

Fantasiereisen und Meditationen selbst gestalten

Einführung

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Fantasiereisen und Meditationen unterstützen den Menschen dabei, wieder in seine Mitte zurückzufinden. Somit kann eine heilende Wirkung entstehen und zahlreiche Beschwerdebilder und Beeinträchtigungen werden gelindert, beseitigt oder treten erst gar nicht auf, wie z.B.:

- Stress
- Ängste (bspw. vor Bewerbungen/Prüfungen)
- Magen-, Darmstörungen
- Schlafstörungen
- Bluthochdruck
- allgemeine Verspannungen
- Kopfschmerzen
- Nacken- und Schulterschmerzen
- Antriebsschwächen
- Unruhezustände.

Wir gehen auf vorhandene Beispiele von Fantasiereisen und Meditationen ein, die nicht nur theoretisch betrachtet werden, sondern deren Wirkungen Sie durch das unmittelbare Erleben erfahren können. Sie lernen, worauf es beim Gestalten einer Fantasiereise oder einer Meditation ankommt und wie Sie Ihre eigene Kreativität und Ihren Ideenreichtum bei den verschiedenen Wirkelementen wie Atmung, Ruhe, Wärme, Entspannung, Leichtigkeit, Farben, Formen, Gefühle, Glaubenssätze etc. sinnvoll aufeinander aufbauend zu einer Geschichte bzw. zu geführten Meditation verschmelzen können.

Der Kurs erweitert das Praxisportfolio aller psychotherapeutisch, naturheilkundlich oder beratend Tätigen.

Dozent/in HP Psy Claudia Dreßelmann: Diplom-Übersetzerin, Ausbildung zur Heilpraktikerin und zugelassene Heilpraktikerin für Psychotherapie. Fachfortbildungen zur Ernährungsberaterin und Entspannungstherapeutin folgten. Weiterbildungen in Hypnose, Klassischer Homöopathie, Aromapraxis und Entspannungstherapie für Kinder und Jugendliche. Seit 2009 als Ganzheitliche Ernährungs- und Gesundheitsberaterin und in den Bereichen Coaching und Lehre für Kinder und Erwachsene tätig. Ihr umfangreiches Wissen gibt sie gerne als Ausbildungsleiterin und Dozentin weiter.

Termine:
So. 27.04.2025
10:00-18:00 Uhr

Preis:
135,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Gördelinger Str. 47
38100 Braunschweig
Tel. 0531 - 250 21 41**

Seminarnummer:
SSH33010225V5

Anmeldemöglichkeiten:

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

