

# Entspannungstherapie und -training

## PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Entspannung ist eine unverzichtbare Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Ein Übermaß an Stress und Anspannung kann zu ernsthaften Erkrankungen führen. Wie groß das Bedürfnis nach Entspannung geworden ist,

zeigen steigende Teilnehmerzahlen in entsprechenden Kursen. Entspannung ist offenbar für viele nichts Natürliches oder Selbstverständliches mehr, sondern muss neu erlernt werden. Entspannungstherapeuten und -trainer helfen ihren Klienten in diesem Lernprozess und leisten damit einen wichtigen Beitrag in Prävention und Therapie.

Die Paracelsus-Ausbildung bietet eine Auswahl erfolgreicher und bewährter Methoden, mit denen die Klienten Entspannung wieder erleben und in ihren Alltag integrieren können. Dabei werden westliche und östliche Techniken vorgestellt, um die Vielfalt aufzuzeigen und den individuell unterschiedlichen Bedürfnissen der Klienten gerecht zu werden.

### Ausbildungsinhalte:

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (Seminarleiterschein Grundkurs); Autogenes Training (Seminarleiterschein Grundkurs); Qigong; Meditation; Entspannungswirkung von Farben und Düften; Reise durch die Chakren und Wege zu ihrer Harmonisierung; Klangschalenmassage

Die Methoden können in Einzel- und Gruppenarbeit eingesetzt werden, in eigener Praxis oder in vielen Einrichtungen für Wellness, Prävention und Gesundheit. Teilnehmer mit Heilerlaubnis können sie im Rahmen ihrer therapeutischen Praxis integrieren.

Teilnehmer/innen mit Heilerlaubnis erhalten von der Paracelsus Akademie ein Zertifikat „Entspannungstherapeuten/in“, Teilnehmer/innen ohne Heilerlaubnis den Abschluss zum/r „Entspannungstrainer/in“. Diese Ausbildung wird als Modul ETS/WT der Wellnesstrainer/in-Ausbildung anerkannt. Zusätzlich ist eine Zertifizierung durch den Fachverband Wellness, Beauty und Gesundheit e.V. (WBG) möglich. Näheres finden Sie auf den Seiten des WBG unter <https://www.wellness-fachverband.de/verband/zertifizierung.html>.

**Dozent/in Bianca Rabi:** Jg. 1969, verheiratet. Sie ist Sozialpädagogin und sammelt seit 2010 Berufserfahrung im Bildungs- und Ausbildungsbereich und beschäftigt sich seit 2001 intensiv mit Entspannungstechniken und Energiearbeit, wie z.B. Tai Chi, Qigong, Tao Yoga und speziell der Arbeit mit Klangschalen. Sie absolvierte zahlreiche Weiterbildungen in diesem Bereich, wie z.B. in Klangmassage, Progressiver Muskelentspannung sowie Klang, Klangmeditation und Klangreisen. Weiterhin ist sie schamanische Wegbegleiterin u.a. mit Klang- und Edelsteinarbeit. Seit 2014 arbeitet sie als selbstständige Dozentin, Trainerin und Coach im Bereich Lernen, Stressregulation und Entspannung, achtsame Kommunikation und Konfliktbewältigung. Ihre Schwerpunkte sind dabei Klangschalen, Chakrenarbeit, Meditation und die EFT Klopftechnik.

**Dozent/in HP Psy Abbas Schirmohammadi:** Herr Schirmohammadi ist Heilpraktiker für Psychotherapie und zählt zu Deutschlands führenden Experten für Autogenes Training. Fachausbildungen zum Coach, Managementtrainer und Mediator. Zusatzqualifikationen zum Entspannungstherapeuten, Gesundheitstrainer, Paar- & Sexualtherapeuten, Kinder- & Jugendpsychologischen Berater. Er arbeitet gerne mit der Klientenzentrierten Gesprächsführung sowie mit seiner selbstentwickelten Methode LVC, dem Lösungsorientierten Visuellen Coaching. Seit 2007 ist Herr Schirmohammadi beliebter Paracelsus-Dozent sowie Chefredakteur der Magazine Paracelsus, Osteopathie Welt & Mein Tierheilpraktiker und Supervisor der Freien Psychotherapie. Autor zahlreicher Gesundheits-CDs, psychologischer Bücher, inspirierender Kartensets und Chillout-DVDs.

### Termine:

**Sa. 20.09.2025**

**So. 21.09.2025**

**Sa. 04.10.2025**

**So. 05.10.2025**

jew. 09:00-17:00 Uhr

**Sa. 11.10.2025**

**So. 12.10.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr

**Sa. 18.10.2025**

09:00-17:00 Uhr

weitere Unterrichtstermine unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

### Preis:

**2300,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Calwer Str. 28**

**70173 Stuttgart**

Tel. 0711 - 615 91 91

Seminarnummer:

**SSB70200925V**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

