

 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, 03.10.2026

10:00–18:00 Uhr

So, 04.10.2026

10:00–18:00 Uhr

[und 2 mehr](#)

Preis

590,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Kassel

Mauerstraße 13 2.OG

34117 Kassel

Tel. 0561-932 47 47

Seminarnummer

SSH35031026

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 15.03.2026

Dozentin

Manuela Grabe

Jg. 71. Gelernte Krankenschwester und seit 2004 als Heilpraktikerin freiberuflich tätig. Sie ist Entspannungstherapeutin, zugelassen bei den Krankenkassen im Präventionsbereich für AT und PMR sowie Stressberatung. Spezialisiert hat sie sich auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen und verfügt über eine Fachausbildung zur systemischen Kinder-, Jugend und Familientherapeutin. Ergänzend ist sie AD(H)S Coach und Spieltherapeutin. Sie setzt sich beratend für Kinder, Jugendliche und Familien an versch. Institutionen ein. Die Ausbildung der Sozialpraktikerin an einer Internationalen Fernhochschule rundet ihr Profil ab. Sie hat viele verschiedene soziale Projekte für Ihren Landkreis sowie auch das Fallmanagement für Alleinerziehende betreut. Sie ist international tätig.