

 Psychotherapie

Raus aus der Angst!

Es gibt vielfältige Ursachen für Ängste. Manche sind hilfreich und schützen uns vor realen Gefahren. Andere lähmen, engen ein und nehmen Lebensqualität.

Welche Ängste gibt es? Was kann man tun, wenn Angst zur dauerhaften Belastung wird? Oder sie sich zur Panik steigert? Wie kann man das vermeiden?

Im Seminar werden verschiedene Formen der Angst, psychosomatische Auswirkungen sowie therapeutische und effektive Maßnahmen dagegen besprochen.

Themeninhalte werden sein:

- Grundformen der Angst
- Psychosomatische Auswirkungen und woran erkenne ich die Angst als Ursache?
- effektive Übungen zur Selbstbehandlung
- Swish-Technik
- EFT-Klopftchnik
- Imaginationen und Maltherapie
- Entspannungstechniken

Die Wirksamkeit der verschiedenen Methoden wird mit Anregungen und Übungen nahe gebracht.

Das Seminarangebot stellt ein wertvolles Werkzeug für den Praxisalltag dar und richtet sich an Berufsgruppen aus dem psychotherapeutischen Kontext.

Termin

Mo, 26.10.2026
09:00-17:00 Uhr

Preis

155,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Augsburg
Oberbürgermeister-Drei-
fuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSH89261026

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 24.09.2026

Dozent

Luca Interlandi

Jg. 1981. Herr Interlandi schloss sein Diplom-Agrartechniker für Landwirtschaft und Umwelt in Italien ab. Seine Begeisterung für Psychologie führte ihn zu zahlreichen Weiterbildungen, u. a. als Psychologischer Berater, Personal Coach, NLP-Master, MFT-Therapeut und Angst-Coach (Paracelsus Schule). Nach mehreren Jahren Berufserfahrung übernahm er 2019 eine Führungsfunktion im Bestattungsdienst. Seit 2024 ist er freiberuflich als Psychologischer Berater und Coach tätig. Seine Führungsstärke, Empathie und Kommunikationsfähigkeit prägen seine Arbeit.