越多的护理专业人员将其作为补充治疗方法付诸实践。为了让护士能够为患者的康复过程做出重大贡献，TECH 以完全在线的形式提供了严格而详尽的资格认证。因此，毕业生将随时随地深入研究机械感受器的类型及其在不同风格瑜伽中的重要性，并根据自己的需要分配教学负担。一切，用最有效的方法，Relearning 来自科技。



“

您将深入研究护理放松和冥想的神经生理学基础及其在治疗瑜伽领域的应用”

不健康的生活方式会导致筋膜系统损伤的发生率更高。幸运的是，定期的体育活动（例如瑜伽）可以帮助减轻疼痛和纠正姿势。这一学科完美地补充了传统疗法，并且正在成为某些情况下越来越受欢迎的替代疗法。因此，护理领域的许多专业人士正在将瑜伽纳入他们的常规临床实践中。

为了满足对这一主题更新的日益增长的需求，创建了一门为期6周的大学文凭课程，涵盖当前学术界最创新的神经生理学基础、放松和冥想内容。通过这种方式，该计划可以帮助毕业生更深入地研究有关筋膜系统的最重要的概念。此外，课程还包括多媒体资源、专业阅读材料和案例研究，帮助学生深入了解主题。

因此，这是一个以完全在线方式教授的课程，使护士能够掌握该领域的最新更新，使他们能够将学习与生活的其他方面结合起来。同样，教学方法，Relearning，使学习过程同时有效且自然。通过以不同的视听支持呈现材料，促进了知识的逐步整合。因此，毕业生只需一台连接互联网的设备，即可访问符合其需求的学位课程。

这个**护理冥想和放松技巧的神经学基础大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是：

- ◆ 演示特点：由瑜伽专家呈现的实际案例开发
- ◆ 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 可以进行自我评估过程的实践，以推进学习
- ◆ 特别强调创新方法论
- ◆ 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- ◆ 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容

“

一种学术替代方案，将提高您诊断  
和治疗影响筋膜的疾病的技能”

“

让自己了解不同的肌筋膜通路及其在不同风格的瑜伽中的重要性”

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士，他们将自己的工作经验带到了这一培训中，还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容，专业人士将能够进行情境化学习，即通过模拟环境进行沉浸式培训，以应对真实情况。

这个课程的设计重点是基于问题的学习，通过这种方式，专业人员必须尝试解决整个课程中出现的不同专业实践情况。为此，您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

您将能够通过任何具有互联网连接的设备访问 TECH 为您提供的教学资源数字图书馆。

该学位将使您能够更深入地研究不同的瑜伽姿势及其对护理冥想和放松技巧的神经学基础的参与。



# 02 目标

该课程旨在为护士提供护理放松和冥想神经生理学基础方面最先进的教学资源。通过这种方式,在 150 小时最详尽的内容中,毕业生将更深入地研究瑜伽练习的历史、概念和重要性。此外,您将能够识别主要的姿势不平衡以及如何纠正它们。所有这些,无需面对面的参与,且得到享有盛誉的TECH大学的认可。







“

你将深入探讨主要的姿势失衡及瑜伽实践和筋膜生物力学如何帮助纠正它们”

