Autogenes Training (nach §20 zertifizierter Kursleiter)

Alles auf einen Blick:

Kosten	349,00 €
Zielgruppe	Mediziner, Physiotherapeuten, Interessierte
Kursziel / Abschluss	Zertifikat



Autogenes Training wurde Anfang des 20. Jahrhunderts von Prof. Dr. Johannes Heinrich Schultz entwickelt und ist eine Entspannungsmethode im Sinne der ganzheitlichen Salutogenese.

Die Wirksamkeit dieser konzentrativen Selbstentspannung, positiv regulierend auf das vegetative Nervensystem einzuwirken, wurde wissenschaftlich nachgewiesen und ist heute sowohl in präventiven als auch rehabilitativen Settings nicht mehr wegzudenken.

In dieser Maßnahme, die nach §20 SGB V Primäre Prävention und Gesundheitsförderung zertifiziert ist, erhalten Sie psychologisches Fachwissen und erlernen mittels anerkannter Methoden und Techniken, sowohl sich selbst autosuggestiv, als auch als Kursleiter andere Menschen anzuleiten, sich in einen entspannten Zustand zu versetzen, eine innere Ausgeglichenheit hervorzurufen und somit für mehr Entspannung zu sorgen.

Hinweis zur ZPP-Zulassung

Inhalte

- Der Kursleiter für "Autogenes Training"
  - Arbeitsplatz, Berufsbeschreibung und historischer Rückblick
  - Marktübersicht, Fortbildungsmöglichkeiten und Aufstiegschancen
  - Anforderungsprofil und notwendige Kompetenzen
  - Gesprächsführung und Kommunikationsstile
- Körperliche und psychische Belastungen der Gegenwart
- Stress
  - Medizinische, psychologische und physiologische Ansätze
  - Allgemeine und individuelle Stresswahrnehmung
  - Stressvermeidung, -reduzierung und -bewältigung
- Vorteile und Nutzen von Entspannungstechniken
- Gesundheitssystem in Deutschland
- § 20 SGB V Primäre Prävention und Gesundheitsförderung
  - Handlungsfelder der Primärprävention
  - Notwendige Grundqualifikationen zum Leiten von primärpräventiven Kursen
  - Verpflichtende Fort- und Zusatzqualifikationen
- Palliativ-regeneratives Stressmanagement: Autogenes Training
  - Grundlagen, Funktionsweise und Selbsterfahrung
  - Vorteile, Nutzen und Chancen
  - Medizinischer und präventiver Einsatz
  - Indikation und Kontraindikation
  - Nachteile und Risiken
- Autogenes Training (AT)
  - Grund-, Mittel- und Oberstufe

Standort

Schwandorf

Termin(e)

Kursbeginn: Februar 2025
21.02.2025–23.02.2025
02.03.2025
Stundenanzahl: 32 UE

Kurszeiten

Freitag	16:00–20:00 Uhr
Samstag	10:00–17:00 Uhr
Sonntag	10:00–17:00 Uhr

Weitere Informationen

Kooperationspartner
ASGE Akademie für Sport, Gesundheit und Ernährung

Veranstaltungsort
Döpfer Schulen Schwandorf GmbH
Klosterstraße 19
92421 Schwandorf

Döpfer ID
DA-SAD-906

Ihre Ansprechpartner

Stephanie Sperr
Tel: 0941 6989862-22
Fax: 0941 6989862-9
E-Mail: s.sperr@doepfer-akademie.de

Cosima Rewitzer
Tel: 0941 6989862-25
Fax: 0941 6989862-9
E-Mail: c.rewitzer@doepfer-akademie.de

- Aufbau von Trainingsphasen
- Einsteigerübungen
- Die sechs psychophysiologischen Standardübungen
- Übungen im Einzeltraining und gruppendynamische Übungen
- Formulierung, Hilfestellung und Schwierigkeiten der Übungen
- Ruheformel
- Effektive Rücknahme aus der Entspannung

- Einweisung in das Kurskonzept "Autogenes Training" (Konzept-ID: KO-ST-J72VEL)
  - Planung, Durchführung und Qualitätssicherung von Anwenderkursen
  - Rahmenbedingungen und Allgemeiner Kursaufbau
  - Umfang von 8 Einheiten á 60 min
  - Formulierung, Hilfestellung und Schwierigkeiten der Übungen
  - Transfer in den Alltag
  - Gruppen- und Einzelgespräche
  - Feedback

Teilnahmevoraussetzungen

Mindestalter 18 Jahre

Hinweise

Diese Fortbildung eignet sich für Psychologen, Psychiater, Psycho-, Physio- und Ergotherapeuten, Masseure und Interessierte.

Gemäß § 20 SGBV ist es nur möglich, seitens der Krankenkassen bezuschusste Präventionskure anzubieten, wenn der Kursleiter die Einweisung in das entsprechende Kurskonzept vorweisen kann. Darüber hinaus werden spezielle fachwissenschaftliche-, fachpraktische- und fachübergreifende Kompetenzen verlangt. Diese Voraussetzungen orientieren sich an den Handlungsfeldern und Präventionsprinzipien und werden detailliert im "GKV-Leitfaden Prävention" geregelt: Qualifikation der Kursleitung im Handlungsfeld "Stress- und Ressourcenmanagement" (Präventionsprinzip 2 "Förderung von Entspannung") (z.B. "Autogenes Training").

Zulassung:
Das enthaltene Kurskonzept ist nach den verbindlichen Standards des §20 SGB V Primärprävention von der ZPP geprüft und zugelassen. Konzept-ID: KO-ST-J72VEL

Qualifikationsstufe:
DQR/EQR Qualifikationsstufe 4 DIN-Norm 33961 Niveau 4

Dieser Lehrgang richtet sich an:

- alle Berufsgruppen mit medizinischer Vorerfahrung (Ärzte, Heilpraktiker, Physiotherapeuten, etc.), die nach entspannungstherapeutischen Ansätzen für die ganzheitlich orientierte Behandlung von Körper und Geist suchen.
- alle Personen mit der entsprechenden Grundqualifikation, die von den Krankenkassen bezuschusste Präventionskurse anbieten möchten.
- Trainer, die ihre Kenntnisse im Bereich der Psychologie, Entspannung und Regeneration erweitern möchten.
- alle Personen, die durch diese Ausbildung Ihre Einstellungschancen im medizinischen und gesundheitsorientierten Sektor erhöhen möchten.

Persönlichen Vorteile ...

- Berechtigt mit der entsprechenden Qualifikation der Kursleitung das Leiten des anerkannten §20-Kurses "Autogenes Training" im Handlungsfeld "Stress- und Ressourcenmanagement".
- Nachhaltiger Direktunterricht - höherer Lernerfolg!
- Hoher Anteil an praktischen Einheiten - direkter Bezug zur Praxis!
- Dozenten mit hoher Vermittlungskompetenz, Begeisterungsfähigkeit und langjähriger Berufserfahrung!