

Seminar-Struktur Hypnose Grundausbildung

Dozenten: Miguel Gahn · Andrea Köster · Rosemarie Dypka

<p>Montag</p> <p>13.00 – 14.00 Uhr</p> <p>15.00 – 16.30 Uhr</p> <p>17.00 – 19.30 Uhr</p>	<p>Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmer Teilnehmer/Innenvorstellung (Wünsche und Ziele im beruflichen und privaten Kontext)</p> <p>Eigenverantwortung Einführung in die Seminarthematik Aufbau einer Hypnose Anamnese Möglichkeiten, Grenzen, Kontraindikationen Wertschätzendes lösungsorientiertes Denken klientenzentrierte Grundhaltung (Kongruenz nach Rogers)</p> <p>Übereinstimmung • Kongruenz • Rapport • Ja-Haltung Demo Erstgespräch Demo einer Hypnose</p>
<p>Dienstag</p> <p>09.00 – 10.30 Uhr</p> <p>10.30 – 12.30 Uhr</p> <p>13.00 – 14.00 Uhr</p> <p>14.00 – 16.00 Uhr</p> <p>16.00 – 17.30 Uhr</p>	<p>Verarbeitungsmechanismen das emotionale Konto vegetatives Nervensystem Überreizung/Aktivierung des Sympathikus Überreizung/Aktivierung des Parasympathikus Polyvagal-Theorie</p> <p>Demo Trance-Induktionen Übungen in Triaden: Erstgespräch und Setting Übungen: verschiedene Trance-Induktionen Feedback im Plenum</p> <p>Stress vs. Entspannung: Biodots Stresspunkte Bewusstseinsformen Hirn-Hemisphären</p> <p>Trance-Techniken und Übungen (Rückzugsort, Ergänzungen, Vertiefung, weiche Formulierungen, Worte und Bilder) gegenseitige Übungen Feedback im Plenum</p> <p>Hypnose und Sprache Zielformulierungen - Technik Interview-Übung: Kongruenz und wertschätzende Kommunikation Feedback im Plenum</p>
<p>Mittwoch</p> <p>09.00 – 10.30 Uhr</p> <p>10.30 – 12.30 Uhr</p> <p>13.00 – 14.30 Uhr</p> <p>14.30 – 16.00 Uhr</p> <p>16.00 – 17.30 Uhr</p>	<p>Übung: Sprache und negative Energie Feedback im Plenum frustfreie Sprache und positive Energie</p> <p>Ich-Kommunikation, Klienten-Sprache lernen und nutzen</p> <p>Wie das Unterbewusstsein arbeitet Unterbewusstsein und Langzeitgedächtnis Einflussmöglichkeiten durch Sprache, Demo der Methode Eisberg-Modell Tiefen- und Oberflächenstruktur der Sprache</p> <p>Übungen: wechselnde Rollen am eigenen Thema (Klient, Therapeut, Beobachter) Darstellung der Ergebnisse am im Plenum – Ergänzungen/Korrekturen</p> <p>Übungen: wechselnde Rollen am eigenen Thema (Klient, Therapeut, Beobachter) Darstellung der Ergebnisse am Flipchart im Plenum – Ergänzungen/Korrekturen</p> <p>Übungen: wechselnde Rollen am eigenen Thema (Klient, Therapeut, Beobachter) Darstellung der Ergebnisse am Flipchart im Plenum – Ergänzungen/Korrekturen</p>

Hypnose Akademie Hamburg

Unsere Dozenten arbeiten in eigenen Praxen. Sie profitieren von deren Erfahrungswissen

Donnerstag	
09.00 – 10.30 Uhr	frustfreie Sprache vs. verbale Gewalt (GfK) Zielformulierungen und Fall-Beispiele Selektive Wahrnehmung
10.30 – 12.30 Uhr	Bedrohungs- und Belohnungssystem Konzentration auf das Ziel, Ressourcenmanagement Gestaltung und Umgang mit inneren Bildern Demo: innere Bilder und dialogische Begleitung
13.00 – 14.30 Uhr	Fallbesprechungen Kontra-Indikationen Schaden durch Hypnose
14.30 – 17.00 Uhr	Übungen mit wechselnden Rollen am eigenen Thema (Trance - Zielformulierungen für das Unterbewusstsein - inneres Bild - dialogische Begleitung - emotionale Verknüpfung)
17:00 – 17:30	Meditation
Freitag	
09.00 – 10.30 Uhr	emotionale Verarbeitung + emotionale Verknüpfung Assoziation + Dissoziation Stresstyp A + B
10.30 – 12.30 Uhr	das emotionale Konto - was schwächt, was stärkt Bilder, Symbole, Metaphern visuelle Täuschungen Übungen
13.00 – 15.30 Uhr	Fallbeispiele (Flugangst, Vortrag, Spastik, Gewicht) Fallbeispiele (Ton-Dokumente) Integration des Seminarthemas in den beruflichen Alltag Zusammenfassung des Seminars und Abschlussbesprechung
	- Programmänderungen vorbehalten -

