

Entspannungstraining mit Senioren/innen

Kursleiterschein

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE

© Robert Krauth/Puls.com



angepasst werden.

Seminarinhalt:

- Hintergrundwissen um physische und psychische Veränderungen im Alter
- Hintergrundwissen zu Stress und Entspannung
- Indikationen/Kontraindikationen
- seniorengeeignete Übungen aus Autogenem Training und Progressiver Muskelentspannung
- seniorengeeignete Entspannungsgeschichten und Fantasiereisen unter Einsatz von Klängen und Düften
- Bewegung und Entspannung
- methodisch-didaktische Grundlagen zum Aufbau einer Kurseinheit
- praktische Durchführung anhand von Beispiel-Kurseinheiten

Das Seminar richtet sich vor allem an Heilpraktiker/innen, Psychologische Berater/innen, Entspannungstrainer/innen sowie Pflege- und Betreuungspersonal.

Bitte eine Decke/Unterlage, warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Dozent/in HP Psy Ursula Braun: Heilpraktikerin für Psychotherapie mit Aus- und Weiterbildungen im Bereich Gerontologie/Demenz (über 10-jährige Berufserfahrung in diesem Bereich), Burnout, Entspannungstherapie, Energiearbeit, Analytischer Psychotherapie und Hypnose, EMDR, verschiedene Massagen und Psychologischer Astrologie. Gibt seit 2012 als Dozentin bei Paracelsus ihr Wissen und ihre Erfahrungen in unterschiedlichen Aus- und Fortbildungen weiter.

Immer stärker leiden auch ältere Menschen unter Stress und Leistungsdruck. Die Folgen sind häufig innerliche Unruhe, Erschöpfung und psychosomatische Beschwerden. Entspannungsverfahren können helfen, mit alltäglichen Stresssituationen besser umzugehen und die Lebensqualität zu verbessern. Bei der Arbeit mit Senioren/innen muss sowohl die körperliche als auch die seelische Verfassung berücksichtigt und das Training dementsprechend modifiziert und an die besonderen Bedürfnisse dieser Klientel

Termine:

Di. 21.05.2024

12:00-17:00 Uhr

Mi. 22.05.2024

Do. 23.05.2024

jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:

330,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Kaiserring 2-6
68161 Mannheim
Tel. 0621 - 418 32 32**

Seminarnummer:

SSH68210524

Anmeldemöglichkeiten:

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