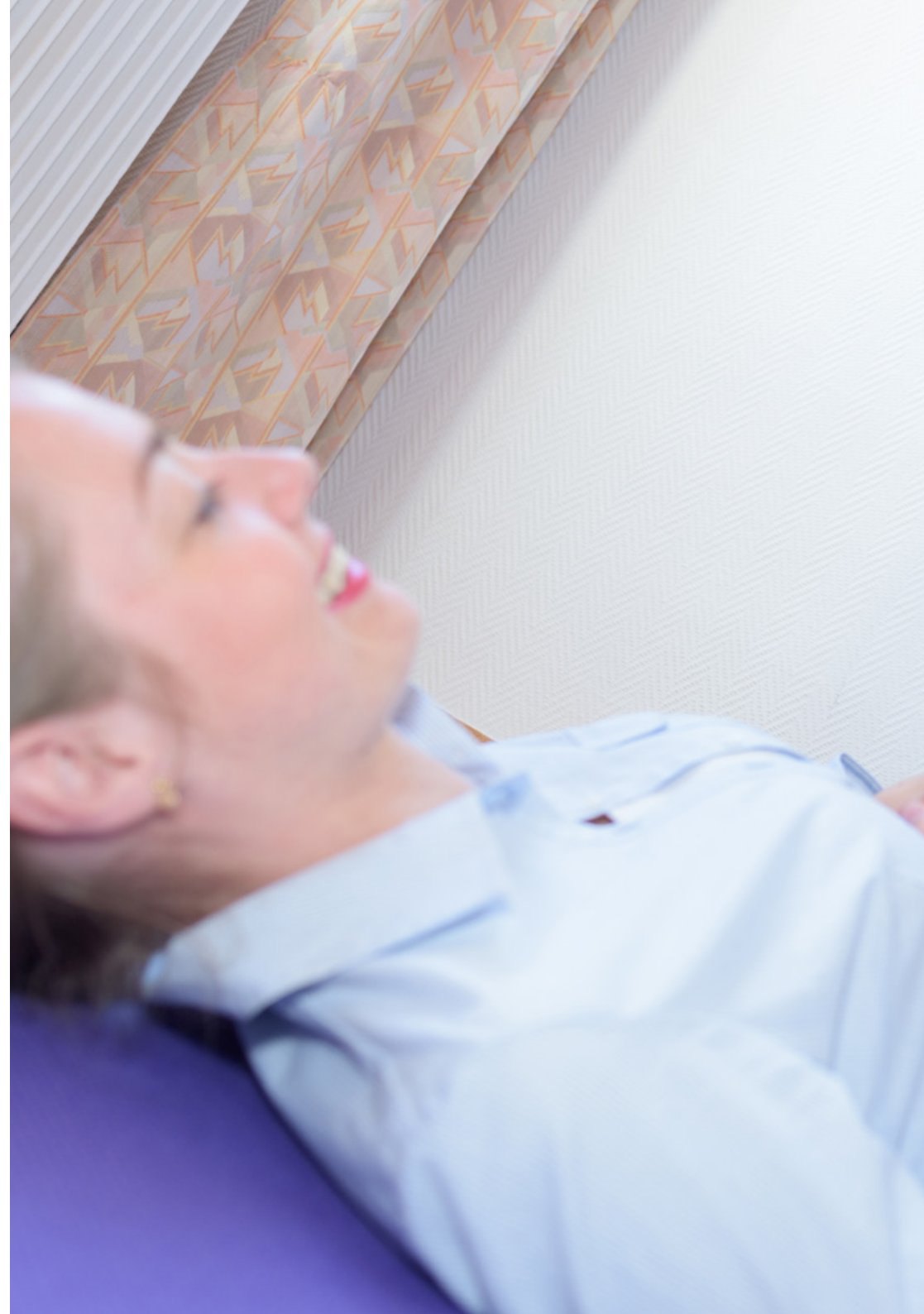


## 总体目标

- ◆ 从临床角度纳入正确发展和应用瑜伽治疗技术的必要知识和技能
- ◆ 创建一个以科学证据为基础设计的瑜伽方案
- ◆ 根据每个人的特点和受伤情况, 深入学习最合适的体式
- ◆ 深入研究生物力学及其在治疗瑜伽体式中的应用
- ◆ 描述瑜伽体位法如何适应每个人的病症
- ◆ 深化现有冥想和放松技巧的神经生理学基础



感谢这个项目, 将最先进的张拉  
整体技术融入到您的治疗中”





## 具体目标

---

- ◆ 深入研究筋膜的历史和概念, 及其在瑜伽练习中的重要性
- ◆ 深入了解筋膜中不同类型的机械感受器, 以及如何将它们应用到不同的瑜伽风格中
- ◆ 指出有必要在瑜伽课程中使用筋膜一词, 以便更有效、更有意识地练习
- ◆ 探索 "张力团" 一词的起源和发展, 及其在瑜伽练习中的应用
- ◆ 确定不同的肌筋膜通路以及每条通路的具体姿势
- ◆ 在瑜伽练习中应用筋膜的生物力学, 提高活动能力、力量和柔韧性
- ◆ 确定主要的姿势失衡, 以及如何通过练习瑜伽和筋膜生物力学来纠正它们

# 03

## 课程管理

该学位的显着特点之一是其优秀的师资队伍, 由治疗瑜伽领域的国际知名专家组成。为了提供高质量的课程大纲, TECH已经组建了一支一流团队, 他们在这一领域拥有丰富的知识。因此, 毕业生可以保证接受由真正专家创建的学位的培训, 以获得最高质量的更新。





“

您将通过他们广泛的治疗瑜伽向最好的专家学习和出色的职业生涯”

## 国际客座董事

作为纽约整体瑜伽学院的教师总监和导师培训负责人，黛安-加利亚诺已将自己定位为该领域最重要的国际人物之一。她的学术重点主要是 治疗瑜伽，教学和继续教育的记录时数超过 6000 小时。

因此，她一直在指导、制定培训协议和标准，并为整体瑜伽学院的导师提供继续教育。她还在其他机构担任治疗师和讲师，如 14TH Street Y、Integral Yoga Institute Wellness Spa 或教育联盟：平衡生活中心。

