

Akademie GBP



Akademie GBP

für

- Qigong
- Tai Chi Chuan
- Autogenes Training
- Progressive Muskelrelaxation
- Multimodales Stressbewältigungstraining

Ausbildung zum Entspannungspädagogen für

- das Autogene Training nach I. H. Schultz,
- die Muskelrelaxation nach E. Jacobson
- das Multimodale Stressbewältigungstraining.



Institutsanschrift:

An den Deichwiesen 15 A
30659 Hannover-Bothfeld
Fon: 0511 6500684
Mail : info@akademie-gbp.de
Web: akademie-gbp.de

Institutsleitung:

Dipl. Päd. Michael Puschitzky
Stressreduktionscoach (ProC)
Entspannungspädagoge
Tai Chi Ausbilder (DDQT)
Qigong Ausbilder (DDQT)

Inhaltsverzeichnis

Ausbildungsbeschreibung

Berufsbild:

Tätigkeitsfelder:

Ziel der Ausbildung:

Inhalte der Ausbildung:

Abschluss:

Anerkennung:

Ausbildungsdaten

Studienanbieter / Studienort:

Studienart:

Studienleitung:

Studienumfang:

Studienzeiten je Block:

Studientermine / Ausbildungsblöcke 2018:

Studienteilnehmerzahl:

Studienteilnahmebedingungen:

Studieninvestition / Zahlungsbedingungen:

Überweisungsdaten:

Anmeldung / Info:

Häufig gestellte Fragen

Anmeldeformular

Anhang

Ausbildung zur/ zum Entspannungstrainerin / Entspannungstrainer für

- **das Autogene Training nach I.H. Schultz,**
- **die Progressive Muskelrelaxation nach E. Jacobson und**
- **das Multimodalen Stressbewältigungstraining.**

Bei entsprechendem Grundberuf wird der Studiengang zertifiziert als
Entspannungspädagogin / Entspannungspädagoge
bzw. **Entspannungstherapeutin / Entspannungstherapeuten**

Ausbildungsbeschreibung

Berufsbild:

Da immer mehr Menschen von Stress betroffen sind, steigt der Bedarf an individuellen Entspannungsmaßnahmen in der heutigen Zeit stetig an. Ob am Arbeitsplatz, in der Schule oder im privaten Umfeld, reagieren wir auf Überlastungen mit körperlichem Unwohlsein bis hin zu unterschiedlichen Reaktionen, wie: Hektik, Hilflosigkeit, Ängste, Traurigkeit, Ärger, Verspannungen usw...

Als ausgebildeter Entspannungspädagoge / Entspannungstrainer verfügen Sie hier über ein breites Spektrum an Entspannungsmaßnahmen und Stressreduktionsmethoden, um bei präventiven Maßnahmen Techniken zu vermitteln und auch Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

Tätigkeitsfelder:

Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer finden ihre Tätigkeitsfelder in Heilpädagogischen Praxen, ergotherapeutischen Praxen, Kinderarztpraxen, Selbsthilfegruppen, Kindergärten, Schulen, Kinderheimen, Kurkliniken, Mitarbeitertrainings in Firmen, Seminare in eigenen Veranstaltungsräumen oder Volkshochschulen etc.

Ziel der Ausbildung:

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung zum Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer hat jeder Teilnehmer ausreichend theoretische und praktische Erfahrungen gesammelt um Kurse für Erwachsene und Kinder in den Bereichen:

- Autogenes Training nach I.H. Schultz,
 - Progressive Muskelrelaxation nach E. Jacobson und
 - multimodales Stressbewältigungstraining
- selbständig zu leiten.

Sie können Kurskonzepte für Gruppen oder Sitzungen für Einzelpersonen in den oben genannten Entspannungsverfahren individuell erstellen und Ihr Angebot präsentieren.

Inhalte der Ausbildung:

In der Ausbildung zum Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer werden folgende Verfahren zur späteren selbständigen Durchführung theoretisch und praktisch vermittelt.

