

Donnerstag, 23.02.

09.30 Uhr

Psychosomatische Entspannung 2 - Didaktik und Methodik, spezielle Anwendungen, Supervision

Zertifikatskurs

Ein integriertes Entspannungstraining für jeden Alltag: Es ermöglicht mehr Gelassenheit und eröffnet individuelle Wahlmöglichkeiten für den eigenen Zugang zur psychosomatischen Entspannung. Unter dem Aspekt der Zeitökonomie vermittelt das Training eine Auswahl von Einzelübungen. Ein psychisches wie somatisches Wohlbefinden wird sofort spürbar - sowohl unter eigener Kontrolle als auch unter ungünstigen äußeren und inneren Bedingungen. Der Kurs ist geeignet für Menschen, die Entspannungstrainings schnell wieder aufgeben; sei es mangels seltener Gelegenheit zur Ausübung oder wegen erlebter Angst bei unkontrollierter, tiefer, ungewohnter Entspannungswirkung, welche die positive Wirkung der Entspannung wieder zunichte machen kann.

Aufbauend auf den Selbsterfahrungen und Erkenntnissen vermittelt Teil 2 (16 UE) schwerpunktmäßig didaktische und methodische Aspekte in der Einweisung zur Vermittlung an interessierte Menschen im präventiven und klinischen Rahmen, psychologisch wirksame Kombinationen von Übungen (»Oberstufe« des PSE), Indikation und Kontraindikation, besondere Fälle, Supervision.

Voraussetzung für die Anmeldung zu diesem Kurs ist die vorangegangene Teilnahme am »Psychosomatischen Entspannungstraining 1 - Einführung, Grundlagen, Eigenerfahrung« im Jahr 2022. Ein Zertifikat erwirbt, wer die Teilnahme an dem Seminar »Psychosomatische Entspannung« mit insgesamt 32 UE nachweisen kann.

Sollte eine Durchführung in Präsenzform nicht möglich sein, wird diese Veranstaltung am selben Termin online stattfinden.

Seminarleitung

Thomas Welker

Dipl. Psychologe, Klinischer Psychologe/ Psychotherapie, Supervisor, anerkannter Ausbilder für AT, PR, PSE und MultiModale StressKompetenz (MMSK), Dozent

Alle Termine zu diesem Thema

23.2.2023 09:30 Uhr - 24.2.2023 17:00 Uhr

Dauer

16 Unterrichtseinheiten

Kosten

Regulär 445,- Euro, Mitglieder 368,- Euro

Ort

Den Durchführungsort veröffentlichen wir ca. 2 Wochen vor der Veranstaltung.