

# Autogenes Training

Seminarleiter/in

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Autogenes Training (AT) ist eine Art der Autohypnose zur körperlichen und seelischen Tiefenentspannung. Wohlbefinden, Erholung und Konzentrationsvermögen werden dabei gefördert. Autogenes Training wirkt psychosomatisch bedingten Funktionsstörungen entgegen und leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsprävention und unterstützt mannigfaltige Therapieprozesse.

In dieser Fortbildung erlernen Sie Grundlagen, Einsatzmöglichkeiten und Grenzen dieser Methode und werden vorbereitet auf die Einzeltherapie und die Leitung von Gruppenarbeit, der häufigsten Anwendungsform des Autogenen Trainings. Sie können diese gefragte Methode in eigener Praxis und/oder in zahlreichen Gesundheits-, Wellness- und Bildungseinrichtungen erfolgreich einsetzen.

Um sich bei den Krankenkassen zertifizieren lassen zu können, benötigen Sie ab dem 01. Oktober 2020 insgesamt 120 Ustd. Entsprechende Aufbauangebote finden Sie in unserem Seminarangebot.

Bitte beachten Sie hierzu den aktuellen Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V, den Sie im Internet veröffentlicht finden.

**Dozent/in Lilian Bürgel:** Jg.1952. Sie studierte Psychologie an der Uni Freiburg, danach folgten Ausbildungen in verschiedenen Massagetechniken: Esalenmassage, Psychic-Massage (nach Roberta DeLong Miller), Lomi-Lomi-Nui, Kahiloha, Tiefenentspannungs-, Schwangeren-, Babymassage, Pränatale Massage, Treggering (Gelenkarbeit), sowie Rebalancing. Sie absolvierte Ausbildungen zur Meditationslehrerin, Reiki Meisterin und Lehrerin, zum lizenzierten Bewusstseins- und Motivationscoach, in Chakra- und Energiearbeit und Stresstransformation. Frau Bürgel arbeitete in verschiedenen Hotels als Trainerin im Wellnessbereich. Seit 1992 ist sie erfolgreich in ihrer eigenen Praxis tätig. Eine Ausbildung als Hypnotherapeutin mit Rückführungsmethoden rundet ihr Profil ab.

Termine:

**Sa. 05.07.2025**

**So. 06.07.2025**

**Sa. 27.09.2025**

**So. 28.09.2025**

jew. 09:30-17:30 Uhr

Preis:

**590,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Bertoldstr. 65  
1. OG  
79098 Freiburg  
Tel. 0761 - 70 28 71**

Seminarnummer:

**SSH78240525V4**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

