

Weitere Informationen zum Kurs

„Entspannungstherapeut für Erwachsene und Kinder“

**In Kooperation mit und Zertifizierung durch unseren wissenschaftlichen Beirat
Prof. Dr. K. Reschke vom Lehrstuhl Klinische Psychologie und Psychotherapie ·
Institut für Psychologie · Universität Leipzig**

Mit dieser Ausbildung erhalten Sie die Qualifikation zur Konzeption, Durchführung und zum gesundheits- bzw. präventionsorientierten Einsatz moderner Entspannungsverfahren. Daneben werden Ihnen pädagogische und psychologische Grundlagen vermittelt, die Ihnen helfen werden, Ihre Kurse bzw. das Einzelcoaching individuell und professionell zu gestalten.

Der Lehrgang enthält neben Theorie, Selbsterfahrung bzw. Gruppen- und Einzelarbeit alle grundlegenden Entspannungsverfahren: Kursleiter für Autogenes Training, Kursleiter für Progressive Muskelentspannung, Kursleiter für Stressmanagement, Entspannungsverfahren bei Kindern und Jugendlichen.

Obige Grundverfahren entsprechen inhaltlich den Kriterien des Verbands der Angestellten-Krankenkassen e. V. (VdAK) / Arbeiter-Ersatzkassen e. V. (AEV). Somit wird die Qualifikation unter Maßgabe der Einzelfallprüfung bei bestehender Grundqualifikation von den Krankenkassen gemäß §20 SGB V, Primärprävention, anerkannt. Bitte beachten sie hierzu den "[Leitfaden Prävention](#)" des GKV-Spitzenverbands.

Ziel

Teilnehmer erwerben die Qualifikation der therapeutischen Intervention mittels moderner Entspannungsverfahren im Einzel- und Gruppensetting sowie die Fähigkeiten, auf der Grundlage diagnostischer Kenntnisse auf die individuellen Anforderungen von Teilnehmern eingehen zu können.

Weitere Ausbildungen

Entspannungs-
therapeut für
Erwachsene und
Jugendliche

Autogenes Training

Progressive
Muskelrelaxation

Stressmanagement

Entspannungstrainer
für Kinder und
Jugendliche

Ernährungsberater

Gesundheitsberater

Gesundheitstrainer
(inkl. AT/PMR)

Gesundheitstrainer
(inkl. PMR/STR)

Gesundheits-
pädagogie

Systemischer
Berater

Kommunikations-
trainer

Seminare erfolgreich
organisieren

Psychologischer
Testleiter

Pilates-Lehrer

Yoga-Lehrer

Entspannungs-
training mit Yoga-
elementen für Kinder
und Jugendliche

Stressreduktions-
training mit
Yogaelementen bei
Erwachsenen

Inhalte

- theoretische Grundlagen der Psychologie und der Entspannungsverfahren
- psychosomatische Aspekte von Stress und Entspannung
- diagnostische Grundlagen
- (Kontra-) Indikationen
- Interventionsmöglichkeiten und Erfahrungen aus der Praxis
- verhaltenstherapeutischer Kontext
- kognitive und affektive Umstrukturierung
- Autogenes Training (Kursleiterschein)
- Progressive Muskelrelaxation (Kursleiterschein)
- Stressbewältigung/-management (Kursleiterschein)
- Einsatz von Entspannungshilfsmitteln (Musik, Visualisierung, etc.)
- Konzeption und Durchführung von Entspannungsseminaren und Trainingseinheiten
- Selbsterfahrung
- Kurz- und Teilübungen
- Evaluation, u.a.

Methoden

In den Kursen erlernen Sie die Elemente der einzelnen Entspannungsverfahren Schritt für Schritt. In interaktiven Vorträgen, in Gruppenarbeit sowie in Rollenspielen werden des Weiteren die theoretischen und praktischen Grundlagen der Verfahren und des Anleitens erarbeitet und einstudiert. Die Weiterbildung endet mit einer von den Teilnehmern selbst gestalteten Kurseinheit. Sie erhalten ausführliches Seminar material.

