

# Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

## Seminarleiter/in

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Die Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson bewirkt durch willentliche An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen einen Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers.

Sie leiten Ihre Klienten/innen dazu an, die muskuläre Entspannung bewusst und aktiv

herbeizuführen. Mit dieser Methode können viele Beschwerden gelindert und behoben werden wie z.B. Unruhe- und Verspannungszustände, Schwitzen, Hypertonie, Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder Stress.

Das Seminar ermöglicht Ihnen, die Methode in Einzeltherapie oder im Gruppenseminar sofort beruflich einzusetzen.

Bitte bringen Sie eine Isomatte oder ähnliches, eine Decke, warme Socken, evtl. zwei kleine Kissen und Schreibzeug mit.

Das Seminarangebot richtet sich an Heilpraktiker/innen für Psychotherapie(-anwärter/innen), Heilpraktiker/innen, Coaches, Therapeuten aus dem Wellness,- und Beautybereich sowie andere, am Thema interessierte Fachkräfte aus Gesundheitsberufen, die ihr Praxisportfolio um diese neue Therapie erweitern möchten.

Dieses Seminar erfüllt die ab dem 01.01.2020 erforderlichen fachpraktischen Kompetenzen des Präventionsleitfadens der gesetzlichen Krankenkassen und richtet sich an die Teilnehmer des Seminars „ Progressive Muskelentspannung/ Seminarleiterschein “ mit einem Gesundheits- oder Sozialbezug.

Diese können sich nach Abschluss des Seminars bei Vorliegen der weiteren fachwissenschaftlich- und übergreifenden Ausbildungsvoraussetzungen bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) mit dem Gesamtstundenumfang von 120 Ustd (90 Zeitstunden) aus den Seminaren „ Progressive Muskelentspannung/Grundkurs “ und „ Progressive Muskelentspannung/Aufbaukurs“ zertifizieren lassen (Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V).

**Dozent/in HP Psy André Yassa:** Jg. 1961. Er arbeitete 25 Jahre lang als Kunstmaler, bevor er über die Kunst- und Maltherapie zur Systemischen Therapie kam und seine Ausbildung zum Systemischem Familientherapeut und Heilpraktiker für Psychotherapie machte. Seit einigen Jahren arbeitet er in Nürnberg in eigener Praxis im Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppensetting. Sein Schwerpunkt sind Burnout und die Verarbeitung traumatischer Erlebnisse. Er gibt als zertifizierter Dozent Kurse in Entspannung und arbeitet als Dozent an den Deutschen Paracelsusschulen.

Termine:

**Sa. 29.11.2025**

**So. 30.11.2025**

**Sa. 13.12.2025**

**So. 14.12.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

**570,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Berliner Platz 11  
97080 Würzburg  
Tel. 0931 - 57 33 22**

Seminarnummer:  
**SSB87291125**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