她的工作还包括创建和领导瑜伽课程、开发练习和评估可能出现的挑战。在她的职业生涯中，她接触过不同类型的人群，包括老年和中年男女、产前和产后人群、年轻人，甚至是有各种身心健康问题的退伍军人。

她曾为骨质疏松症患者、心脏手术后或乳腺癌术后恢复期患者、眩晕症患者、背痛患者、肠易激综合征患者和肥胖症患者提供治疗。她拥有多项认证，包括瑜伽联盟颁发的 E-RYT 500 认证、美国健康培训中心颁发的基本生命支持 (BLS) 认证以及体感运动中心颁发的运动教练认证。



## Galliano, Dianne 女士

---

- 美国纽约整体瑜伽学院院长
- 14TH Street Y 的瑜伽治疗教练
- 纽约 Integral Yoga Institute Wellness Spa 的瑜伽治疗师
- 教育联盟的治疗讲师:平衡生活中心
- 纽约州立大学小学教育学士
- 马里兰大学瑜伽治疗硕士学位

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

## 管理人员



### Escalona García, Zoraida 女士

- ◆ 西班牙治疗瑜伽协会副主席
- ◆ Air Core 方法 (将 TRX 和功能性训练与瑜伽相结合的课程) 的创始人
- ◆ 瑜伽治疗培训师
- ◆ 马德里自治大学生物科学学士
- ◆ 教师课程: 阿斯汤加渐进瑜伽、FisiomYoga、筋膜瑜伽和瑜伽与癌症
- ◆ 普拉提地板普拉提教练课程
- ◆ 植物疗法和营养学课程
- ◆ 冥想教师课程





# 04

## 结构和内容

该大学学位的课程将使毕业生沉浸在护理放松和冥想的神经生理学基础中, 指导他们进行治疗性瑜伽。为期 6 周的学术之旅, 其中包括有关筋膜、机械感受器类型及其在瑜伽、肌筋膜链和后线中的重要性的信息。在该项目中, 学生将拥有基于多媒体药片、专业阅读材料和案例研究的高质量教学工具。所有这些内容全天24小时可用, 通过任何连接互联网的  
数字设备即可访问。





“

一个学术课程中, 你将随时能够访问 24 小时可用的专业阅读材料”

## 模块 1. 筋膜系统

- 1.1. 楣板
  - 1.1.1. 历史
  - 1.1.2. 筋膜对比肌腱
  - 1.1.3. 类型
  - 1.1.4. 职能
- 1.2. 机械感受器的类型及其在不同瑜伽风格中的重要性
  - 1.2.1. 重要性
  - 1.2.2. Golgi
  - 1.2.3. Paccini
  - 1.2.4. Ruffini
- 1.3. 肌筋膜链
  - 1.3.1. 定义
  - 1.3.2. 在瑜伽中的重要性
  - 1.3.3. 张拉结构概念
  - 1.3.4. 三个隔膜
- 1.4. LPS:浅后防线
  - 1.4.1. 定义
  - 1.4.2. 解剖路径
  - 1.4.3. 被动姿势
  - 1.4.4. 积极的姿势
- 1.5. LAS:浅前线
  - 1.5.1. 定义
  - 1.5.2. 解剖路径
  - 1.5.3. 被动姿势
  - 1.5.4. 积极的姿势
- 1.6. LL:侧线
  - 1.6.1. 定义
  - 1.6.2. 解剖路径
  - 1.6.3. 被动姿势
  - 1.6.4. 积极的姿势





- 1.7. LE:螺旋线
  - 1.7.1. 定义
  - 1.7.2. 解剖路径
  - 1.7.3. 被动姿势
  - 1.7.4. 积极的姿势
- 1.8. 功能线
  - 1.8.1. 定义
  - 1.8.2. 解剖路径
  - 1.8.3. 被动姿势
  - 1.8.4. 积极的姿势
- 1.9. 线臂
  - 1.9.1. 定义
  - 1.9.2. 解剖路径
  - 1.9.3. 被动姿势
  - 1.9.4. 积极的姿势
- 1.10. 主要失衡
  - 1.10.1. 理想模式
  - 1.10.2. 屈伸组
  - 1.10.3. 开幕和闭幕小组
  - 1.10.4. 吸气和呼气模式



一个 100% 在线课程, 将深入研究  
治疗性瑜伽及其在筋膜上的应用”

