

 Psychotherapie

Autogenes Training - Seminarleiterschein – Grundkurs

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, leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsprävention und unterstützt mannigfaltige Therapieprozesse.

In dieser Fortbildung zum Erwerb des AT-Seminarleiterscheins 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.

Ein informatives Skript ist im Seminarpreis enthalten.

Dieses Seminar erfüllt die ab dem 30.09.2020 erforderlichen fachpraktischen Kompetenzen des Präventionsleitfadens der gesetzlichen Krankenkassen und richtet sich an die Teilnehmer/innen des Seminars „Autogenes Training/ Seminarleiterschein“ mit einem Gesundheits- oder Sozialbezug.

Diese können sich nach Abschluss des Seminars bei vorliegen der weiteren fachwissenschaftlich- und übergreifenden Ausbildungsvoraussetzungen bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) mit dem Gesamtstundenumfang von 120 Ustd (90 Zeitstunden) aus den Seminaren „Autogenes Training/ Grundkurs“ und „Autogenes Training/ Aufbauseminar“ zertifizieren lassen (Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 II SGB V).

Termine

Sa, 07.02.2026

10:00-18:00 Uhr

So, 08.02.2026

10:00-18:00 Uhr

[und 2 mehr](#)

Preis

590,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Saarbrücken
Bahnhofstr. 31, 2.OG über Modehaus Zara
66111 Saarbrücken
Tel. 0681-3 22 62

Seminarnummer

SSB66100126

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 30.01.2026

Dozentin

Christina Steiner

Jg. 1969. Frau Steiner folgte früh dem inneren Ruf, sich der Heil- und Bewusstseinsarbeit zu widmen. Sie absolvierte eine zweijährige Ausbildung zur Shiatsu-Therapeutin und Wellnessmasseurin mit erfolgreichem Abschluss. 2010 vertiefte sie ihren Weg mit den Ausbildungen zur Entspannungspädagogin und zur Yogalehrerin (500 Std.). Weitere Initiationen in Raindrop Technique, Aromatherapie und energetischer Heilarbeit erweiterten ihr Wirken. Sie ist Schülerin der Universität von Sri Kaleshwar. Seit 2018 wirkt sie als Ausbilderin, seit 2020 als Ernährungsberaterin. Heute begleitet sie Menschen als Seelenmentorin, Bewusstseinstrainerin und Leiterin spiritueller Kraftortreisen.