



PDF Seminarbeschreibung

Autogenes Training

Seminarleiterschein

Seminardauer: 3 Tage 09:00 – 17:30 Uhr 34 UE

In diesem Modul erlernen Sie die Grundlagen, Theorie und die Technik zur Durchführung eines Autogenen Trainings mit den 7 Übungsformeln der Grundstufe und wie Sie diese kompetent in Einzel und Gruppenarbeit einsetzen können. Sie führen selbstständig einzelne Übungssequenzen durch und leiten Gruppen an. Mit diesem effektiven Entspannungsverfahren führen Sie Ihre Klienten zu mehr Gesundheit.

Einsatzbereich:

- muskuläre Verspannungen, Kreuzschmerzen • Nervosität und psychische Anspannung
- psychovegetativ-nervöse Störungen und Stresssymptome (z.B. "nervöse Herzbeschwerden") • Kopfschmerzen • Konzentrationsstörungen • Magenbeschwerden/nervöser Magen" • Verdauungsbeschwerden • Ein- und Durchschlafstörungen • Kreislauf- und Blutdruckharmonisierung • chronische Schmerzen
- Leistungssteigerung durch "Kraft aus der tiefen inneren Ruhe" • Unterstützung z.B. bei der Raucherentwöhnung

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie den Seminarleiterschein für Autogenes Training (Zertifizierung als Kursleiter für Präventionskurse nach § 20 SGB V).

Das Seminar Autogenes Training eignet sich für Menschen aus den Berufen Gesundheit, Pädagogik, Pflege und für alle Menschen, die ein Interesse an Gesundheit durch Entspannung haben und sich weiterbilden möchten. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse notwendig.

Tätigkeitsbereich: im Gesundheitswesen (Krankenkassen, Kliniken, Fitnessseinrichtungen, Seniorenheime), Bildungswesen (VHS, Schulen, Uni) oder in beratenden Tätigkeiten für private und öffentliche Einrichtungen und Firmen. Für Ihre eigene Praxistätigkeit ist das Seminar eine umfassende Grundlage.

Ausbildungskosten 490 € inkl. Skript.
Umsatzsteuerbefreiung nach § 4 Nr.21a)bb)UStG.