# 05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的：**Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。



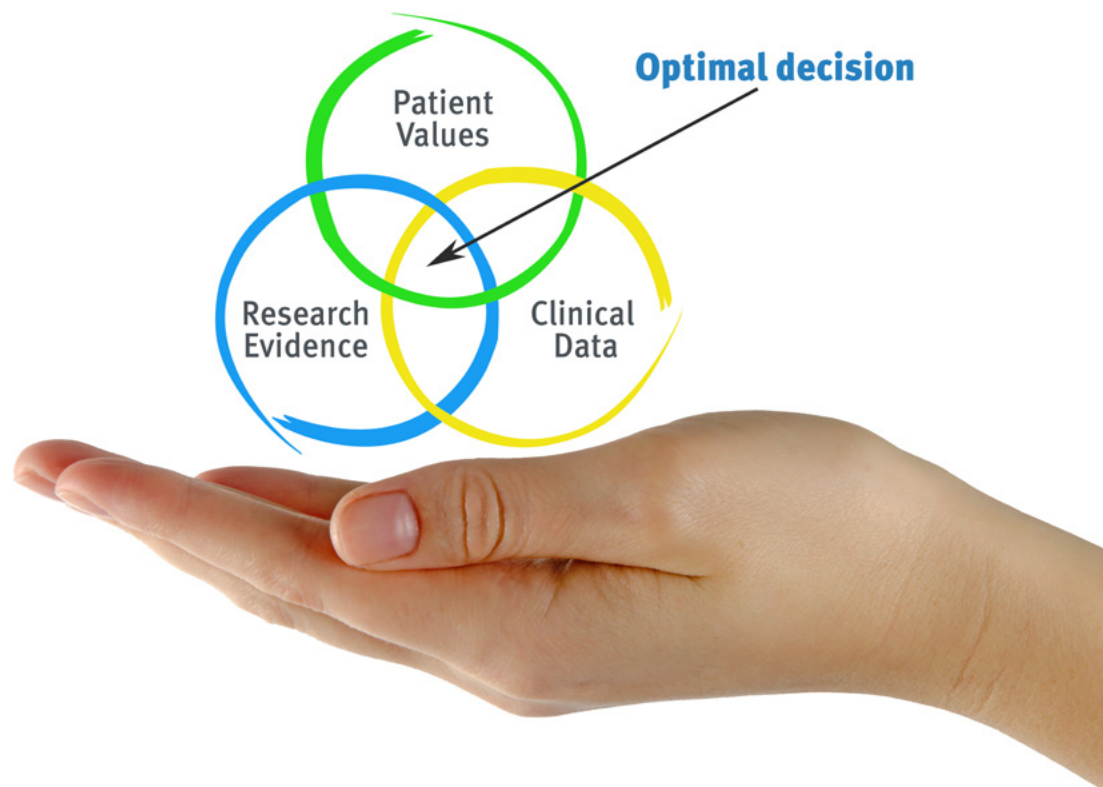
“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

## 在TECH护理学院,我们使用案例法

在具体特定情况下,专业人士应该怎么做?在整个课程中,你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例,他们必须调查,建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性,有大量的科学证据。护士们随着时间的推移,学习得更好,更快,更持久。

在TECH,护士可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvás博士的说法,临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍,它成为一个“案例”,一个说明某些特殊临床内容的例子或模型,因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是,案例要以当前的职业生活为基础,试图重现护理实践中的实际问题。



“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的护士不仅实现了对概念的吸收, 而且还, 通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习内容牢固地嵌入到实践技能中, 使护理专业人员能够在医院或初级护理环境中更好地整合知识。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



## Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法 与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。



护士将通过真实的案例并在模拟学习中解决复杂情况来学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的, 以促进沉浸式学习。

处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标,Re-learning方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

通过这种方法,我们已经培训了超过175000名护士,取得了空前的成功在所有的专业实践领域都是如此。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。



该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



### 学习材料

所有的教学内容都是由教授该大学项目的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



### 护理技术和程序的视频

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前的护理技术的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明的,以促进学生的同化和理解。最重要的是,你可以随心所欲地观看它们。



### 互动式总结

TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



### 延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





# 06 学位

护理冥想和放松技巧的神经学基础大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。



“

顺利完成这个课程并获得大学学位, 无需旅行或通过繁琐的程序”

这个**护理冥想和放松技巧的神经学基础**大学课程包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**大学课程**学位。

**TECH科技大学**颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: **护理冥想和放松技巧的神经学基础**大学课程

模式: **在线**

时长: **6周**





健康 信心 未来 人 导师  
教育 信息 教学  
保证 资格认证 学习  
机构 社区 科技 承诺  
个性化的关注 现在 创新  
知识 网页 质量  
网上教室 发展 语言 机构

**tech** 科学技术大学

大学课程  
护理冥想和放松  
技巧的神经学基础

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

大学课程

护理冥想和放松  
技巧的神经学基础



tech 科学技术大学