

## **Entspannungstherapeutin/ Entspannungstherapeut/ Entspannungspädagogin/ Entspannungspädagoge/ Entspannungscoach**

<b>Ausbildung Nr.</b>	E-GD-6, 122-B-6, 123-BL7, E-KD-7,
<b>Dauer</b>	2 Wochen Intensivausbildung entweder vollständig online oder als Präsenzausbildung in Berlin
<b>Termine</b>	<b>Nr. E-GD-6:</b> 19. 10. 2026 - 30. 10. 2026 Mo-Fr je 9-18 Uhr <b>Nr. 122-B-6:</b> 16. 11. 2026 - 27. 11. 2026 Mo-Fr je 9-18 Uhr <b>Nr. 123-BL7:</b> 05. 07. 2027 - 16. 07. 2027 Mo-Fr je 9-18 Uhr <b>Nr. E-KD-7:</b> 15. 11. 2027 - 26. 11. 2027 Mo-Fr je 9-18 Uhr
<b>Gebühr</b>	EUR 2400 (USt.-befreit, Ratenzahlung möglich, für die berufliche Weiterbildung steuerlich absetzbar)
<b>Voraussetzungen</b>	Einfühlungsvermögen, Freude am Umgang mit Menschen, Fähigkeit zur Selbstreflexion
<b>Zertifikat</b>	Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat des DPT bescheinigt. Die Ausbildung ist DGPP-anerkannt und entspricht den geltenden Qualitätsrichtlinien und Standards. Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und z. B. in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder in Angestelltenverhältnissen in Kliniken, medizinischen, pflegenden, pädagogischen, rehabilitativen, sportlichen, schulischen, erzieherischen, in sozialen Einrichtungen oder als Dozententätigkeit beruflich ausgeübt werden. Die mit dieser Ausbildung erworbenen Zusatzqualifikationen Autogenes Training und Hypnose entsprechen inhaltlich u. a. den qualitativen Anforderungen der Kassenärztlichen Vereinigung. Somit können die absolvierten Unterrichtseinheiten unter der Maßgabe einer Einzelprüfung bei bestehender Grundqualifikation von der Kassenärztlichen Vereinigung hinsichtlich des einheitlichen Bewertungsmaßstabes im Bereich übender und suggestiver Techniken als spezifische Qualifikation anerkannt werden.



DEUTSCHES INSTITUT  
FÜR PÄDAGOGISCHE UND THERAPEUTISCHE BERUFE

**Sonstiges**

Bitte Decke, warme Socken, evtl. Kissen bereit legen.

**Veranstaltungsort**

Online Ausbildung, DPT-Virtuelles Ausbildungszentrum  
Deutschland

EU, Weltweit

Berlin / DPT Ausbildungszentrum II

Paul-Heyse Str. 17

10407 Berlin

Blankenburg / DPT-Ausbildungszentrum Neuraumvilla

Rübeländerstr. 21

38889 Blankenburg (Harz)

## **Entspannungstherapeutin/ Entspannungstherapeut/ Entspannungspädagogin/ Entspannungspädagoge/ Entspannungscoach**

### **Hintergrund**

Wenn wir das Leben im Einklang mit seinem Wesenskern als roten Leitfaden eines Menschen begreifen, welcher bspw. zu Glück, Freude, Liebesfähigkeit, Selbstbestimmung, Lebenssinn und anderen erwünschten Attributen führt, so könnte man eine vom eigenen Wesenskern abweichende Lebensführung als Weg in die Disharmonie, Angst, Dunkelheit und Fremdbestimmung ansehen, welcher sich dann im Außen als symptomatisch zeigt. Das Aufsuchen des Wesenskerns, das Bewusstwerden der innerpsychischen Strukturen und Mechanismen und das Erfahren, dass wir Menschen alle ein unsterbliches Bewusstsein haben, sind zur Erforschung des Wesenskerns wichtige Schritte in der Entwicklung eines Menschen, um nicht ständig in einem Kreislauf aus erlernten Mustern, Hilflosigkeit und Fremdbestimmung gefangen zu sein. Gelangen wir zum Kern des eigentlichen Themas, der sich stets im Verborgenen befindet, der uns stets nicht bewusst ist, sind wir als Mensch in der Lage, selbstbestimmt aus dem Innersten heraus unser Leben zu gestalten und die Themen, Probleme und Störungsbilder, die uns am Wachstum hindern oder bei unseren Lebenszielen im Weg stehen, selbständig zu bewältigen.

