

## **Progressive Muskelrelaxation Seminarleiter(in) für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen**

Ausbildung Nr.: 482-0/483-1/484-1

Dauer: 1 Wochenende

Termine: Nr. 482-0: 06. + 07. November 2010  
Nr. 483-1: 04. + 05. Juni 2011  
Nr. 484-1: 29. + 30. Oktober 2011

*Samstag 12 - 19 Uhr, Sonntag 9 - 17 Uhr*

Teilnahmegebühr: Euro 260,- / ermäßigt Euro 200,-  
(USt.-befreit; als Kosten für die berufl. Weiterbildung steuerlich absetzbar)

Voraussetzungen: Einfühlungsvermögen, Freude am Umgang mit Menschen,  
Fähigkeit zur Selbstreflexion.

Zertifikat: Der erfolgreiche Abschluss wird mit einem Zertifikat des IEK bescheinigt. Die erworbene Qualifikation kann grundsätzlich bundesweit namentlich geführt und z. B. in selbstständiger Arbeit, eigener Praxis oder im Angestelltenverhältnis beruflich ausgeübt werden. Die mit dieser Ausbildung erworbene Zusatzqualifikation Progressive Muskelrelaxation entspricht inhaltlich den qualitativen Anforderungen der Krankenkassen bzw. der Kassenärztlichen Vereinigung. Somit werden die absolvierten Unterrichtseinheiten unter der Maßgabe einer Einzelfallprüfung bei bestehender Grundqualifikation von den Krankenkassen hinsichtlich des § 20 SGB V (Primärprävention) bzw. von der Kassenärztlichen Vereinigung hinsichtlich des einheitlichen Bewertungsmaßstabs im Bereich übender Techniken als spezifische Qualifikation grundsätzlich anerkannt.

Sonstiges: Bitte Decke, warme Socken, evtl. Kissen mitbringen.

Veranstaltungsort: IEK-Ausbildungszentrum, Köpenicker Str. 175, 10997 Berlin.

## **Progressive Muskelrelaxation Seminarleiter(in) für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen**

### **Ziel**

Die Teilnehmer(innen) erwerben die Qualifikation zur Anleitung von Kindern und Jugendlichen in Progressiver Muskelrelaxation sowie die Fähigkeit zu deren Lehre und Vermittlung.

### **Aus dem Inhalt**

- Einführung in die Progressive Muskelrelaxation
- PMR mit Kindern & Jugendlichen
- Die Situation von Kindern und Jugendlichen in der Gegenwart
- Pädagogischer Auftrag
- Indikation und Einsatzgebiete der PMR bei Kindern und Jugendlichen
- Ziele, Möglichkeiten und Grenzen der PMR bei Kindern u. Jugendlichen
- Kind, Jugendlicher und Pädagoge im Wandel der Aufgaben
- Motivation und Kommunikation
  
- Rahmen, Aufbau, Ausschmückung und Durchführung von Entspannungsseminaren mit Kindern und Jugendlichen
- Einbettung von Entspannungsgeschichten, Ruhebildern und Phantasiereisen
- Körperwahrnehmungs- und Einspür-Übungen
  
- Selbsterfahrung
- Gruppendynamische Übungen
  
- Erfahrungen aus der Praxis
- Rechtliche Aspekte / gesetzliche Grundlagen

### **Aus dem Methodenteil**

In der Ausbildung wird anhand von Vortrag, Gruppenarbeit und Selbsterfahrung die Progressive Muskelrelaxation vermittelt. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den spezifischen und methodischen Besonderheiten der Anwendung der PMR bei Kindern und Jugendlichen. Fachlich kompetente Vermittlung durch Diplom-Pädagog(inn)en/-Psycholog(inn)en, Austausch der Teilnehmer, Bei-spiele aus der Praxis sowie die Übung der Durchführung von Entspannungseinheiten prägen das Bild dieser Ausbildung. Zum Erwerb der Qualifikation wird jede(r) Teilnehmer(in) am Ende der Ausbildung eine selbst entwickelte und vorbereitete PMR-Sitzung durchführen.