

# Autogenes Training

## Seminarleiterschein

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Autogenes Training (AT) ist eine Art der Autohypnose zur körperlichen und seelischen Tiefenentspannung.

Wohlbefinden, Erholung und Konzentrationsvermögen werden dabei

gefördert. Autogenes Training wirkt psychosomatisch bedingten Funktionsstörungen entgegen und leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsprävention und unterstützt mannigfaltige Therapieprozesse.

In dieser Ausbildung zum Erwerb des AT-Seminarleiterscheins erlernen Sie Grundlagen, Einsatzmöglichkeiten und Grenzen dieser Methode und werden vorbereitet auf die Einzeltherapie und die Leitung von Gruppenarbeit, der häufigsten Anwendungsform des Autogenen Trainings.

Sie können diese gefragte Methode in eigener Praxis und/oder in zahlreichen Gesundheits-, Wellness- und Bildungseinrichtungen erfolgreich einsetzen.

Dieses Seminar erfüllt die ab dem 30.09.2020 erforderlichen fachpraktischen Kompetenzen des Präventionsleitfadens der gesetzlichen Krankenkassen und richtet sich an die Teilnehmer des Seminars „Autogenes Training/ 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 „Autogenes Training/ Grundkurs“ und „Autogenes Training/ AufbauSeminar“ zertifizieren lassen (Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 II SGB V).

**Dozent/in Dipl.-Ing. Dietmar Bretsch:** Dipl. Ing. Dietmar Bretsch ist eingetragenes Mitglied der Architektenkammer Hessen und arbeitet als Projektmanager in der Windkraftbranche. Berufsbedingt immer wieder mit sehr komplexen Aufgaben konfrontiert, erlernte und vertiefte er verschiedenste Entspannungsverfahren, um Gelassenheit und Überblick auch in sehr stressigen Situationen zu bewahren. Seit mehreren Jahren gibt er sein vielfältiges Wissen über Entspannungsmethoden mit Humor und großem Engagement an die Teilnehmer der Ausbildungen zum Entspannungstrainer weiter.

Termine:

**Sa. 04.10.2025**

**So. 05.10.2025**

**Sa. 18.10.2025**

**So. 19.10.2025**

jew. 09:00-17:00 Uhr

Preis:

**590,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Amalienstr. 81  
Kaiserplatz  
76133 Karlsruhe  
Tel. 0721 - 955 33 43**

Seminarnummer:

**SSH75200925V2**

Anmeldemöglichkeiten:

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