### **Ziel**

Die Teilnehmenden erwerben die Qualifikation der therapeutischen Intervention mittels einer zeitgemäßen Methodenvielfalt von Entspannungsverfahren mit dem Ziel, tiefenpsychologische Themen und Blockaden bewusst werden zu lassen, um sowohl kognitive als auch affektive Umstrukturierungsprozesse bei Klient\*innen zu ermöglichen, sowie auch bewusstseinsweiternde Erfahrungen und therapeutische Interventionen an konkreten Themen lösungsorientiert zu vermitteln. Die Teilnehmenden erwerben darüber hinaus die Fähigkeit zu deren Ausbildung und Lehre. Welche Entspannungsverfahren man wie und am wirkungsvollsten einsetzt, um je individuelle Erkenntnisprozesse zu ermöglichen, ist Ziel dieser Ausbildung.

### **Aus dem Inhalt**

- Theoretische Grundlagen von Entspannungsverfahren
- Grundlagen der Psychologie und therapeutischer Interventionstechniken mittels aktueller Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Meditation, EET® u. v. m.)
- Indikation und Kontraindikation
- Professionelles Feedback, Gruppenregeln zur Seminargestaltung
- Themenstrukturierung, Interventionsmöglichkeiten und Erfahrungen aus der Praxis

- Physiologische und psychologische Aspekte der Entspannung
  - Anamnese für Entspannungstherapeut\*innen und Entspannungspädagog\*innen in Form von Problemanalysen
  - Selektionsverfahren: Welche Entspannungstechnik ist wofür geeignet?
  - Anwendung von Equipment
  - Kognitive und affektive Umstrukturierung und Neuordnung tiefliegender Emotionen
  - Die Bedeutung der Grundemotionen und ihre ganzheitliche Integration durch die Kraft des Erfühlens der positiven Gefühle (Sicherheit, Geborgenheit, Vertrauen, Selbstwert, Liebe, Freiheit, Freude u. a. m.)
  - Synchronisation des Heart-Mind-Feldes
- 
- Autogenes Training Grund- und Oberstufe (Seminarleiterschein)
  - Grundlagen des Autogenen Trainings
  - Bildung formelhafter Vorsätze
  - Anwendung psychologischer Visualisierungstechniken
  - Aufdecken unbewusster Inhalte
  - Medizinisch-therapeutische Ansätze
  - Erstellen von Seminarkonzepten
  - Meditationsarten und die wichtigsten Meditationsschwerpunkte
  - Die Wirkkraft der Meditation
  - Die Bedeutung der Atmung in der Meditation: existentiell verbundene Atemtechniken, Aus- und Einatemtechnik, Atem- und Körperhaltung, Wahrnehmung der Atembewegung
  - Bewusstseinssebenen und Bewusstseinsweiterung durch Elemente aus der kreativtherapeutischen Praxis (Entspannungsvertiefung durch Farb-, Form- und Symbolimagination oder durch Klangfrequenzen und ihre Hemisphärensynchronisationswirkkraft)
  - Achtsamkeitsübungen
  - Impuls-Resonanz-Wahrnehmung im tiefen Entspannungszustand
  - Sinneszentrierte Wahrnehmungsschulung (Seherfahrungen, Tasterfahrungen – visuell und über den gesamten Körper)
  - Tastendes / haptisches Meditationsmalen
  - Blockadenabbau, Widerstände und Abwehrmechanismen erkennen und sich davon befreien lernen

## Theorie und praktische Grundlagen

- Existentialpsychologisches Entspannungstraining (EET®):
- Durchführung existentialpsychologischer Entspannungstherapiesitzungen
- Existentielles Entspannungstraining Seminarleiter\*innenschein
- Existentiell-sektorielles Modell der Entspannungspsychologie

