



## Seminar-Workshop «Hypnose einfach lernen»

### Hypnose: Die sanfte Form zu heilen!



- Sitzen Sie in alten Denkmustern fest und treten an Ort?
- Haben Sie hinderliche Blockaden/Phobien und leiden Sie unter blockierenden Ängsten?
- Sie möchten sich in Ihrem Leben vorwärts bewegen?
- Sie sind bereit, Ihre alten Gewohnheiten abzulegen und neue Wege zu gehen?
- Sie möchten mit einfachen Methoden, viel erreichen und bewirken?

Dann kann diese sanfte Form der Methodik Ihr Leben nachhaltig verändern!

### Was bewirkt hypno-systemisches Coaching & Training?

Der hypno-holistische (holistisch stammt aus dem Griechischen und meint «das Ganze betreffend, ganzheitlich») Coach & Trainer ist in der Lage, bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen die Auslöser von Problemen zu erfassen und zu analysieren. Anstelle der stets erfolglosen Symptombekämpfung klärt er die Ursachen von hinderlichen Denkmustern, Blockaden, Ängsten/Phobien und löst sie durch individuelle Veränderungsprozesse auf. Dies führt zu zupersichtlichem und selbstsicherem Verhalten. Er verändert innere Strukturen und steuernde Dynamiken, arbeitet mit hypno-sensorischen Prozessen, gestaltet Räume und generiert Zustände wie Lebensfreude, Ausgeglichenheit, Zufriedenheit und nachhaltigen Selbstwert.

### Was kann Trance bewirken?

Trancezustände und in Trance gehen ist etwas Alltägliches. Wir Menschen sind tagtäglich mehrmals in einer natürlichen Trance oder in tranceähnlichen Zuständen. Nur in diesem Zustand ist es möglich, direkt mit dem Unterbewusstsein zu kommunizieren und tief liegende Auslöser von möglichen Ursachen von psychischen und somatischen Beschwerden zu lösen.



## Wir nutzen die natürliche Fähigkeit des Menschen, dass er beeinflussbar (suggestibel), ist und daher in Trance geht!

<p>Hypnose wirkt besonders bei!</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmerzen mildern und reduzieren (Geburt)</li> <li>• Heilungsverlauf beschleunigen (operative Eingriffe)</li> <li>• Blutungen stoppen</li> <li>• Störungen im Nervensystem verbessern (Stottern, Epilepsie, Tinnitus)</li> <li>• Allergische Reaktionen (Asthma, Heuschnupfen, Hautkrankheiten) auflösen</li> <li>• Entspannung und Stressimmunisierung</li> <li>• Schlafstörungen beheben</li> <li>• Lernleistung optimieren</li> <li>• Spitzenleistungen in Sport erzielen</li> <li>• Abgetrennte Gefühle und/oder Erfahrungen integrieren</li> <li>• Hinderliche Blockaden und Ängste/ Phobien auflösen, etc.</li> </ul> <p>Eine Hypnosebehandlung ersetzt jedoch nie einen Arztbesuch!</p>
<p>Ziele</p>	<p>Sie lernen, durch fundierten Rapportaufbau die Bedürfnisse des Klienten ganzheitlich zu erfassen. Adäquate hypo-holistische Kurzzeit-Coachingformate und nachhaltige Veränderungs-Prozesse anzuleiten und individuell anzuwenden. Mit einfachen Induktionsformen werden Sie in der Lage sein, Trancezustände zu induzieren, zu halten und zu vertiefen. Sie erfahren durch Eigenerfahrung die Selbsthypnose anwenden und können den Nutzen und deren Grenzen einschätzen.</p>
<p>Inhalte der Ausbildung Sie werden in der Lage sein...</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rapport aufbauen, halten und vertiefen</li> <li>• Einfache Induktionsformen anwenden</li> <li>• Trance vertiefen, halten und steuern</li> <li>• Wirkungsvolle Suggestionen anzuleiten</li> <li>• Vertiefende Induktionen einzuleiten</li> <li>• Ideomotorische Signale einzurichten und zu nutzen</li> <li>• Selbstheilungskräfte zu aktivieren</li> <li>• Dialog mit dem Unbewussten aufnehmen</li> <li>• Lösende Metaphergeschichten &amp; unterstützende Phantasie Reisen anleiten</li> </ul>



