FLORIAN HOCKENHOLZ

Masterclasses für eine moderne Therapie

Edukation und aktive Hands-off-Ansätze

Edukation und aktive Hands-off-Ansätze

In meinen Masterclass konzentriere ich mich gemeinsam mit dir auf zwei zentrale Säulen der evidenzbasierten Therapie: gezielte Edukation und aktive Hands-off-Behandlung. Da ich selbst meine Patienten mittlerweile zu 100 % digital betreue, folge ich mit diesem Konzept konsequent der aktuellen wissenschaftlichen Datenlage – und das mit Ansätzen, die weit über die klassische Schmerztherapie hinaus in vielen therapeutischen Bereichen angewendet werden können.

> Ich verzichte in diesen Kursen bewusst auf die Demonstration passiver Behandlungsverfahren. Selbstverständlich hat die Hands-on-Therapie weiterhin ihren festen Platz in deinem Praxisalltag. Die aktiven Strategien, die ich dir hier vermittle, sind so konzipiert, dass sie deine manuellen Techniken pragmatisch ergänzen und dein therapeutisches Repertoire erweitern.

Das Format & deine Vorteile auf einen Blick

Direkt anwendbar

Alle Übungen machst du im Kurs direkt von zu Hause aus mit und kannst sie am nächsten Tag unmittelbar in deiner Praxis umsetzen.

Telemedizin-ready

Da ich rein auf Edukation und Eigenaktivität setze, kannst du alle Inhalte auch zu 100 % digital am Laptop mit deinen Patienten durchführen.

Kompakt

Ich unterrichte jede Masterclass persönlich und live von 10:00 bis 15:00 Uhr (inklusive einer kurzen Pause in der Mitte).

Wähle das Format, das zu deinem Budget und Zeitplan passt

Option 1

Live-Masterclass

€ 198,00

Kompakter Live-Input (6 Unterrichtseinheiten). Du lernst von mir die wesentlichen Hands-off-Techniken und Edukationsansätze, um direkt mit deinen Patienten arbeiten zu können. Ideal für alle, die direkte Impulse für den Praxisalltag suchen.

Option 2

Masterclass + E-Learning

€ 268,00

Zusätzlich zum Live-Termin erhältst du Zugriff auf weitere 5 bis 10 Unterrichtseinheiten als E-Learning (on demand). Hier gehe ich bei den theoretischen Hintergründen noch einmal in die Tiefe und liefere dir alle praktischen Inhalte strukturiert mit detaillierten Videos und Präsentationen zum jederzeitigen Nachschlagen.

Eine kurze Empfehlung zu den Vorkenntnissen

Als Basis für die Masterclass eignet sich meine Practitioner-Ausbildung hervorragend, da ich dort das fundamentale Basiswissen lege. Du kannst an den Masterclass aber selbstverständlich auch völlig ohne die Practitioner-Ausbildung teilnehmen und wirst den Praxisinhalten sehr gut folgen können (auch wenn an der einen oder anderen Stelle vielleicht das ganz tiefe theoretische Fundament etwas fehlt). Entscheide hier ganz entspannt nach deinem aktuellen Weiterbildungsbudget und Vorwissen – du nimmst aus der Masterclass in jedem Fall direkt anwendbares, fundiertes Wissen für dich und deine Patienten mit.

Mehr Informationen

www.hockenholz.com/master

01

Masterclass

Schmerztherapie bei Kindern

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen – klassische Therapieansätze und strikte Schonung führen hier oft in eine chronische Schmerzspirale. In dieser Masterclass lernst du, wie du über altersgerechte Schmerzedukation und den „Activity First"-Ansatz das kindliche Nervensystem beruhigst, den Eltern die Angst nimmst und die Kinder zurück in einen unbeschwerten, aktiven Alltag bringst.

02

Masterclass

Endometriose

Wärmflasche und Schonhaltung lindern den Schmerz bei Endometriose oft nur kurzfristig, während die Lebensqualität der Patientinnen massiv sinkt. In dieser Masterclass verknüpfst du neurobiologisches Schmerzverständnis mit einer gezielten Belastungssteuerung. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Kombination aus tiefgehender Edukation, Atmung und Bewegung. Lerne, wie du den Beckenboden funktionell in aktive Bewegungen integrierst und den Frauen durch dieses Wissen und gezieltes Management echtes Vertrauen in ihren Körper zurückgibst.

03

Masterclass

Sexualität im Kontext chronischer Schmerzen

Chronische Schmerzen zerstören oft die Intimität, doch in der Therapie wird dieses Thema meist aus Scham komplett ausgeklammert. In dieser Masterclass lernst du, wie du das Tabu professionell brichst, sensomotorische Ängste vor schmerzhaften Bewegungen abbaust und Paaren durch Edukation und gezielte Aktivierung neue Wege zu körperlichem Vertrauen eröffnest.

