

Ablaufplan: Ausbildung Entspannungstrainer

Seminarort: Deutsche Heilpraktikerschule Bensheim
Promenadenstr. 10-12, 64625 Bensheim

Termin: 30.01.2017 - 04.02.2017
24.04.2017 – 29.04.2017
18.09.2017 – 23.09.2017

1.Tag

- | | |
|--------------------------|---|
| 09.00 - 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Einführung in die Ausbildung• Grundlagen der Stresstheorie mit Selbsterfahrungsübungen• Stress und psychosomatischen Störungen• Stressanamnese |
| 13.00 - 14.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Pause |
| 14.00 - 18.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Stress beginnt im Kopf• Triaden Arbeit (Stressanamnese) |

2.Tag

- | | |
|--------------------------|--|
| 09.00 - 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Gruppendynamik• Unterschiedliche Phasen in einer Gruppe und Interventionsmöglichkeiten• Rolle in der Gruppe und Rollenkonflikte, Feedback• Unterstützende Wirkungen von Gruppen |
| 14.00 - 16.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Autogenes Training Grundstufe und Mittelstufe• Kontraindikationen |
| 16.30 - 18.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Übungseinheiten AT• Triaden Arbeit (Übungseinheiten AT) |

3.Tag

- | | |
|--------------------------|--|
| 09.00 - 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Kursplanung, Entwicklung und Durchführung von Seminaren mit praktischen Übungen |
| 14.00 - 16.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Komplettes Konzept für Präventionskurs mit 8 Einheiten à 90 Minuten• Umgang mit Schwierigkeiten, Ängsten und Widerständen auf Seiten der Teilnehmer/innen• Selbsterfahrungsübungen |
| 16.30 - 18.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Triaden Arbeit (Übungseinheiten AT) |

4.Tag

- | | |
|--------------------------|---|
| 09.00 - 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Progressive Muskelentspannung (PMR)• Funktionsweise PMR• Die Grundformen der PMR: Langform, Kurzform, Ampelübung, |
| 13.00 - 14.00 Uhr | Entspannung durch Vergegenwärtigung |
| 14.00 - 16.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Indikationen/Kontraindikationen |
| 16.30 - 18.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Selbsterfahrung• Triaden Arbeit |

5.Tag

- | | |
|--------------------------|---|
| 09.00 - 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Phantasiereisen, Theoretischer Hintergrund• Aufbau und Entwicklung eigener Phantasiereisen |
| 14.0 - 18.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Prüfungsvorbereitung• Prüfungsvorbereitung/Übungen |

6.Tag

- | | |
|--------------------------|---|
| 09.00 – 13.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Prüfungstag |
| 13.00 – 14.00 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Pause |
| 14.00 - 18.30 Uhr | <ul style="list-style-type: none">• Prüfung und Zertifikatsübergabe |

Die Zeitangaben können auf Grund unterschiedlicher Teilnehmerstrukturen angepasst bzw. verändert werden.

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Bergsträßer Institut für ganzheitliche Entspannung und Kommunikation ver-
anstaltet **vom**
das Seminar/Ausbildung „Entspannungstrainer/in“

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Veranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Zielgruppe, Lernziele, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar ist als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt u.a. in

- Rheinland-Pfalz (gemäß § 7 des Bildungsfreistellungsgesetzes) AZ 6692/1373/17 bis 23.03.2019)
- Brandenburg (gemäß §24 u. § 14 Abs. 1 BbgWWBG –Gesch.Z: 26. 14-34578 bis 07.05.2017)
- NRW (gemäß Anerkennungsbescheid vom 18.04.2013 unbefristet)
- Berlin (gemäß §11 GZ II D 13 W – 87936 bis 08.10.2017)
- Niedersachsen (gemäß Anerkennung VA-Nr. 16-53298 bis 31.12.18)
- Bremen (gemäß Bremisches Bildungsurlaubsgesetz AZ 23-17 2017/83 bis 12.12.2018)
- Hessen (gemäß Anerkennungsbescheid III1A-55n-4145-1026-16-093 bis 11.09.2017))
- Hamburg (AZ – HI433/406-07.5,49899 bis 29.01.2018)
- Sachsen Anhalt (AZ 504-53502-2015-112 bis 10.05.2017)
- Mecklenburg Vorpommern (AZ LAGuS/MV-6-S78A-0744/16 BfG-A-380/15-W01 bis 07.05.2017)
- Saarland gemäß § 6 Absatz 2 Nummer 8 / unbefristet)
- Schleswig-Holstein (gemäß GS WBG/B/11740 bis 17.01.16)
- Baden-Württemberg (AZ 12c11-6002-61 unbefristet)

Anerkennungen in weiteren Bundesländern sind auf Anfrage möglich. In den meisten Bundesländern gelten für die Anerkennung Fristen von 6-10 Wochen – bitte erkundigen Sie sich dazu bei uns.



Unterschrift B.I.E.K.

Zertifiziertes Institut für
Aus- und Weiterbildung
B.I.E.K.
Promenadenstr. 10-12
64625 Bensheim
Tel.: 0 62 51 - 78 06 86
Fax: 0 62 51 - 5 86 05 95

Unterschrift Teilnehmer/in

Die Zeitangaben können auf Grund unterschiedlicher Teilnehmerstrukturen angepasst bzw. verändert werden.