Pflege und Fachtherapie

Ausbildung zur Kursleitung für Progressive Muskelentspannung (PM)

Termin
17.07.-18.07.2023
Weitere Termine siehe unten!

Referent_innen
Rolf Läpple
WEITERE INFORMATIONEN
Dr. Adalbert Olschewski-Hattenhauer
WEITERE INFORMATIONEN

Seminarnummer
232-14

Kursgebühr
780,00 €

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 Phantasiereisen: Entspannungsfördernde Sprachmuster; Übungen zur Aktivierung und Vitalisierung – Bewegungspausen; 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 ausführliche Seminarunterlagen für die persönliche Kursdurchführung.

Zielgruppe
Offen, insbesondere für Personen, die im psychiatrischen/psychotherapeutischen Kontext arbeiten

Maximale Teilnehmerzahl
16

Termine / Folgeseminare
Block 1/2: 17.07.-18.07.2023
Block 2/2: 21.09.-22.09.2023
jeweils 9.00-17.00 Uhr

Referent_innen

Rolf Läpple

Seit über 20 Jahren Ausbilder für "Kursleiter PMR"

Dr. Adalbert Olschewski-Hattenhauer

Facharzt für Innere Medizin, Psychotherapie, Psychotherapeutische Medizin

Sie haben Fragen?

Inga Weise
Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752
inga.weise@akademie-im-park.de