Autogenes Training:

Entstehung und Geschichte des Autogenen Trainings / Erlernen der sechs Grundstufen / Konzeption und Gestaltung eines Kurses / Umgang mit Fragen und möglichen Problemen (Praxisbericht)

Progressive Muskelrelaxation:

Entstehung und Geschichte der Progressiven Muskelrelaxation / die Muskelgruppen / Konzeption und Gestaltung eines Kurses / Umgang mit Fragen und möglichen Problemen (Praxisbericht)

Multimodales Stressbewältigungstraining:

Entstehung von Stress / Wirkung von Stress / Stresstheorien / Erkennen eigener Stressoren / Atemübungen / Genusstraining / Stressreduktionstraining / Erlernen von Methoden aus der Rational emotiven Verhaltenstherapie (REVT) und dem Neuro-Linguistischen Programmieren (NLP) / Konzeption und Gestaltung von Kurskonzepten und Einzelsettings / Fragen und mögliche Probleme (Praxisbericht)

Hypnotische Sprachmuster:

Erlernen wichtiger hypnotischer Sprachmuster nach Milton Erickson, die für die Begleitung zur tieferen Entspannung wirksam sind.

Fantasiereisen / Meditationen:

Theoretischer Hintergrund / Aufbau und Entwicklung / Einsatz von imaginativen Verfahren für Kinder und Erwachsene / Aufbau und Entwicklung eigener Meditationen und Fantasiereisen

Selbsterfahrung:

Die TeilnehmerInnen übernehmen an einzelnen Wochenenden selbständig Kurseinheiten, um weitreichende praktische Erfahrungen zu sammeln.

Umsetzung in den Beruf:

Wie bewerbe ich mich und mein Angebot / Planung von Seminaren und Erstellen von Angeboten / Existenzgründung / Kommunikation und Auftritt vor Gruppen / Umgang mit Widerständen.

Selbständiges Üben

Übungen zum Autogenen Training und der Progressiven Muskelrelaxation werden des Weiteren zu Hause weitergeführt.

Abschluss:

Für die Vergabe des Zertifikates mit dem Titel Entspannungstrainer ist die Teilnahme an den Wochenenden, sowie die schriftliche Ausarbeitung und Vorlage eines erstellten Kurskonzeptes erforderlich. Das Zertifikat wird auf unbestimmte Zeit vergeben und beinhaltet die Kursleiterqualifikation für Kinder und Erwachsene

- im Autogenen Training nach I.H. Schultz,
- der Progressiven Muskelrelaxation nach E. Jacobson und
- dem Multimodalen Stressbewältigungstraining.

Bei Vorlage eines entsprechenden Grundberuf wird der Studiengang zertifiziert als Entspannungspädagogin / Entspannungspädagoge bzw. Entspannungstherapeutin / Entspannungstherapeuten

Anerkennung:

Eine staatliche Anerkennung zum Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer oder Kassenanerkannte Ausbildungsgänge oder Institutionen gibt es derzeit in Deutschland nicht.

Die in unserer Ausbildung enthaltenen Kursleiterqualifikationen im Autogenen Training, der Progressiven Muskelrelaxation und dem multimodalen Stressbewältigungstraining entsprechen aber den Krankenkassenrichtlinien im Leitfaden für Prävention (September 2010). Bei dem Vorhandensein der hier geforderten beruflichen Grundqualifikation kann man sich mit dem Abschluss der Ausbildung zum Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer als Kursleiter bei den Krankenkassen zertifizieren lassen. Die Kosten für die angebotenen Kurse können dann von den gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V bezuschusst werden. Diese Bezuschussung beläuft sich in der Regel auf bis zu 80% der Kursgebühr. Wenn die zusätzlichen Qualifikationen nicht erfüllt sind, entscheidet immer der Einzelfall über eine Anerkennung.

Dieser Ausbildungs-Studiengang kann an der Akademie-GBP erweitert werden

- 1.) durch Übungsleiter-Studiengänge für die **weiteren Entspannungsverfahren wie Qigong / Tai Chi / Meditation**. Jeder Studiengang wird zertifiziert mit einem zusätzlichen Qualifikationsgrad des Entspannungspädagogen.
- 2.) Darüber hinaus kann dieser Ausbildungsgang ergänzt werden durch die Weiterbildung zum **Stressreduktions-Coach**.

Der abgeschlossene Ausbildungsgang zum Entspannungstrainer für

- das Autogene Training nach I.H. Schultz,
- die Progressive Muskelrelaxation nach E. Jacobson und
- das Multimodalen Stressbewältigungstraining.

ist jeweils Voraussetzung für diese Entspannungstrainer-Weiterbildungsgang-Studiengänge.

