

Mitteldeutsches Institut für Weiterbildung – MIFW GmbH

In Kooperation mit und zertifiziert durch Herrn Prof. em. Dr. K. Reschke (wissenschaftlicher Beirat)

Was ist Autogenes Training?

Das Autogene Training gehört zu den passiven Entspannungsverfahren und beruht hauptsächlich auf dem Prinzip der Autosuggestion. Es findet bei verschiedenen psychischen bzw. psychosomatischen Beschwerden Anwendung und gehört in Deutschland mittlerweile zu den gesetzlich anerkannten und abrechnungsfähigen Leistungen in der Psychotherapie. Autogenes Training ist auch im Bereich der Prävention ein fester Bestandteil vieler Programme, Kurse und Maßnahmen.

Die Arbeit als Kurstrainer/in

Als Kurstrainer/in für Autogenes Training führen Sie Gruppenkurse oder Einzeltrainings durch. Sie leiten die Grund- und Mittelstufe dieser Entspannungsmethode selbstständig und eigenverantwortlich in privaten oder beruflichen Kontexten an. Durch den präventiven Hintergrund werden Sie dabei Teil der allgemeinen Gesundheitsvorsorge verschiedener Menschen. Zu Ihren Einsatzorten zählen sämtliche Einrichtungen des Gesundheitsmarktes. Sie haben auch die Möglichkeit, mit einem eigenen Kursangebot auf selbstständiger Basis oder als Bestandteil der betrieblichen Gesundheitsförderung im Rahmen eines BGM zu arbeiten.

Ausbildungsziel

Ziel der Kurstrainerausbildung beim MIFW ist es, die Fähigkeit zu erlangen, AT bei sich selbst und anderen eigenverantwortlich anzuleiten und damit einen Beitrag zur Prävention verschiedener Krankheitsbilder zu leisten.

Dauer

3 Tage (32 UE*)

Kosten

379,00 € (Normalpreis), 329,00 € (Frühbucherpreis**)

Prüfung

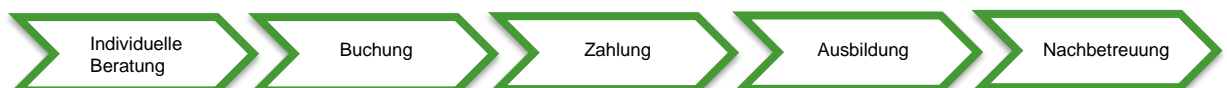
praktische Lehrprobe

Inhalte

- Theoretische Grundlagen
- (Kontra-)Indikationen
- Anwendungsgebiete
- Selbsterfahrung / Praxis
- Kursgestaltung
- Grundstufe AT
- Mittelstufe AT
- Ruhebilder
- Kursplanung
- Kursdurchführung
- Kursevaluation
- Erfolgskontrollen
- Informationen zur ZPP

Ausbildung beim MIFW

- ✓ vielfältiges Angebot
- ✓ kostenfreie Ratenzahlung
- ✓ bundesweite Seminarorte
- ✓ digitales Seminaraterial
- ✓ qualifizierte Dozent/innen
- ✓ langjährige Expertise
- ✓ individuelle Beratung



*Unterrichtseinheiten

** Bei Buchung 8 Wochen vor Seminarbeginn