

Ausbildung:

Autogenes Training (nach Schultz) und Autogenes Training PLUS

Diplom:

«SeminarleiterIn Autogenes Training GTH»
(ASCA anerkannt)

Mit dem Autogenen Training ist es möglich, in kürzester Zeit einen gelösten bis tiefenentspannten Zustand zu erreichen. Der Lehrgang zum Diplom «SeminarleiterIn Autogenes Training GTH» befähigt Sie, diese Methode anderen Menschen detailgetreu beizubringen.

In diesem Modul erfahren Sie die Hintergründe des Autogenen Trainings aus einer erweiterten, tiefenpsychologischen Sicht. Das Diplom beinhaltet zusätzlich psycho-physiologische Grundlagen, welche nur durch die GTH in diesem Package vermittelt werden. Wir nennen unser Seminar deshalb «Autogenes Training PLUS».

Voraussetzung für das Diplom

«SeminarleiterIn Autogenes Training GTH» ist der Besuch des gesamten Moduls 1 inklusive des verlängerten Wochenendes an der psychosomatischen Klinik Wollmarshöhe (Deutschland)

Ihre Vorteile

Autogenes Training PLUS

- Psycho-Physiologische Grundlagen
- ganzheitliche Betrachtung (Körper, Geist und Seele)
- Einblicke in Autogenes Training Oberstufe
- Sprachsensibilisierung und wirkungsvolles Formulieren individueller Affirmationen

Modul 1

Autogenes Training und psycho-physiologische Grundlagen

Mit dem erfolgreich abgeschlossenen Modul 1 erhalten Sie das offizielle Diplom: «SeminarleiterIn Autogenes Training GTH» (ASCA anerkannt)

Dieses Diplom beinhaltet zusätzlich psycho-physiologische Grundlagen, welche nur durch die GTH in diesem Package vermittelt werden. Wir nennen unser Seminar deshalb «Autogenes Training PLUS».

Datum	Inhalte	Stunden (à 60 Min)
Autogenes Training		
06. / 07.04.2024	Autogenes Training Grundstufe	16
04. / 05.05.2024	Symbolik I, Autogenes Training Oberstufe	16
08. / 09.06.2024	Grundlagen der Psychologie	16
24. / 25.08.2024	Entwicklungslehre	16
21. / 22.09.2024	Autogenes Training formelhafte Vorsatzbildung Suggestionen, Unterschiede zwischen Fremd- und Selbsthypnose	16
12. / 13.10.2024	Grundwissen der Tiefenpsychologie	16
23. / 24.11.2024	Möglichkeiten und Techniken der Selbsterfahrung	16
18. / 19.01.2024	Erkennen von psychischen Störungen	16
01. / 02.03.2025	Hirnphysiologie	16
Voraussichtlich April 2025	Medizinische Aspekte (an Psychiatrischer Klinik)	23
03.05.2025	Techniken zur Gruppenleitung	8
TOTAL STUNDEN MODUL 1		175
Praktisches Üben in Kleingruppen		
06.07.2024	Praxistag 1	6
14.12.2024	Praxistag 2	6
04.05.2025	Praxistag 3 (inkl. Prüfungsvorbereitung)	6
28.06.2025	Prüfung mit schriftlicher Prüfungsarbeit	2
TOTAL STUNDEN		20

Kosten: CHF 5770.–

(inkl. 20h praktisches Arbeiten und Prüfung)