

# 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. Sie werden Entspannung in dieser Ausbildung ganz neu für sich entdecken!

Ausbildungsinhalte: Seminarleiter/in Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson - Grundkurs; Seminarleiter/in Autogenes Training - Grundkurs; Qigong; Meditation; Entspannungswirkung von Farben und Düften; Reise durch die Chakren und Wege zu ihrer Harmonisierung; Klangschalenmassage

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

Näheres finden Sie auf den Seiten des WBG unter <https://www.wellnessfachverband.de/verband/zertifizierung.html>.

**Dozent/in Jasmin Kemper:** Jg. 1987; Fachkosmetikerin seit 2007 mit den Inhalten Med. Fußpflege, App. Kosmetik, Ganzkörpermassage, Wellnessbehandlungen; Weitere Fachausbildungen im Themenfeld Massage und Kosmetik: Hot- Stone-Massage, Kräuterstempelmassage, Aromaölmassage, Meridian Bürstenmassage, Ayurveda Massage, diverse Körperanwendungen, Wimpern und Augenbrauen Lifting und langjährige Erfahrung in der Anwendung dieser Methoden. Ausbildung z. Entspannungstrainerin bei den Deutschen Paracelsus Schulen und freiberufliche Tätigkeit an Rehakliniken und Wellness-Einrichtungen in den Bereichen QiGong, PME, Autogenes Training und Nordic Walking. Selbstständigkeit im eigenen Kosmetikstudio in Bad Salzufen.

Termine:

**Sa. 26.04.2025**

**So. 27.04.2025**

**Sa. 03.05.2025**

**So. 04.05.2025**

**Sa. 17.05.2025**

**So. 18.05.2025**

**Sa. 24.05.2025**

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

Preis:

**2300,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Herforder Str. 74  
33602 Bielefeld  
Tel. 0521 - 136 80 63**

Seminarnummer:  
**SSH48260425V**

Anmeldemöglichkeiten:

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