- Kognitive und affektive Umstrukturierung im Gefühlsmuster, Auflösung von Blockaden und Verletzungen (Emotionszuordnung, mit Gefühlen im existentialpsychologischen Entspannungstraining (EET®) arbeiten, Integration)
- Gehirnsynchronisation der linken und rechten Gehirnhälfte
- Philosophie und Menschenbild
- Visualisieren und Bilderleben
- Potenzialentwicklung mittels neuer Medientechniken – Elemente der Multisynästhetik
- Ebenenmodell des Unterbewusstseins
- Aufbau der Seelenstruktur
- Kollektiv unbewusste Seeleninhalte
- Das Aufspüren des Überpersönlichen im Persönlichen – das Transzendente – Begegnung mit der eigenen Kernexistenz
- Die Erfahrung emotionaler Erkenntnisse und Zusammenhänge durch intuitiv-unmittelbares Erfassen
- Das persönliche Unbewusste / Das kollektive Unbewusste / Das kosmische Unbewusste
- Selbsterfahrung

### **Selbsterfahrung zu folgenden Themen:**

- Die eigene „Seinskraft“ entdecken und ins Leben integrieren
- Archetypische Figuren: Die\*den Krieger\*in in sich entdecken u. a. m.
- Anbindung und Loslassen
- Auflösen ungewollter Realitäten, Realitätssteuerung
- Vordringen zum „existentiellen Sein“
- Bewusstseinsweiternde Entspannungszustände durchleben
- Erkundung der eigenen Innenwelten
- **Selbsterfahrung in Bezug zu den folgenden existentiellen Fragen:**
  - Wer bin ich?
  - Was ist (Un-)Endlichkeit?
  - Woher komme ich?
  - Wohin gehe ich?
  - Wie verstärke ich meine innere Liebe?
  - Was ist das Wesen meiner Existenz?
  - Wer will ich sein?
- Elemente der Tiefenentspannung durch Hypnose
- Hypnose und Trance
- Tranceinduktionstechniken
- Hypnoseerforschung und Anwendung
- Phänomene der Hypnose und ihre Wirkfaktoren

- Ergebnisberichte existentieller Entspannungstechniken
- Existentialpsychologisches Entspannungstraining (EET®) Seminarleiterschein

### **Integrative Verfahren:**

- Existentielle Entspannung, Meditation, Atemtechniken, Musik, bildnerischer Ausdruck, Bewegung, elektronisches Equipment
- Gestaltung von Entspannungsseminaren und Therapiesitzungen, sowie Coachingsitzungen mit differentiellen Entspannungstechniken zu verschiedenen Störungsbildern für Gruppen und Einzelpersonen
- Kombination der gelernten Verfahren zu pädagogischen und therapeutischen Einheiten je nach pädagogischer Aufgabenstellung und Therapieziele
- Differentielle Behandlungsverfahren
- Zukunftsperspektiven der Entspannungsverfahren
- Rechtliche Aspekte, gesetzliche Grundlagen, Krankenkassenregelungen
- Coaching und Supervision bei den Abschluss-Settings

### **Aus dem Methodenteil**

In der Ausbildung wird durch Vortrag, Gruppenarbeit und Selbsterfahrung eine Kompetenzbasis zu den aktuellen Entspannungstechniken geschaffen. Die Selbsterfahrung nimmt in der ersten Hälfte der Ausbildung einen großen Teil ein. Die Teilnehmenden üben Elemente aus den unterschiedlichen Verfahren. Die Erfahrungen werden reflektiert, analysiert und auf ihre therapeutische Relevanz hin geprüft. Die gelernten Methoden werden didaktisch von den Teilnehmenden umgesetzt und gemeinsam Therapieansätze generiert. Die Ausbildung endet mit der Durchführung einer von den Teilnehmenden selbst entwickelten Seminareinheit. Therapie- und Coachingeinzel Sitzungen werden im Rollenspiel mit erfahrenen Therapeut\*innen und/oder Diplom-Psycholog\*innen geübt. Gemeinsam werden die gelernten Entspannungsverfahren zur Anwendung gebracht.