04

Masterclass

Chronischer Nackenschmerz & Zervikogener Kopfschmerz / Migräne

Dauermassagen und kurzes Einrenken bringen bei chronischen Nackenpatienten selten langfristige Ruhe – oft kehrt der Schmerz nach wenigen Tagen mit voller Wucht zurück. In dieser Masterclass verknüpfst du moderne Schmerzphysiologie, sensomotorische Steuerung und gezielte Kräftigung: Lerne, wie du Schutzmuster im zervikalen System auflöst, Kopfschmerzpatienten die Angst vor Bewegung nimmst und ihnen echte, belastbare Stabilität für ihren Alltag vermittelst.

05

Masterclass

Fatigue & ME/CFS

langfristige Therapiestrategien

Standardisiertes Aufbautraining führt bei Patienten mit chronischer Erschöpfung oft zu dramatischen Rückschlägen (Crashs) und totaler Therapieblockade. In dieser Masterclass lernst du das essenzielle Pacing-Management: Erfahre, wie du das schmale Fenster der Belastungstoleranz erkennst, autonome Dysregulationen stabilisierst und über einen streng angepassten Activity-Ansatz langfristige Belastbarkeit aufbaust, ohne zu überfordern.

06

Masterclass

Lumbaler Rückenschmerz

Das Schmerzgedächtnis löschen

Die ständige Suche nach dem „verschobenen Wirbel“ und die Warnung vor falschen Bewegungen halten Rückenpatienten oft in der Kinesiophobie gefangen. In dieser Masterclass lernst du, wie du nozebofreie Edukation mit progressiver Belastung kombinierst: Breche Vermeidungsstrategien auf, überschreibe das Schmerzgedächtnis durch positive Bewegungserfahrungen und mache den unteren Rücken wieder resilient für schweres Heben im Alltag.

07

Masterclass

Depression

Schmerztherapie mit reduziertem Antrieb

Wenn der Antrieb fehlt, verpuffen gut gemeinte Heimübungsprogramme und die Therapie stagniert frustrierend für beide Seiten. In dieser Masterclass lernst du, wie du bei depressiven Komorbiditäten den Einstieg in die Aktivität findest: Nutze mikrodosierte Bewegungsimpulse, verknüpfe Bewegung mit positiven emotionalen Reizen und baue eine tragfähige therapeutische Allianz auf, die auch an schlechten Tagen funktioniert.

08

Masterclass

Parkinson

Therapie bei Schmerz und Hypertonus

Klassisches Dehnen gegen den Rigor bringt bei Morbus Parkinson meist nur Minuten der Erleichterung, bevor der Muskeltonus wieder ansteigt. In dieser Masterclass verlassen wir die Standardpfade und nutzen modernste Hands-off-Strategien: Lerne, wie du über spezifisches motorisches Lernen, aufmerksamkeitsfokussiertes Training (Dual-Tasking) und gezieltes Krafttraining tiefgreifend auf neuroplastische Prozesse einwirkst, das Schmerzerleben direkt modulierst und die Autonomie deiner Patienten nachhaltig förderst.

09

Masterclass

Therapie-Verweigerer

Compliance fördern statt Frust auf beiden Seiten

Patienten, die ihre Übungen ignorieren und nur passiv behandelt werden wollen, kosten immens viel Energie und blockieren den Therapieerfolg. In dieser Masterclass lernst du moderne Strategien der Gesprächsführung und Motivationspsychologie: Erfahre, wie du Widerstände auflöst, die Eigenverantwortung aktivierst und selbst absolute Skeptiker von der Notwendigkeit einer aktiven Schmerztherapie überzeugst.

10

Masterclass

Endoprothetik

Reha-Update

Übertriebene Vorsicht und veraltete Bewegungseinschränkungen nach dem Gelenkersatz verzögern die Heilung und züchten funktionelle Defizite heran. In dieser Masterclass bringen wir dich auf den neuesten Stand der evidenzbasierten Reha: Lerne, wie du frühe, sichere Belastungsreize setzt, die muskuläre Kontrolle schnellstmöglich wiederherstellst und Patienten die Angst vor der Vollbelastung ihres neuen Gelenks nimmst.