Informationen werden auf Nachfrage gerne gegeben

Ausbildungsdaten

Studienanbieter / Studienort:

Akademie GBP
30659 Hannover
An den Deichwiesen 15 A

Studienart:

nebenberufliche Wochenend-Ausbildung

Studienleitung:

Für diesen Ausbildungsgang konnte das Dozententeam [Anke und Matthias Westermann](#) gewonnen werden.

Anke Westermann ist Diplom Psychologin / Weiterbildungen unter anderen in: Stressbewältigung, Rational emotive Verhaltenstherapie, Energetische Psychologie (EDxTM).

Matthias Westermann ist Diplom Sozialpädagoge / Weiterbildungen unter anderen in: Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Muskelrelaxation, Fantasie- und Traumreisen), NLP Master, Stressbewältigung, Energetische Psychologie (EDxTM).

Beide Dozenten haben die Leitung des Weiterbildungsinstituts „[Impuls West - Bildung, Beratung und Therapie](#)“ in Saarbrücken.

Anke und Matthias Westermann führen regelmäßig krankenkassenanerkannte Kurse im Bereich Entspannung- und Stressbewältigungstraining sowie die Ausbildungen u.a. zum Entspannungstrainer und Stressreduktionscoach durch.

Studienumfang:

4 Blöcke (je FR., Sa., So.) mit insgesamt 76 Zeitstunden bzw. 101,33 UE/45Min.

Studienzeiten je Block:

Freitag : 16:00 Uhr - 20:00 Uhr

Samstag: 10:00 Uhr - 18:00 Uhr (mit 90 Minuten Mittagspause)

Sonntag : 09:00 Uhr - 16:00 Uhr (mit 90 Minuten Mittagspause)

Studientermine / Ausbildungsblöcke 2018:

Februar
02. bis 04.

März
02. bis 04.

April
27. bis 29.

Juni
01. bis 03.

Studienteilnehmerzahl:

Da es uns wichtig ist, in kleinen Gruppen einen großen Praxisbezug herzustellen, ist die Teilnehmerzahl auf mind. 10 und max. 14 begrenzt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge Ihres Einganges bearbeitet.

Studienteilnahmebedingungen:

Die Anmeldung muss schriftlich erfolgen und ist verbindlich.
Der Studienplatz erfordert eine schriftliche Bestätigung.
Für alle Unterrichtsstunden gilt die eigenverantwortliche Teilnahme der StudienteilnehmerInnen. Das Ausbildungsinstitut und der Dozent übernimmt keine Haftung für Schäden des Teilnehmers durch die Seminarteilnahme.

Studieninvestition / Zahlungsbedingungen:

1440,- € (aufteilbar in vier Monatsraten / 360,-€ je Block)
(Dieser Ausbildungsgang kann von der Bildungsprämie mit 500,-€ bezuschusst werden.)

In dem Preis sind enthalten:

ausführliches Handout, eine Audio-CD zum Autogenen Training, sowie Musik zur Verwendung der eigenen Kurse, Raummiete inkl. Getränke, Obst und Gebäck in den Pausen, Anmeldegebühr und Zertifikat.

Die Studiengebühren müssen 14 Tage vor Ausbildungsbeginn ganz oder spätestens 7 Tage vor dem jeweiligen Ausbildungsblock-Wochenende als Monatsrate bezahlt sein.

Wird die Seminargebühr später bezahlt, wird eine Säumnisgebühr von 20,00 € erhoben. Ist diese Seminargebühr bis zum Ausbildungswochenende nicht gezahlt, werden die gesamten restlichen Ausbildungskosten fällig.

Für Unterricht, der nicht wahrgenommen wird (werden kann), kann kein Abzug von den Studiengebühren geltend gemacht werden.

Die Ausbildung ist als Bildungsmaßnahme von der Umsatzsteuer befreit.

Überweisungsdaten:

Überweisungen der Teilnahmegebühr sind unter Angabe des Studiengangs „Entspannungspädagoge“ zu leisten an:

Michael Puschwitzky

Postbank Köln

IBAN: DE13370100500896492509 / BIC: PBNKDEFF

Anmeldung / Info:

Per Mail an:

info@akademie-gbp.de

oder direkt mit dem Kontaktformular unter:

www.akademie-gbp.de/kontakt-anmeldung.html

Per Post an:

[Akademie GBP / An den Deichwiesen 15 A / 30659 Hannover](#)

Nach erfolgreicher Anmeldung werden wir Ihnen eine Anmeldebestätigung zukommen lassen.