Zertifizierung

Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat unseres **wissenschaftlichen Beirats Prof. Dr. K. Reschke von der Universität Leipzig** und des **Mitteldeutschen Instituts für Weiterbildung und Entspannungsverfahren · MIFW GmbH** bescheinigt und erfolgt nach den Kriterien des Verbands der Angestellten-Krankenkassen e. V. (VdAK) / Arbeiter-Ersatzkassen e. V. (AEV). Eine solche Zertifizierung ist, bei entsprechender Grundqualifikation, eine notwendige Zusatzqualifikation zur Durchführung von Maßnahmen im Sinne der Primärprävention des § 20 Abs. 1 und 2 SGB V, mit u.a. Hauptträgerschaft der Krankenkassen, im Rahmen einer späteren Arbeit z.B. für die Durchführung von Präventionskursen. Der Kurs ist somit krankenkassenanforderungsorientiert. Bitte beachten sie hierzu den "[Leitfaden Prävention](#)" des GKV-Spitzenverbands.

Wir weisen zudem daraufhin, dass aufgrund der Vielfalt der Entscheidungsmöglichkeiten der Krankenkassen oft auch Entscheidungen auf Basis der Einzelfallprüfung getroffen werden können.

Weitere Ausbildungen

Entspannungs-
therapeut für
Erwachsene und
Jugendliche

Autogenes Training

Progressive
Muskelrelaxation

Stressmanagement

Entspannungstrainer
für Kinder und
Jugendliche

Ernährungsberater

Gesundheitsberater

Gesundheitstrainer
(inkl. AT/PMR)

Gesundheitstrainer
(inkl. PMR/STR)

Gesundheits-
pädagogie

Systemischer
Berater

Kommunikations-
trainer

Seminare erfolgreich
organisieren

Psychologischer
Testleiter

Pilates-Lehrer

Yoga-Lehrer

Entspannungs-
training mit Yoga-
elementen für Kinder
und Jugendliche

Stressreduktions-
training mit
Yogaelementen bei
Erwachsenen

Weitere Ausbildungen

Entspannungs-
therapeut für
Erwachsene und
Jugendliche

Autogenes Training

Progressive
Muskelrelaxation

Stressmanagement

Entspannungstrainer
für Kinder und
Jugendliche

Ernährungsberater

Gesundheitsberater

Gesundheitstrainer
(inkl. AT/PMR)

Gesundheitstrainer
(inkl. PMR/STR)

Gesundheits-
pädagogie

Systemischer
Berater

Kommunikations-
trainer

Seminare erfolgreich
organisieren

Psychologischer
Testleiter

Pilates-Lehrer

Yoga-Lehrer

Entspannungs-
training mit Yoga-
elementen für Kinder
und Jugendliche

Stressreduktions-
training mit
Yogaelementen bei
Erwachsenen

Abschließend sei vermerkt, dass völlig unabhängig von diesem Präventionsbezug der Teilnehmer ganz einfach befähigt wird, die gelernten Verfahren mit anderen, aber auch bei sich anzuwenden. Exakt dieser Punkt entspricht unserer Leistungserbringung, dem die obigen Aspekte bei individuellem Bedarf hinzukommen.

Trainer

Die **Trainer** besitzen langjährige Erfahrungen im Bereich der Schulung des Stressabbaus und der Durchführung von Entspannungsverfahren und sind zudem erfahrene Diplompsychologen in psychotherapeutischer Praxis und psychologischer Beratung.

Dauer

Die Ausbildung umfasst einen Zeitraum von 153 Unterrichtseinheiten. Diese Unterrichtseinheiten werden als Seminar, Übungen sowie kontrollierte Praxis (Supervision) absolviert. Die Seminare finden an 11 Tagen plus 4 Tage für häusliche Arbeit statt.

Kosten

EUR 1.150,- / Frühbuchertarif* EUR 1.100,-

* Frühbuchertarif: Buchung bis 8 Wochen vor Kursbeginn

Veranstaltungsort

Schulungszentren: **Erfurt, Dresden und Leipzig**

Alle finalen Kursinformationen werden den Teilnehmern via E-Mail ca. zwei Wochen vor Kursbeginn mitgeteilt. Angenehme Trainingsräumlichkeiten mit Entspannungsstühlen sind in den Schulungszentren des MIFW gegeben.

