

Gesundheits- und Präventions-Coach

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Präventionsmaßnahmen waren noch nie so notwendig wie in einer Zeit, in der Erschöpfung bis zum Burnout und Dauerstress der Preis für den Fortschritt geworden sind. Erfolg, innerliche wie äußerliche Erfüllung, müssen nicht zwangsläufig gekoppelt sein mit körperlichem oder seelischem Knockout.

Der Präventions-Coach unterstützt Menschen darin, selbstverantwortlich für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu sorgen. Prävention und bewusste Gesundheitserhaltung, auf allen Ebenen, sind die Voraussetzung für persönlichen Erfolg und hohe Lebensqualität. Die erforderliche Basis bildet die synergetische Einheit und Zusammenarbeit von Körper, Mentalkraft und ausgewogener seelischer Balance.

Die Fachausbildung spannt deshalb einen weiten Bogen von der Optimierung des körperlichen `Betriebssystems` durch vitalisierende Nahrung, Körper- und Atemtechniken aus der östlichen und westlichen Gesundheitslehre, bis hin zu Brain- und Self-Management durch bewusste Kommunikation und Training der Mentalebene. Sie zeichnet sich durch Praxisnähe und viel Lebendigkeit aus. Selbsterkenntnis, Tiefe und Freude kommen nicht zu kurz.

Seminarinhalte:

- Modul 1: Burnout- und Stressprävention
- Modul 2: Ernährung als Prävention - die beste Selbstinvestition
- Modul 3: Bewusstsein ist der Schlüssel zur Klarheit
- Modul 4: Kommunikation im Wandel - Gesprächstherapie nach Rogers
- Modul 5: Ziel/Vision und Verwirklichung - Stabilisierung

Die Qualifizierung ist für alle Berufsgruppen geeignet, die das aktuelle Thema der Prävention in ihre beruflichen Tätigkeit vertiefen möchten, für Berater/innen und Therapeuten/innen, die dazu beitragen möchten, Menschen wieder in ihre persönliche Kraft zu führen und somit die Fähigkeit zu erhalten, ihre Potentiale zu entwickeln.

Dozent/in HP Psy Benjamin Lang: Jg. 1984; Er hat den Mastertitel in `Coaching, Organisationsberatung, Supervision` an der Universität Kassel erworben. Er absolvierte zudem eine Ausbildung zum Personal- und Business-Coach und als nächsten Schritt eine zweijährige Ausbildung zum psychologischen Berater und Heilpraktiker für Psychotherapie an der Paracelsus Schule in Kassel. Herr Lang spezialisierte sich durch eine Fachausbildung zum hypno-systemischen Coach und Berater und vertiefte seine Kenntnisse in Hypnose durch zusätzliche Weiterbildungen. Seit Mai 2016 ist Herr Lang erfolgreich in eigener Praxis niedergelassen.

Termine:

Sa. 14.03.2026
12:00-17:00 Uhr
So. 15.03.2026
Sa. 11.04.2026
So. 12.04.2026
jew. 10:00-19:00 Uhr
Sa. 23.05.2026
10:00-17:30 Uhr
weitere Unterrichtstermine
unter paracelsus.de

Preis:

3160,- Euro *

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

Seminarnummer:

SSH35140326V

Anmeldemöglichkeiten:

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

