# 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 HP Psy Gaby Renk:** Jg. 1962, `Seelenklang-Schamanin` mit den Schwerpunkten Schwingungs- und Energiemedizin und Epigenetische Heilarbeit. Ihre Qualifikationen: Dipl. Sozialarbeiterin, Musiktherapeutin, Fachtherapeutin für kreative und leiborientierte Traumatherapie, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Schwingungsmedizin, Energy Medicine Master, Neuro-Energetic-Programming Master. Ihr Credo: `Die Medizin der Zukunft ist eine Medizin der Schwingungen und Frequenzen` (Albert Einstein) - und diese Zukunft ist JETZT! Es ist also höchste Zeit, dass wir uns mit den Heilmethoden dieser NEUEN ZEIT und den damit verbundenen Erkenntnissen aus der Hirnforschung, Epigenetik und Quantenphysik vertraut machen. Das ist ihr ein besonderes Anliegen und eine Herzensaufgabe!

**Dozent/in HP Psy Claudia Spaeder:** Seit über 20 Jahren beschäftigt sich Frau Spaeder (Jg. 1966) mit Psychologie und Achtsamkeit. Nachdem sie als Fotografin, Bildreporterin und Mediendesignerin gearbeitet hatte, machte sie ihr großes Interesse zu ihrem Beruf: Als Heilpraktikerin für Psychotherapie (und Entspannungstherapeutin) praktiziert Frau Spaeder in Essen und begleitet Menschen z. B. bei Selbstwertproblemen, depress. Verstimmungen, Sinnfragen, Burn-Out/Stress, Verarbeitung schwerer Erkrankungen, Prüfungs- und anderen Ängsten sowie bei Partnerschaftskonflikten. Fachfortbildungen: Gesprächstherapie (nach C. Rogers), Gestalttherapie (nach F. Perls), Heilhypnose, Meditation, Autogenes Training, PMR und Atementspannung. Jetzt gibt sie ihr Wissen und ihre Erfahrung als Dozentin an den DPS weiter.

Termine:
**Sa. 30.08.2025**
**So. 31.08.2025**
**Sa. 27.09.2025**
**So. 28.09.2025**
**Sa. 25.10.2025**
**So. 26.10.2025**
**Sa. 08.11.2025**
jew. 10:00-18:00 Uhr
weitere Unterrichtstermine unter paracelsus.de

Preis:
**2300,- Euro ***

**Paracelsus Gesundheitsakademie**
**Girardetstr. 4**
**45131 Essen**
Tel. 0201 - 877 55 51

Seminarnummer:
**SSH43300825V**

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

* Irrtümer und Änderungen vorbehalten - 16.04.2025