Psychotherapie

Entspannungstherapie und -training

Entspannung ist eine unverzichtbare Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Ein Übermaß an Stress und Anspannung kann zu ernsthaften Erkrankungsbildern führen.

Wie groß das Bedürfnis nach Entspannung geworden ist, zeigen steigende Teilnehmerzahlen in entsprechenden Kursen. Entspannung ist offenbar für viele nichts Natürliches oder Selbstverständliches mehr, sondern muss neu erlernt werden. Entspannungstherapeuten und -trainer helfen ihren Klienten in diesem Lernprozess und leisten damit einen wichtigen Beitrag in Prävention und Therapie.

Die Paracelsus-Ausbildung bietet eine Auswahl erfolgreicher und bewährter Methoden, mit denen die Klienten Entspannung wieder erleben und in ihren Alltag integrieren können. Dabei werden westliche und östliche Techniken vorgestellt, um die Vielfalt aufzuzeigen und den individuell unterschiedlichen Bedürfnissen der Klienten gerecht zu werden.

Sie werden Entspannung in dieser Ausbildung ganz neu für sich entdecken!

Ausbildungsinhalte:

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (Seminarleiterschein Grundkurs)
- Autogenes Training (Seminarleiterschein Grundkurs)
- Fantasiereise zum inneren Ort der Ruhe und Regeneration
- Qigong
- Entspannungswirkung von Farben und Düften
- Reise durch die Chakren und Wege zu ihrer Harmonisierung
- Klangschalenmassage
- u.w.

Bitte beachten Sie, dass je nach Studienort die angebotenen Entspannungstechniken abweichen können. Für genauere Informationen kontaktieren Sie bitte die Studienleitung.

Die Methoden können in Einzel- und Gruppenarbeit eingesetzt werden, in eigener Praxis oder in vielen Einrichtungen für Wellness, Prävention und Gesundheit. Teilnehmer mit Heilerlaubnis können sie im Rahmen ihrer therapeutischen Praxis integrieren.

Teilnehmer/innen mit Heilerlaubnis erhalten von der Paracelsus Akademie ein Zertifikat „Entspannungstherapeuten/in“, Teilnehmer/innen ohne Heilerlaubnis den Abschluss zum/r „Entspannungstrainer/in“.

Diese Ausbildung wird als Modul ETS/WT der Wellnesstrainer/in-Ausbildung anerkannt. Zusätzlich ist eine Zertifizierung durch den Fachverband Wellness, Beauty und Gesundheit e.V. (WBG) möglich.

Näheres finden Sie auf den Seiten des WBG unter

https://www.wellness-fachverband.de/verband/zertifizierung.html..

Termine

Sa, 10.04.2027
10:00-18:00 Uhr
So, 11.04.2027
10:00-18:00 Uhr
und 14 mehr

Preis

2.300,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Würzburg
Berliner Platz 11/Eingang Schweinfurter Straße
97080 Würzburg
Tel. 0931-57 33 22

Seminarnummer

SSH87100427V

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 17.11.2026

Dozentin

Brigitte Graß

Jg. 1958, gesch., 2 erw. Kinder, Dipl-Ing. (FH) Architektur, Feng Shui Beraterin und Geomantin. Psych. Beraterin und Klangschalen-Therapeutin. Eigene Praxistätigkeit seit 2014; Schwerpunkte: therapeut. Arbeit mit meditativen Klang-Massagen, Klangreisen (Einzeln und in Gruppen), Imagination und Klang, Entspannungstechniken, energet. Wirbelsäulenaufrichtung, Chakrenarbeit. Jetzt gibt sie ihr Wissen als Dozentin der DPS weiter.