**Irgendwann kommt der Zeitpunkt, da überwinden sie Ihre Hemmungen, der innere Wunsch wird stark und sie wagen ein Abenteuer der besonderen Art**

Teilnehmende	Das Ausbildungsangebot richtet sich an Personen in Begleitungsfunktionen oder interessierte Menschen mit der Bereitschaft die eigene Lebensgestaltung zu verändern.
Methodik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hypnosensorische Prozessarbeit nach Dr. Milton H. Erickson</li> <li>• Elemente aus der Kurzzeit Therapie nach Steve de Shazer</li> <li>• Erprobte NLP Formate nach John Grinder, Richard Bandler, Robert Dilts, u.a.m.</li> <li>• Systemische Strukturaufstellung nach Matthias Kibéd von Varga/Insa Sparrer</li> </ul>
Was bringen Sie mit?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bereitschaft sich auf Eigenprozesse einzulassen und mit den unbewussten Persönlichkeitsteilen Verbindung aufzunehmen, um nachhaltige Veränderungen zu erwirken.</li> </ul>
Abschluss	Kursausweis/Zertifikat Institut für Lerncoaching
Kursorte	Institut für Lerncoaching   Hauptstrasse 26   CH- 9053 Teufen oder nach individueller Vereinbarung
Daten und Preise	Siehe separates Dokument

**Innerhalb jeder Form von erfolgreicher Kommunikation stecken hypnotische Elemente?**



## Detaillierter Ablauf (kann individuell & situativ bedarfsorientiert angepasst werden)

In dieser Trainingsform arbeiten wir individuell mit Theorieinputs und praktischen Eigenthemen und Fallbeispielen ganz konkret mit den einzelnen Prozesselementen. Die anschließende Reflektion über den Prozess ermöglicht den Praxistransfer und die Beantwortung aufgetauchter Fragen.

Die Umsetzung gelingt anhand des umfangreichen Skripts und prozessbezogenen Arbeitsrastern.

Dies ist ein aktives Lernen durch konkretes Arbeiten an eigenen Beispielen, geleitet von Theorieinputs, Einzelerfahrungen und ein breites, praktisch, orientiertes Methodentraining aus: psychologische Kurzzeit-Interventionen des NLP, systemische Aufstellungsarbeit, Arbeit mit unbewussten Persönlichkeitsteilen, Elementen aus der fokussierten Kontemplation, Supervision, Nachhaltigkeits-Feedbackschleifen, Erfahrungsinput der Trainer aus der Praxis, Glaubenssatz- und Glaubenssystemprozesse, Konfliktauflösungsstrategien, Wahrnehmungsarbeit auf der Körperebene, individuelle Interventionen und adaptierte Suggestionen, Metapherngeschichten, u.a.m..

1. Einheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geschichte der Hypnose, Nutzen und Wirkung</li> <li>• Rapportaufbau</li> <li>• Einfache erste Induktionsformen, erste Eigenerfahrung</li> <li>• Einfache Anleitung zur Selbsthypnose</li> </ul>
2. Einheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefung des Rapportaufbaues</li> <li>• Einfache Prozessstruktur aufbauen</li> <li>• Treppeninduktion</li> <li>• Tranceanker installieren</li> </ul>
3. Einheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hemmende Blockaden auflösen durch Glaubenssatzarbeit</li> <li>• belastende Erfahrungen neutralisieren durch EMDR und Kinotechnik</li> <li>• Submodalitäten verändern</li> </ul>
4. Einheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erweiterte Induktionsformen</li> <li>• Vertiefende Suggestionen und die Arbeit mit Metaphern/ Ritualen</li> <li>• Einrichten von ideomotorischen Signalen aktive Nutzen</li> </ul>
5. Einheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefende Prozessarbeit mit hypnotischen Sprachmustern</li> </ul>
Weitere Einheiten nach Bedarf und Vereinbarung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Fallsupervision, Vertiefung von Prozesseinheiten</li> <li>• Praxistransfer</li> </ul>