

Pressemitteilung | 25.08.2026

Workshoptage Yoga und Psychologie

Körperorientierte Behandlungsansätze für die psychologische Praxis – 1. bis 5. Oktober 2026

Key Facts

- **Was?** Fortbildungswoche „Yoga und Psychologie“: Workshoptage zu körperorientierten Behandlungsansätzen für die psychologische Praxis
 - **Wann?** 1.–5. Oktober 2026
 - **Wo?** Deutsche Psychologen Akademie, Grünberger Str. 54, 10245 Berlin; vier Präsenzworkshops in Berlin, ein Online-Workshop (Yin Yoga)
 - **Für wen?** PsychologInnen; psychotherapeutische Berufsgruppen; ÄrztInnen; weitere Fachkräfte mit fachlichem Bezug, etwa aus den Gesundheitswissenschaften
 - **Format:** Praxisorientierte Tagesseminare, jeweils einzeln buchbar
 - **Zertifizierung:** Teilnahmebescheinigung; Fortbildungspunkte bei der Psychotherapeutenkammer Berlin beantragt, Anerkennung als CME-Punkte durch die jeweilige Landesärztekammer möglich
 - **Anmeldung:** www.psychologenakademie.de
-

Die Deutsche Psychologen Akademie lädt vom 1. bis 5. Oktober 2026 zur Fortbildungswoche „Yoga und Psychologie“ nach Berlin ein. In fünf praxisorientierten Workshops lernen Teilnehmende, wie sich Yoga als körperorientierter Ansatz in Therapie, Beratung und Gesundheitsförderung einsetzen lässt.

Yoga als Ergänzung zur psychologischen Praxis

Yoga hat sich als Interventionsansatz in Gesundheitsförderung und Prävention sowie als begleitende Unterstützung bei der Behandlung psychischer Störungen etabliert. Die Methode wird in vielen Kontexten gut angenommen, lässt sich vergleichsweise leicht in den Alltag integrieren und kann sich positiv auf psychische und körperliche Gesundheit auswirken. In der Fortbildungswoche vermitteln erfahrene Dozierende psychologisch relevante Anwendungsfelder von Yoga aus unterschiedlichen fachlichen Perspektiven. Die Workshops verbinden theoretische Sequenzen mit praktischen Übungen, sodass Teilnehmende die Methoden direkt für den eigenen Therapie- und Beratungskontext erproben können.

Fünf Workshops mit unterschiedlichen Schwerpunkten

Die Fortbildungswoche besteht aus fünf eigenständigen Tagesseminaren, die einzeln gebucht werden können. Amina Kuby eröffnet die Woche mit „Achtsamkeit trifft Yoga“ und zeigt, wie beide Methoden Resilienz und Selbstfürsorge fördern können. Teilnehmende erproben Übungen in Bewegung und Stille und erhalten Impulse zur Weitergabe im eigenen Berufsalltag. Am Folgetag führt Dipl.-Psych. Kerstin Meyer-Krems in „Ruhe im Körper, Stille im Kopf“ in die Technik Yoga Nidra

ein, deren Bestandteile sich einzeln in gesundheitspsychologischen und therapeutischen Settings einsetzen lassen. Wie sich Halt und Stabilität im eigenen Körper erfahrbar machen lassen, vermittelt Dipl.-Psych. Jenny Schlegel in ihrem Praxisseminar „Halt und Stabilität im Körper finden“ in kleiner Gruppe. Im Anschluss stellt Dipl.-Psych. Nicole Hüttner in „Selbstwirksamkeit stärken mit Yoga und Tanz“ Übungen zur erlebniszentrierten Schmerzbewältigung vor und zeigt, wie sich damit Ressourcen und Selbstwirksamkeit von SchmerzpatientInnen fördern lassen. Den Abschluss bildet das Online-Seminar „Yin Yoga“ von M. Sc. Psych. Karolina Frieze, das achtsames Spüren, Halten und Loslassen als körperbasierten Zugang zu Selbstregulation und emotionaler Balance vorstellt.

Praxisnutzen für Therapie, Beratung und Selbstfürsorge

Die Seminare zeigen, wie Yoga in Therapie, Beratung und Selbstfürsorge eingesetzt werden kann, etwa zur Förderung von Selbstwahrnehmung, Selbstregulation und Ressourcenaktivierung. Gleichzeitig können die vermittelten Methoden auch für die eigene Selbstfürsorge der Teilnehmenden genutzt werden.

Nach Abschluss der jeweiligen Veranstaltung erhalten Teilnehmende eine Teilnahmebescheinigung. Fortbildungspunkte werden bei der Psychotherapeutenkammer Berlin beantragt und in der Regel entsprechend der Anzahl der Unterrichtseinheiten vergeben; die Anerkennung als CME-Punkte erfolgt durch die jeweilige Landesärztekammer.

Weitere Informationen und Anmeldung unter: www.psychologenakademie.de

Über die Deutsche Psychologen Akademie

Als Bildungseinrichtung des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen ist die Deutsche Psychologen Akademie der führende Fort- und Weiterbildungsanbieter im Bereich der angewandten Psychologie in Deutschland. Seit mehr als 30 Jahren bieten wir mit einem breiten Angebot von rund 400 Veranstaltungen jährlich bundesweit fachliches Know-how aus erster Hand. In Zusammenarbeit mit renommierten Universitätsinstituten, Fachgesellschaften, praxiserfahrenen DozentInnen und spezialisierten PraktikerInnen entwickeln wir anspruchsvolle Bildungsangebote auf hohem Niveau.

Pressekontakt:

Meike Stöckl

Grünberger Straße 54 . 10245 Berlin

[m.stoeckl\(at\)psychologenakademie.de](mailto:m.stoeckl(at)psychologenakademie.de)

030 - 209 166 317

www.psychologenakademie.de