

Seminarleiter/in Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Die Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Edmund Jacobson bewirkt durch willentliche An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen einen Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers. Sie leiten Ihre Klienten dazu an, die muskuläre Entspannung bewusst und aktiv herbeizuführen.

Mit dieser Methode können viele Beschwerden gelindert und behoben werden, wie z.B. Unruhe- und Verspannungszustände, Schwitzen,

Hypertonie, Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder Stress.

Die Methode der Progressiven Muskelentspannung ist leicht zu erlernen und bietet für Anfänger einen guten Einstieg in das Erlernen weiterer Entspannungstechniken. Das eigene Stressverhalten zu erkennen, es abzubauen oder zu verändern sowie mehr Ruhe und Gelassenheit zu entwickeln, sind ebenso Inhalte dieses Kurses wie Körperwahrnehmungsübungen und Wohlbefinden.

Das Seminar ermöglicht Ihnen, die Methode in Einzeltherapie oder im Gruppenseminar sofort beruflich einzusetzen.

Bitte beachten Sie: Ab dem 01. Oktober 2020 können sich Studierende mit einem staatlich anerkannten Berufs- oder Studienabschluss mit einem Gesundheits-, oder Sozialbezug gemäß dem Leitfaden Prävention S. 81 der Gesetzlichen Krankenkassen (§ 20 SGB V) bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) nur noch mit einem Stundenumfang von 120 Ustd. zertifizieren lassen. Entsprechende Aufbaumodule finden Sie in unserem Seminarprogramm.

Dozent/in HP Psy Torsten Kuhnke: Jg, 1964, Heilpraktiker für Psychotherapie in eigener Praxis mit Spezialisierung im Bereich Hypnosystemische Beratung, lösungsorientierte Kurztherapie und Aromatherapie. Ergänzende Ausbildungen absolvierte er im Bereich NLP, Onlinemarketing und Lerntechniken am ` Birkenbihl - Institut für gehirn-gerechtes Arbeiten`. Seit 2015 bringt er seine Erfahrungen und seine Kompetenz bei den Paracelsus Schulen ein. Als Aromapraktiker hilft er Einrichtungen der Kranken- und Altenpflege bei der Integration der Aromapflege in den pflegerischen Alltag, um die Situation der Pflegenden und Gepflegten nachhaltig zu verbessern.

Termine:

Sa. 18.02.2023

So. 19.02.2023

Sa. 11.03.2023

So. 12.03.2023

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

560,- Euro *

**Paracelsus Schule
Schweizer Str. 3 a
01069 Dresden**

Tel. 0351 - 472 15 15

Seminarnummer:

SSA08121122V2

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

