DA-AT-23-01

Autogenes Training | Ausbildung zum Kursleiter | 15 FP

Das Autogene Training entwickelte der Nervenarzt und Psychotherapeut Prof. Dr. Schultz. Er beschäftigte sich sehr intensiv mit der Hypnose und setzte sie in seinem Hypnose-Institut in Breslau erfolgreich zur Heilung ein.

Seine Hypnose-Patient:innen berichteten ihm von Schwere- u. Wärmeerlebnissen in Armen und Beinen, sowie dem Gefühl einer Beruhigung von Atmung und Herzschlag. Parallel zu diesen körperlichen Empfindungen wurden Gefühle wie Entspannung, angenehme Müdigkeit und innerliche Ausgeglichenheit erlebt.

Schultz schlussfolgerte, dass Schwere mit Muskelentspannung, die Wärme mit einer Blutgefäßerweiterung und damit einer guten Durchblutung gleichzusetzen sei. Er fand heraus, dass sich der Patient selbst durch eine Ganzumschaltung in den hypnotischen (tranceartigen) Zustand versetzen kann. Aus diesem Grundprinzip entwickelte sich das Autogene Training.

Themen des Kurses:

- Grund- und Aufbaustufe
- Körperwahrnehmung
- Leitsätze / formelhafte Vorsatzbildung
- Konzeption eines Kurses
- Methodik, Didaktik
- Indikation und Kontraindikation des Autogenen Trainings
- Anmeldeverfahren / Anmeldung Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP)

Dieser Kurs kann als Modul zur Ausbildung zum **Entspannungspädagogen** angerechnet werden.

Siehe auch:
Progressive Muskelrelaxation | Ausbildung zum Kursleiter
Entspannungstherapie
Prüfung zum Entspannungspädagogen

Leitung	Lehrteam Sabine Söllner
Kursgebühr	0,00 €
Beginn	14.07.2023
Ende	16.07.2023
Kurszeiten	Fr. 14.07., 10:00 - 18:00 Uhr Sa. 15.07., 09:00 - 18:30 Uhr So. 16.07., 09:00 - 18:30 Uhr
Kursort	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Heilpraktiker, Logopäden
Fortbildungspunkte	15