

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 Kursleiter/in

Kursleiter/innen für AT sind vor allem im Gesundheitswesen gefragt. Dabei ist die Durchführung von Präventionskursen nach § 20 SGB V im Rahmen der Selbstständigkeit das Haupttätigkeitsfeld. Dennoch findet AT ebenfalls in therapeutischen Einrichtungen, wie auch im Bereich der Kranken- und Altenpflege Einsatz. Auch im Spa- und Wellnessbereich sowie in eigenen Beratungspraxen existieren Tätigkeitsfelder. Hier können Sie Einzelseminare und Gruppenkurse selbstständig planen und durchführen. Des Weiteren ist auch das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM), hier vor allem im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF), ein attraktiver Einsatzbereich für Kursleitende.

Ausbildungsziel

Ziel der Kursleiterausbildung 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. Die Ausbildung ist bei gegebener fachwissenschaftlicher Qualifikation im Rahmen der Zertifizierung bei der Zentralen Prüfstelle Prävention anerkannt.

Dauer

11 Tage (120 UE*)

Kosten

1.299,00 € (Normalpreis), 1.199,00 € (Frühbucherpreis**)

Prüfung

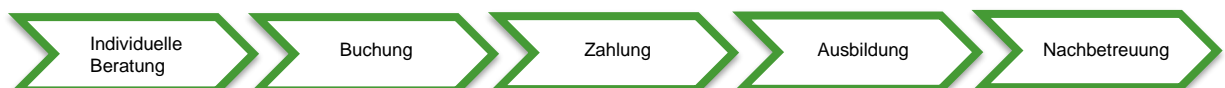
praktische Lehrprobe, schriftlicher MC-Test

Inhalte

- theoretische Grundlagen
- Anwendungsgebiete AT
- (Kontra-)Indikationen
- Grund- und Mittelstufe AT
- Praxis und Selbsterfahrung
- Erfolgskontrollen
- Stresstheorien
- Grundlagen Entspannung
- Prävention und Therapie
- AT in Lebenswelten
- Kontext BGM
- Effekte von AT
- Rollen einer Kursleitung
- Lernbereiche & Lerntypen
- Arten von Motivation
- Erwachsenenpädagogik
- Gesprächsführung
- Kompetenztraining
- Rhetorik
- Prävention
- Gesundheitsförderung
- Salutogenese
- BGM
- GKV-System Deutschland

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