



Individueller Lehrgang «Hypno-holistischer Coach & Trainer»



Hypnose: Die sanfte Form zu heilen!

- Sie möchten Menschen achtsam und ganzheitlich begleiten?
- Sie suchen eine sanfte Therapieform, welche nachhaltige Wirkung erzielt?
- Sie wollen mit einfachen Methoden und Interventionen viel erreichen und bewirken?

Dann kann dieser ganzheitliche Ansatz dieses Lehrganges auch Ihr Leben nachhaltig verändern!

Was bewirkt hypno-holistische Coaching & Training?

Der hypno-holistische Coach & Trainer™ (*hypno*, die Kurzform von Hypnose, meint Einbezug von hypnotischen Elementen, *holistisch* stammt aus dem Griechischen und meint «das Ganze betreffend, ganzheitlich») ist in der Lage, bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen die Auslöser von **Problemen zu erfassen** und zu **analysieren**. Anstelle der steils, erfolglosen Symptombekämpfung klärt er die **Ursachen** von hinderlichen Denkmustern, Blockaden, Ängsten/Phobien und löst sie durch individuelle **Veränderungsprozesse** auf. Grundlage dieser ganzheitlichen Begleitung ist das wertorientierte St. Galler Coaching Modell. Die sanfte Methode der Hypnose, und oder die Verwendung von hypnosensorischen Elementen, ermöglicht die Lösung auf der unbewussten Ebene. Dies führt zu zuversichtlichem 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.



<p>Was ist/kann Hypnose?</p>	<p>Durch hypno-holistische Begleitung schaffen Sie durch die Methodik «Hypnose» Zugänge zu den oft unbewussten psychischen Blockaden und Hindernissen, die bewusst (mental) nicht erreicht werden können. Sie ist lediglich eine Technik, eine besondere Form der verbalen und nonverbalen Kommunikation. Dabei wird die Aufmerksamkeitsfokussierung von der bewussten auf die unbewusste Ebene des Denkens gelenkt. Es entstehen Trancezustände durch angeleitete Selbsthypnose, indem gleichzeitig auf mehreren Ebenen mit dem Klienten kommuniziert wird. Das macht sie zu einer besonders effizienten und nachhaltig wirksamen Methodik.</p>
<p>Wir nutzen die natürliche Fähigkeit des Menschen, dass er beeinflussbar (suggestibel), ist und daher in eine stabile Trance geht!</p>	
<p>Was kann Trance bewirken?</p>	<p>Trancezustände und in «Trance» gehen ist etwas Alltägliches. Wir Menschen sind tagtäglich mehrmals in einer natürlichen Trance (Tagträumen) oder in tranceähnlichen Zuständen. Nur in diesem angeleiteten Zustand ist es möglich, direkt mit dem Unterbewusstsein zu kommunizieren und tief(er) liegende Auslöser von möglichen Ursachen von psychischen und somatischen Beschwerden zu lösen.</p>
<p>Hypnose wirkt besonders bei!</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Schmerzen mildern und reduzieren (Geburts-vorbereitung) • Heilungsverlauf beschleunigen (operative Eingriffe) • Blutungen stoppen • Störungen im Nervensystem verbessern (Stottern, Epilepsie, Tinnitus) • Allergische Reaktionen (Asthma, Heuschnupfen, Hautkrankheiten) auflösen • Entspannung und Stressimmunisierung • Schlafstörungen beheben • Lernleistung optimieren • Spitzenleistungen in Sport erzielen • Abgetrennte Gefühle und/oder Erfahrungen integrieren • Hinderliche Blockaden und Ängste/ Phobien auflösen, etc.



Eine Hypnosebehandlung ersetzt jedoch **nie** einen Arztbesuch!

Inhalte der Ausbildung

- Einen Beziehungsrahmen (Rapport) aufbauen, halten und vertiefen
- Einfache Elemente von Kurzzeit-Coaching anwenden
- Umgang mit dem kybernetischen Dreieck
- Einfache Induktionsformen anwenden
- Trance vertiefen und steuern
- Wirkungsvolle Suggestionen anzuleiten
- Vertiefende Induktionen einzuleiten
- Ideomotorische Signale einzurichten und zu nutzen
- Selbstheilungskräfte zu aktivieren
- Dialog mit dem Unbewussten aufnehmen
- Lösende Metapherngeschichten und unterstützende Phantasiereisen anleiten

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

Ziele

Sie lernen, durch fundierten Rapportaufbau die Bedürfnisse des Klienten ganzheitlich zu erfassen. Adäquate **Kurzzeit-Coachingformate und nachhaltige Veränderungs-Prozesse** anzuleiten und individuell anzuwenden. Mit einfachen Induktionsformen werden Sie in der Lage sein, Trancezustände zu induzieren. Sie erleben durch Eigenerfahrung die Selbsthypnose anwenden und können den Nutzen und deren Grenzen einschätzen.

