

Entspannungstherapie und -training

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



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

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>.

Dozent/in Lutz Fußangel: Jg. 1969, verheiratet, fünf Kinder. Mit Abschluß als Instrumentalpädagoge ist Lutz Fußangel seit 1989 an diversen Berliner Schulen und Musikschulen aktiv, gibt regelmäßig Workshops und Lehrerfortbildungen im Jazzbereich und hat somit weitreichende Erfahrung im Vermitteln von Unterrichtsinhalten, spezialisiert auf inhomogene Gruppen. Seine Ausbildung zum Therapeuten für Qi Gong nach Yangsheng absolvierte er in den Paracelsus-Schulen in Berlin, Dresden, Jena und zusätzlich in Bad Elster. Ausbildungsschwerpunkte: Qi Gong Yangsheng, Qi Gong mit Kindern / Arbeit mit ADHS-Kindern, Guolin Qi Gong für Krebspatienten, Huxi Qi Gong (Atem Qi Gong - eigene Entwicklung der Form).

Termine:

Sa. 13.12.2025

So. 14.12.2025

Sa. 17.01.2026

So. 18.01.2026

Sa. 31.01.2026

So. 01.02.2026

Sa. 21.02.2026

jew. 10:00-18:00 Uhr
weitere Unterrichtstermine
unter paracelsus.de

Preis:

2300,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Friedrichsplatz 8
34117 Kassel
Tel. 0561 - 932 47 47**

Seminarnummer:
SSH35131225V

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