Häufig gestellte Fragen:

Kann ich für die Kurse eine Krankenkassenzulassung beantragen?

Die in unserer Ausbildung enthaltenen Kursleiterqualifikationen im Autogenen Training, der Progressiven Muskelrelaxation und dem multimodalen Stressbewältigungstraining entsprechen den Krankenkassenrichtlinien im Leitfaden für Prävention (September 2010). Bei dem Vorhandensein der hier geforderten beruflichen Grundqualifikation können Sie sich mit dem Abschluss der Ausbildung zum Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer als Kursleiter bei den Krankenkassen zertifizieren lassen.

Ist die Ausbildung staatlich anerkannt?

Eine staatliche Anerkennung zum Entspannungspädagogen / Entspannungstrainer gibt es in Deutschland nicht. Überzeugen Sie sich bei der Wahl Ihres Institutes über die Qualifikation der Anbieter und deren berufliche Erfahrungen. Für Fragen stehen wir Ihnen gerne, auch zur Besichtigung unseres Institutes, zur Verfügung.

Was unterscheidet einen Entspannungstrainer / Entspannungspädagogen Entspannungstherapeuten?

Die Bezeichnungen Entspannungspädagoge bzw. Entspannungstherapeut sind keine geschützten Begriffe. Da die Bezeichnung Entspannungstherapeut jedoch durch die Bezeichnung Therapeut auf eine Therapie deutet, sollte sie nur von Fachkräften, die eine Heilerlaubnis haben, geführt werden.

Auch die Bezeichnung Entspannungspädagoge sollte nur von pädagogischen Fachkräften geführt werden.

Was mache ich, wenn ich an einem der Ausbildungswochenenden nicht kann?

Sie bekommen über das verpasste Wochenende ausführliche Ausbildungsunterlagen, so dass Sie den Anschluss zu den Themen behalten. Das verpasste Wochenende können Sie aber auch, wenn angeboten, an einem identischen Wochenende in einem anderen Ausbildungsgang bzw. auch an einem anderen Ausbildungsort kostenfrei nachholen.

Welche Krankenkassenanerkannte Verfahren sind genau Bestandteil der Ausbildung?

Das Autogene Training nach J. H. Schutz, die Progressive Muskelrelaxation nach E. Jacobson und das Multimodale Stressbewältigungstraining. Alle Kursleiterqualifikationen werden für Erwachsene und Kinder zertifiziert.

Sie haben noch Fragen?

Rufen Sie uns einfach an : [0511 6500684](tel:05116500684)

oder nutzen Sie unser Kontaktformular:

www.akademie-gbp.de/kontakt-anmeldung.html

Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich für die Weiterbildungsstudiengang zur / zum

- Entspannungstrainerin / Entspannungstrainer
- Entspannungspädagogin / Entspannungspädagogen
- Entspannungstherapeutin / Entspannungstherapeuten

vom 02.02.2018 bis zum 03.06.2018 an der Akademie GBP in Hannover an.

Name:

Adresse:

Straße/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail-Adresse:

Telefon/Fax:

Datum / Unterschrift:

Platz für Fragen oder Anmerkungen

Anhang

<p>Akademie GBP</p> 	<p>Ausbildungs-Studiengänge: Entspannungsmethoden</p> <p>Ausbildungsziel: Entspannungspädagoge/In</p>
--	---

<p>Übungsleiter/in Qigong</p> <p>Zur Auswahl: Übung A Übung B Übung C Übung D</p>	<p>Übungsleiter/in Tai Chi Chuan</p> <p>Zur Auswahl: Übung A Übung B Übung C Übung D</p>	<p>Übungsleiter/in Meditation</p> <p>Zur Auswahl: Übung A Übung B Übung C Übung D</p>	<p>Stressredukti- onscoach</p>
<p>Entspannungspädagoge Aufbau-Studiengänge</p>			
			
<p>Grundstudiengang Entspannungspädagoge</p>			
<p>Übungsleiter/in Autogenes Training</p>	<p>Übungsleiter/in Progressive Muskel- relaxation</p>	<p>Übungsleiter/in Multimodales Stressbewältigungs- training</p>	
<p><i>Fantasiereisen / Meditationen</i></p>			
<p><i>Hypnotische Sprachmuster</i></p>			