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"> • Hypnosensorische Prozessarbeit nach Dr. Milton H. Erickson • Elemente aus der Kurzzeit Therapie nach Steve de Shazer • Erprobte NLP Formate nach John Grinder, Richard Bandler, Robert Dilts, u.a.m. • Systemische Strukturaufstellung nach Matthias Kibéd von Varga/Insa Sparrer • 5-dimensionales St. Galler Coaching Modell • Lösungsgeschichten nach Stefan Hammel • Metapherngeschichten/Phantasiereisen von Evelyne Maas/Karsten Rischl/ Alexa Mohl, u.a.m.
Was bringen Sie mit?	<ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft sich auf Eigenprozesse einzulassen und mit den unbewussten Persönlichkeitsteilen Verbindung aufzunehmen, um nachhaltige Veränderungen zu erwirken. • Fundierter Kenntnisse in Begleitung von Menschen • Bei Bedarf einen Klienten, mit dem Sie praxisnah arbeiten können
Abschluss/Optionen	Kursausweis/Zertifikat Institut für Lerncoaching Vertiefungslehrgang zum «Hypno-holistischer Practitioner»
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. Beim **individuellen** Lehrgang besteht die einmalige Möglichkeit, erlernte Prozesse mit **einem eigenen Klienten umzusetzen**. Die Umsetzung gelingt anhand des umfangreichen Skripts und prozessbezogenen Arbeitsrastern (Handbuch). 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 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.

	Lernziele: Sie werden in der Lage sein	Seminarinhalte
1. Tag/Modul	Voraussetzungen für eine tragfähige Beziehung zum Klienten zu erkennen und einzusetzen Sie erlernen das Erfassen der Problemebene	Rapport aufbauen, Setting für Coaching Ja-Haltung, Feedback erteilen Das kybernetische Dreieck Geschichte der Hypnose, Nutzen und Wirkung Einfache Anleitung zur Selbsthypnose
2. Tag/Modul	Formen der Selbstfokussierung erlernen. Sich und damit den Körper zur Ruhe bringen. Einfache Formen der Induktion erlernen und anwenden	Körperarbeit / Jonglage, Fokussiertes Gehen Einfache erste Induktionsformen, erste Eigenerfahrung Vertiefung des Rapportaufbaues Einfache Prozessstruktur aufbauen Zähl-Treppeninduktion Tranceanker installieren
3. Tag/Modul	Hinderliche Blockaden durch eine Kurzintervention zu neutralisieren	Utilisation, ideomotorische Signale einbauen Tranceprozesse vertiefen; Kinästhetische Reize, Schlüsselwörter, Trennung von B und UB, Verbindungswörter Hemmende Blockaden auflösen durch Glaubenssatzarbeit belastende Erfahrungen neutralisieren durch Kinotechnik Submodalitäten verändern
4. Tag/Modul	5 Kriterien der Ankertechnik zu beachten Die Bedeutung von Metapherngeschichten zu erfassen und umzusetzen	Ankertechniken vertiefen, Angstdynamik verändern/auflösen Hinderliche Blockaden lösen Metaphern- & Lösungsgeschichten einbauen Erweiterte Induktionsformen (Elman, Hypnotisches Träumen) Vertiefende Suggestionen und die Arbeit mit Metaphern/ Ritualen Einrichten von ideomotorischen Signalen und aktives Nutzen
5. Tag/Modul	Vertiefen der erworbenen Fähigkeiten und Techniken	Blockaden neutralisieren (EMDR), Handlevitation Vertiefende Prozessarbeit mit hypnotischen Sprachmustern



	Die Aufmerksamkeit gezielt zu trainieren	Einblick in «das Geschichten erzählen» Literaturhinweise
6. Tag/Modul	Ein kompaktes Methodenrepertoire anlassbezogen einzusetzen	Umsetzung mit einem Klienten mit angeleiteter Supervision Vertiefung von Prozesseinheiten Seminar Evaluation Ausblick Methodenkompetenzen Individuelle Fallsupervision / Zertifizierung