27-DDN054 - Aromatherapie für die Psyche "Seelenwohl"

Beginn	Montag, 19.04.2027
Preis	69,00 €
Dauer	1 Abende

Düfte haben eine **unmittelbare Verbindung zu unserem emotionalen Erleben**. Über den Geruchssinn erreichen sie innerhalb von Sekunden das limbische System – den Bereich des Gehirns, der für Emotionen, Erinnerungen und Stressreaktionen verantwortlich ist.

Genau deshalb kann Aromatherapie eine wertvolle Unterstützung für das seelische Gleichgewicht sein. Bestimmte ätherische Öle können beruhigen, stabilisieren oder dabei helfen, innere Anspannung zu lösen.

In diesem Kurs lernst du, welche ätherischen Öle besonders häufig zur Unterstützung von Stressregulation, Schlaf und emotionaler Balance eingesetzt werden und wie sie verantwortungsvoll angewendet werden können.

Wie in allen Aromatherapie-Kursen steht auch hier das praktische Erleben der Düfte im Mittelpunkt. Über eine geführte olfaktorische Duftreise lernst du ausgewählte ätherische Öle direkt über deinen Geruchssinn kennen und entwickelst ein Gespür für ihre Wirkung.

Nach dem Kurs kannst du:

• ätherische Öle zur Unterstützung der emotionalen Balance sicher einordnen
• Düfte gezielt bei Stress, innerer Unruhe oder Schlafproblemen einsetzen
• einfache aromatherapeutische Mischungen für Entspannung und Wohlbefinden herstellen
• Dosierungen und Sicherheitsaspekte bei der Anwendung berücksichtigen
• ätherische Öle unterstützend im Alltag oder in der Praxis einsetzen

Im Kurs lernst du unter anderem:

• ausgewählte ätherische Öle für Stress, Schlaf und emotionale Balance
• aromatherapeutische Anwendungen bei innerer Unruhe und Anspannung
• Düfte zur Förderung von Entspannung, Konzentration und Wohlbefinden
• verantwortungsvollen Umgang und Dosierungen
• einfache Rezepturen für die eigene Anwendung

Du lernst außerdem ausgewählte ätherische Öle und ihre Duftprofile direkt im Kurs kennen.
Als kleine duftende Erinnerung erhältst du am Ende des Kurses eine aromatische Überraschung zum Mitnehmen. Zum Kurs erhältst du außerdem ein Handout.

Der Kurs ist Teil der Aromatherapie-Ausbildung, kann aber auch unabhängig davon als eigenständiges Modul besucht werden.

Die Aroma-Empfehlungen orientieren sich ausschließlich an den Anforderungen des Kurses – NICHT an der Bindung an bestimmte Hersteller oder Produkte.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
19.04.2027	17:00 - 20:15 Uhr	Dresden , Glashütter Str. 101