

Pflege und Fachtherapie

Sie befinden sich hier:
Fortbildung
Pflege und Fachtherapie

Ausbildung zum Kursleiter für Progressive Muskelentspannung (PM)

Termin

15.07.-16.07.2019
Weitere Termine siehe unten!

Referent

Rolf Läßle

WEITERE INFORMATIONEN

Seminarnummer

192-14

Kursgebühr

750,00 €

Inhalte

PM - „Klassisches Verfahren“ mit Übungen; PM mit vier und sieben Muskelgruppen; Indikationen und Kontraindikationen der PM; PM und Psychotherapie; Interventionsschema bei emotionalen Krisen nach Olschewski; Stellenwert der PM in der Behandlung psychosomatischer Störungen; Zugänge zur Entspannung; Entspannungszustände; Tiefenentspannung - Demonstration mit Erläuterungen; Verknüpfung von PM und Phantasie Reisen: Entspannungsfördernde Sprachmuster; Übungen zur Aktivierung und Vitalisierung - Bewegungspausen; Grundlagen der Gesprächsführung; Methoden zur Gruppenleitung; Modellhafter Aufbau einer PM Einheit

Ziel

Befähigung zum selbständigen Anleiten von Kursen in Progressiver Muskelentspannung.

Methoden

Die Vermittlung der Inhalte erfolgt weitgehend erfahrungsorientiert, d. h. die Teilnehmenden praktizieren aktiv handelnd die jeweils vermittelte Methode und diskutieren anschließend in einer metakommunikativen Phase deren theoretisches Konzept und eigene Anwendungsmöglichkeiten. Sie eignen sich die kognitiven Strukturen der jeweiligen Methode

an und erfahren die damit verbundenen affektiv-emotionalen Prozesse am eigenen Leib. So erleben und reflektieren sie dieselbe Situation, in die sie später ihre eigenen Teilnehmenden führen. Dies ermöglicht immer wieder die Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle als Kursleiter_in.

Die Teilnehmenden erhalten als Seminarunterlage kostenlos ein Exemplar des Buches 'Progressive Muskelentspannung' (3. überarbeitete und erweiterte Auflage 1996) von Dr. Adalbert Olschewski-Hattenhauer.

Zielgruppe

offen, insbesondere für Personen, die im psychiatrischen/psychotherapeutischen Kontext arbeiten

Maximale Teilnehmerzahl

16

Termine / Folgeseminare

Block 1/2: 15.07.-16.07.2019

Block 2/2: 01.10.-02.10.2019

jeweils 9.00-17.00 Uhr

Referent



Rolf Läßle

Seit über 20 Jahren Ausbilder für
"Kursleiter PMR"

Sie haben Fragen?



Inga Weise

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

inga.weise@akademie-im-park.de