11

Masterclass

Reizdarm & Verdauungsstörungen

Wiederkehrende Rückenschmerzen haben ihre Ursache oft nicht in der Wirbelsäule, sondern in viszeralen Übertragungen, bei denen die rein orthopädische Therapie völlig ins Leere läuft. In dieser Masterclass lernst du die somato-viszeralen Zusammenhänge kennen: Erfahre, wie du den Einfluss des vegetativen Nervensystems über Atmung, Entspannungstechniken und gezielte Rumpfaktivierung modulierst, um das System nachhaltig zu beruhigen.

12

Masterclass

CRPS

aktive Therapieansätze

Bei einem Komplexen Regionalen Schmerzsyndrom triggert schon die leichteste Berührung extreme Schmerzen, wodurch herkömmliche Hands-on-Techniken unmöglich werden. In dieser Masterclass lernst du den Weg über das Gehirn: Nutze gezieltes sensorisches Re-Training, abgestufte motorische Imagination und dosierte Belastungsexposition (Graded Exposure), um die kortikale Repräsentation zu normalisieren und das Nervensystem schrittweise wieder an reale Alltagsbelastungen heranzuführen.

13

Masterclass

Übergewicht als Barriere in der Therapie

Der Ratschlag „Nehmen Sie erstmal ab“ ist für Schmerzpatienten oft ein Schlag ins Gesicht und verhindert den sofortigen Start in eine aktive Therapie. In dieser Masterclass lernst du, wie du gewichtsunabhängige Belastungsparameter findest, Gelenke trotz hoher Last sicher trainierst und durch positive Bewegungserfahrungen einen Kreislauf startest, der Stoffwechsel und Schmerztoleranz gleichermaßen verbessert.

14

Masterclass

Narbenschmerz

Aktive Therapie statt passiver Narbenmassage

Das schmerzhafte Freirubbeln von Narbengewebe ist für Patienten oft eine Qual und physiologisch nicht zielführend. In dieser Masterclass rücken wir das physiologische Verständnis von Gewebetoleranz in den Fokus. Lerne, wie du Rumpfnarben und Narben der Extremitäten effektiv über aktive Bewegung und gezielte Atmung behandelst. Du erfährst, wie du Patienten anleitest, ihre Narben durch Bewegung selbstständig zu desensibilisieren – ein Ansatz, der sich perfekt in die digitale Teletherapie übertragen lässt.

15

Masterclass

Psychogener Schwindel

Schwindel ohne Struktur-Befund

Wenn MRT und HNO-Arzt keinen Befund liefern, bleiben Patienten mit ihrem Schwindel oft hilflos zurück, während Schonung das Problem nur verschlimmert. In dieser Masterclass lernst du, wie du das vestibuläre und propriozeptive System gezielt reizt: Nutze Habituationstraining und sensomotorische Provokation, um das Gehirn zu desensibilisieren und den Patienten die Sicherheit im Raum zurückzugeben.

16

Masterclass

Fibromyalgie

aktuelle Therapieansätze

Die rein passive Symptomlinderung bei Fibromyalgie führt unweigerlich in eine Abwärtsspirale aus Dekonditionierung und noch mehr Schmerz. In dieser Masterclass lernst du, wie du das hyperaktive zentrale Nervensystem über den aktiven Ansatz modulierst: Erfahre, wie du durch fein abgestimmtes Kraft- und Ausdauertraining die endogene Schmerzhemmung aktivierst und den Patienten echte Strategien zur Selbstwirksamkeit an die Hand gibst.

17

Masterclass

Nervenschmerz

Wenn das Gewebe intakt, aber der Schmerz extrem ist

Bei peripheren Neuropathien oder zentraler Sensibilisierung feuert das Nervensystem Schmerzsignale ab, obwohl die Struktur längst geheilt ist – klassische Muskeltherapie bleibt hier wirkungslos. In dieser Masterclass lernst du die Prinzipien der Neurodynamik und des sensorischen Re-Trainings: Erfahre, wie du das Nervengewebe sicher mobilisierst, Fehlsignale im Gehirn überschreibst und die Toleranzschwellen nachhaltig anhebst.

18

Masterclass

Multimorbidität in der Geriatrie

Mehrere Diagnosen, ein Berg an Medikamenten und die ständige Angst vor Stürzen lassen Therapeuten bei älteren Patienten oft zu übervorsichtiger Schonungstherapie greifen. In dieser Masterclass lernst du, wie du trotz komplexer Krankheitsbilder sichere und hochwirksame Belastungsreize setzt: Baue gezielt funktionelle Kraft auf, minimiere das Sturzrisiko durch robuste Aktivierung und erhalte deinen Patienten die Selbstständigkeit im Alltag.

Masterclasses für eine moderne Therapie

Edukation und aktive Hands-off-Ansätze

FLORIAN HOCKENHOLZ

www.hockenholz.com/master