



Psychologie und Psychotherapie

Autogenes Training - Seminarleiterschein – Grundkurs

Autogenes Training (AT) ist eine Art der Autohypnose zur körperlichen und seelischen Tiefenentspannung.

Wohlbefinden, Erholung und Konzentrationsvermögen werden dabei gefördert. Autogenes Training wirkt psychosomatisch bedingten Funktionsstörungen entgegen, leistet damit einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsprävention und unterstützt mannigfaltige Therapieprozesse.

In dieser Fortbildung zum Erwerb des AT-Seminarleiterscheins erlernen Sie Grundlagen, Einsatzmöglichkeiten und Grenzen dieser Methode und werden vorbereitet auf die Einzeltherapie und die Leitung von Gruppenarbeit, der häufigsten Anwendungsform des Autogenen Trainings.

Sie können diese gefragte Methode in eigener Praxis und/oder in zahlreichen Gesundheits-, Wellness- und Bildungseinrichtungen erfolgreich einsetzen.

Ein informatives Skript ist im Seminarpreis enthalten.

Dieses Seminar erfüllt die ab dem 30.09.2020 erforderlichen fachpraktischen Kompetenzen des Präventionsleitfadens der gesetzlichen Krankenkassen und richtet sich an die Teilnehmer/innen des Seminars „Autogenes Training/ Seminarleiterschein“ mit einem Gesundheits- oder Sozialbezug.

Diese können sich nach Abschluss des Seminars bei vorliegen der weiteren fachwissenschaftlich- und übergreifenden Ausbildungsvoraussetzungen bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) mit dem Gesamtstundenumfang von 120 Ustd (90 Zeitstunden) aus den Seminaren „Autogenes Training/ Grundkurs“ und „Autogenes Training/ Aufbauseminar“ zertifizieren lassen (Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 II SGB V).

Termine

Sa, 14.03.2026
09:00-17:00 Uhr
So, 15.03.2026
09:00-17:00 Uhr
[und 2 mehr](#)

Preis

590,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Karlsruhe
Kaiserplatz/Amalienstr. 81
76133 Karlsruhe
Tel. 0721-955 33 43

Seminarnummer

SSH75240126V5

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 21.01.2026

Dozent

Dietmar Bretsch

Dipl. Ing. Dietmar Bretsch ist eingetragenes Mitglied der Architektenkammer Hessen und arbeitet als Projektmanager in der Windkraftbranche. Berufsbedingt immer wieder mit sehr komplexen Aufgaben konfrontiert, erlernte und vertiefte er verschiedenste Entspannungsverfahren, um Gelassenheit und Überblick auch in sehr stressigen Situationen zu bewahren. Seit mehreren Jahren gibt er sein vielfältiges Wissen über Entspannungsmethoden mit Humor und großem Engagement an die Teilnehmer der Ausbildungen zum Entspannungstrainer weiter.