Sonstiges

Bitte zum Kurs bequeme Bekleidung, Verpflegung und ggf. warme Socken mitbringen.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt per Anmeldebutton auf unserer Homepage www.mifw.de, per E-Mail an info@mifw.de oder telefonisch unter 0361/653 133 90.

Weitere Ausbildungen

Entspannungs-
therapeut für
Erwachsene und
Jugendliche

Autogenes Training

Progressive
Muskelrelaxation

Stressmanagement

Entspannungstrainer
für Kinder und
Jugendliche

Ernährungsberater

Gesundheitsberater

Gesundheitstrainer
(inkl. AT/PMR)

Gesundheitstrainer
(inkl. PMR/STR)

Gesundheits-
pädagogie

Systemischer
Berater

Kommunikations-
trainer

Seminare erfolgreich
organisieren

Psychologischer
Testleiter

Pilates-Lehrer

Yoga-Lehrer

Entspannungs-
training mit Yoga-
elementen für Kinder
und Jugendliche

Stressreduktions-
training mit
Yogaelementen bei
Erwachsenen

Zahlungsmodalitäten

Der entsprechende Kurspreis ist innerhalb von 10 Werktagen ab Rechnungsdatum auf nachfolgendes Bankkonto zu überweisen:

Empfänger: **MIFW GmbH**
IBAN: DE12 1001 0010 0848 1791 03
BIC: PBNKDEFF
Bank: Postbank Hamburg

oder per Paypal.

Ist der Betrag auf dem Konto eingegangen, sind Sie verbindlich angemeldet.

Organisatorisches

Bei Unterschreitung einer Mindestanzahl an Teilnehmern kann der Kurs ausfallen und Sie erhalten in diesem Fall Ihre Zahlung umgehend zurück. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Stornierungen und Umbuchungen sind ausschließlich in Textform per Post, per Fax oder per E-Mail an info@mifw.de möglich und bedürfen einer Bestätigung durch das MIFW. Bei einem Rücktritt bis 16 Tage vor Kursbeginn wird eine Stornierungsgebühr von 20%, mindestens jedoch EUR 50,- einbehalten. Erfolgt eine Stornierung ab dem 15. Tag vor Kursbeginn, ist eine Rückerstattung der Kursgebühr nur noch in nachgewiesenen Sonderfällen möglich (z. B. Unfall, Krankheit etc., vorbehaltlich eines Abzuges von 20%, mindestens jedoch EUR 50,-).

Das Mitteldeutsche Institut gibt Ihnen jedoch die Möglichkeit, einen Ersatzteilnehmer zu benennen. Dieser darf weder bereits angemeldet, noch eine Anfrage gestellt haben. Sollten Sie zu Ihrem Kurs unentschuldig fehlen, besteht kein Anspruch auf einen kostenfreien Platz zu einem späteren Termin.

Postadresse und Büro Erfurt

Barbarosahof 2, 99092 Erfurt
Tel.: +49 361 653 133 90
Fax: +49 361 653 133 99
E-Mail: info@mifw.de

Weitere Kursangebote u.a. für Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Stressmanagement, Entspannungstraining für Kinder und Jugendliche, Ernährungsberater, Gesundheitsberater, Gesundheitstrainer (inkl. AT/PMR), Gesundheitstrainer (inkl. PMR/STR), Gesundheits-pädagoge, Systemischer Berater, Kommunikationstrainer, Seminare erfolgreich organisieren auf www.mifw.de.

Wir bitten darum, unsere verbindlichen Teilnahmebedingungen zu berücksichtigen.

Weitere Ausbildungen

Entspannungs-
therapeut für
Erwachsene und
Jugendliche

Autogenes Training

Progressive
Muskelrelaxation

Stressmanagement

Entspannungstrainer
für Kinder und
Jugendliche

Ernährungsberater

Gesundheitsberater

Gesundheitstrainer
(inkl. AT/PMR)

Gesundheitstrainer
(inkl. PMR/STR)

Gesundheits-
pädagogie

Systemischer
Berater

Kommunikations-
trainer

Seminare erfolgreich
organisieren

Psychologischer
Testleiter

Pilates-Lehrer

Yoga-Lehrer

Entspannungs-
training mit Yoga-
elementen für Kinder
und Jugendliche

Stressreduktions-
training mit
Yogaelementen bei
Erwachsenen