

Autogenes Training

Online Grundlagenseminar

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



ein einfacher und effektiver Weg.

Diese Fortbildung zum/r Seminarleiter/in für autogenes Training findet live im Internet in unserem virtuellen Seminarraum statt.

Die Entspannungsexpertin Eva Maria Lechner hat den Stoff optimal für Sie aufbereitet. Grundlagenwissen und praktische Entspannungsübungen ergänzen sich und Sie haben die gleichen Interaktionsmöglichkeiten wie im konventionellen Unterricht.

Neben dem Zuhören und Ausprobieren können Sie Fragen stellen, Feedback äußern und untereinander austauschen, sowohl mit der ganzen Gruppe als auch in Kleingruppen oder 1:1 Gesprächen in sogenannten „Break out rooms“.

Die angesagten Entspannungssequenzen erhalten Sie als Audio- Datei.

Als Vorbereitung für den letzten Tag werden Sie eine kleine Entspannungssequenz erarbeiten, auf Ihr Smartphone aufnehmen und schließlich mit den anderen Teilnehmer/innen als praktischen Unterrichtsversuch ausprobieren.

Ihre Karriere als Entspannungstrainer startet hier und jetzt – noch in diesem Winter. Mit modernster Technik und digitalen Möglichkeiten kommen Sie an Ihr Ziel, sich selbst und anderen Menschen im Stress wirksam zu helfen - als Seminarleiter/in für Autogenes Training.

Dozent/in Eva Maria Lechner: Jhg.1954. Ausbildung zur Gymnastiklehrerin. Weiterbildungen zur Qigong-Lehrerin (therapeutisches Qigong, Taijiquan, Meditation). Seit mehr als 25 Jahren arbeitet sie im Bereich Reha und Prävention als Entspannungstrainerin mit Leitung eines Zentrums für Energiearbeit und Naturheilkunde. Seit 2020 unterstützt sie Menschen in belastenden Situationen präventiv und in Einzelcoaching. Gern gibt sie ihr Wissen als Dozentin der DPS weiter.

Termine:

Sa. 13.04.2024

So. 14.04.2024

Sa. 27.04.2024

So. 28.04.2024

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

540,- Euro *



**Paracelsus Schule
Onlineunterricht**

Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

SSA111130424

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

