Published on *weiterbildung.ch* (https://www.weiterbildung.ch)

Diplom Autogenes Training

Entspannung ist der Schlüssel zum Erfolg. *Joseph Murphy*

In dieser Ausbildung erwerben Sie die erforderlichen Kompetenzen, um Menschen mittels der Methode des Autogenen Trainings in einen optimalen Entspannungszustand zu begleiten und diese auch selbstwirksam anzuwenden. Autogenes Training versetzt Sie und Ihre Klienten/innen in die vorteilhafte Lage, sich innerhalb von kurzer Zeit zu entspannen und zu erholen. Zudem ermöglicht das Autogene Training, sich zu fokussieren und somit höhere Leistungen in allen Bereichen des Lebens zu erzielen. In dieser Ausbildung vertiefen Sie die theoretischen Grundlagen vom Autogenen Training und wenden die unterschiedlichen Techniken direkt an. Dadurch können Sie Menschen mittels Autogenem Training in allen Lebenssituationen individuell und wirksam begleiten. In Kombination mit der Ausbildung «Medizinische Grundlagen von mindestens 150 Stunden» können Sie mit dem Diplom der IPC Akademie beim EMR und bei der ASCA eine Krankenkassen Anerkennung für sich beantragen.

Beginn

25.09.2025

Zum Kalender hinzufügen

Zeit

08:30 - 16:30

Enddatum

26.03.2026

Preis

2470.00 CHF

Adresse

IPC Akademie
Albisriederstrasse 226
8047 Zürich
info@ipc-akademie.com
ipc-akademie.com/fachspezialisierung/diplom-autogenes-training/#tab-id-1

Leitung

Michele Bergantino, Corinne Brunner

Ziel

AT-Unterstufe

- Sie kennen die Grundübungen und Positionen des Autogenen Trainings.
- Sie lernen den Aufbau und die korrekte Anleitung einer Lektion.
- Sie verstehen die theoretischen Hintergründe sowie die Wirkungsfaktoren von Autogenem Training.

AT-Mittelstufe

- Sie kennen das Konzept des Autogenen Trainings und können dieses anwenden.
- Sie lernen die Suggestionstechnik und deren Anwendung kennen.
- Sie lernen ein Autogenes Training zu evaluieren.

Inhalt

Sie setzen sich vertieft mit den unterschiedlichen Übungen und Interventionen auseinander. Sie lernen den konkreten Aufbau einer wirksamen Autogenen Trainingslektion, die Sie sogleich in der Ausbildung mit anderen Kursteilnehmern/innen anwenden. Dadurch sammeln Sie Erfahrungen, welche Sie mit den anderen Teilnehmenden und Dozenten austauschen können. Diese Auseinandersetzung ermöglicht die Stärkung der eigenen Rolle als Autogener Trainer und Autogene Trainerin und somit auch die Wirksamkeit der Methode bei der Anwendung in der Praxis. Die individuelle Begleitung durch unsere Dozenten ermöglicht Ihnen, die für Sie relevanten Themen rund um das Autogene Training zu vertiefen. Ein zusätzlicher Fokus der Ausbildung liegt auf der Anwendung von Suggestionstechniken, denen im Autogenen Training eine wichtige Bedeutung zukommen.

Voraussetzungen

- Abgeschlossene Basisausbildung oder adäquater Abschluss.
- Das Ziel, Menschen erfolgreich begleiten zu können.
- Bereitschaft, sich auf einen persönlichen Prozess einzulassen.
- Freude am Umgang mit Menschen.

Form

Blended Learning

Unterrichtssprache

Deutsch

Klassengrösse

4-15
Zurück zur Liste

IPC Akademie

+41 43 818 66 81
info@ipc-akademie.com
www.ipc-akademie.com
Kontakt speichern

Anfrage

Name *

Institution

E-Mail *

Tel *

Strasse *

PLZ *

Ort *

Nachricht *

```
Betrifft:
Diplom Autogenes Training
```

senden

Source URL:https://www.weiterbildung.ch/diplom-autogenes-training