

# 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.

### Ausbildungsinhalte:

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (Seminarleiterschein)
- Autogenes Training (Seminarleiterschein)
- Qigong
- Klangschaalenmassage

Die Methoden können in Einzel- und Gruppenarbeit eingesetzt werden, in eigener Praxis oder in vielen Einrichtungen für Wellness, Prävention und Gesundheit. Absolventen 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`.

Ein umfangreiches Skript ist im Seminarpreis enthalten.

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 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:

**Sa. 19.04.2025**

**So. 20.04.2025**

**So. 27.04.2025**

**Sa. 03.05.2025**

**So. 04.05.2025**

**Sa. 31.05.2025**

**So. 01.06.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr  
weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

### Preis:

**2300,- Euro \***

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

### Seminarnummer:

**SSH33190425V**

### Anmeldemöglichkeiten:

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