Didaktik und Methoden:

- Kurzvorträge
- Demo der Techniken
- Anwendung der Methode
- Arbeit am Flipchart (auch für die Teilnehmer)
- Zusammenhänge und Erklärungen für Klienten
- Übungen in Triaden bzw. Diaden
- Feedback-Runden
- Besprechung und Diskussion der Ergebnisse
- Herstellung von Tonaufnahmen
- Praxis- und Fall-Beispiele
- umfangreiche Handouts (Theorie und Fall-Dokumentation)

DAS LERNEN SIE IN DER GRUNDAUSBILDUNG

Emotionales Konto und Trance-Induktionen

Das emotionale Konto: Ereignisse und Emotionen werden als Gesamterlebnis in unserem Erfahrungsgedächtnis gespeichert. Die Erinnerung an einen Mitschüler oder eine Lehrerin – der Name genügt, und es tauchen gute oder schlechte Gefühle auf. Begleitet von Gedanken, die das Ganze kommentieren. Wir verbuchen Erlebnisse auf unserem emotionalen Konto im Minus oder im Plus. Sind wir im Minus, reagiert unser Bedrohungssystem, wir fühlen uns schlecht.

Um ins Plus zu kommen, muss das Belohnungszentrum angesprochen werden. Dafür braucht

Hypnose Akademie Hamburg, 22767 Hamburg, Carsten-Rehder-Straße 39-41, www.hypnose-akademie.de
info@hypnose-akademie.de, Tel. 040 47 33 38

das Gehirn Informationen, auf die der Körper reagieren kann. Für eine wirksame Kommunikation mit dem Gehirn sind positive Worte und erstrebenswerte Visionen notwendig. Der Körper hört zu, wenn wir denken, und reagiert darauf. Er stellt einen Zustand her, der zu den Gedanken passt.

Trance-Techniken: Wesentlich für die Hypnose ist der sichere Umgang mit verschiedenen Trancetechniken. Anhand von Fallbeispielen stellen wir dar, wie und warum sich Trancen auf das Behandlungsziel auswirken.

Dieses Seminar vermittelt theoretisches Wissen und praktische Kompetenz. Sie lernen, sicher und effektiv in hypnotische Bewusstseinszustände zu erzeugen. Bei der strukturierten Hypnose wird vor der eigentlichen Hypnose ein längerer und intensiverer Trancezustand eingeleitet.

Hypnose und Sprache

Mit wenigen zutreffenden Worten lassen sich erstaunlich positive Reaktionen hervorrufen. Wenn Sprache zielführend eingesetzt wird, kann sie zaubern und heilen. Sie lernen außer hypnotischen Sprachmustern wie Sie die Sprache des Klienten wirksam einsetzen können.

Sprache ist mehr als nur Kommunikation mit anderen, viel wichtiger ist die Kommunikation, die jeder mit sich selbst hat. In diesem Seminar geht es um die Anwendung der Sprache in zwei Bereichen: Sprache als diagnostisches Instrument und die präzise Anwendung von Sprache, um das gewünschte Ziel zu beschreiben. Auf dieser Basis lässt sich mit Klienten die zukünftige Lösung des Problems erreichen. Diese Lösung kann man in Worte fassen – als ob man eine „Bedienungsanleitung“ für zukünftiges Handeln formuliert.

Innere Bilder und emotionale Verknüpfungen

Innere Bilder repräsentieren die innere Wirklichkeit. Sie gehört zu unserer Vorstellungskraft, und die lässt sich mit Hypnose bildhaft und emotional erfahren und bewusst verändern. Eine wirkungsvolle Art, Probleme zu lösen, Heilung zu bewirken und Erfolge zu gestalten.

Weit vor unserer Sprachentwicklung erleben wir die Welt und uns selbst durch sinnliche Wahrnehmungen: über Fühlen, Riechen, Schmecken, Hören und Sehen. Sämtliche Wahrnehmungen werden bewertet und kognitiv verarbeitet. All das verbindet sich miteinander und gibt uns innere Repräsentationen der Außenwelt. Diese werden im Erfahrungsgedächtnis gespeichert.

Erfahrungen bilden sich also quasi mit dem Rücken zur Zukunft, Visionen brauchen eine andere Blickrichtung. In der Hypnose arbeiten wir mit diesen inneren Vorstellungen, die manchmal deutlich bildhaften Charakter haben, aber ebenso können es Gefühle oder Phantasien sein. Die Anwendung von Metaphern, Symbolen und Dialogen in der Hypnose ermöglichen Veränderungen in tieferen Bewusstseinssebenen. Das gelingt nur, wenn die Visionen das Belohnungssystem aktivieren (z.B. mit Dopamin). Dann ergeben sich Veränderungen: im Denken, in der Wahrnehmung, in der emotionalen Verarbeitung, im Handeln.

Leitbild und Lernziele

Unser Ziel ist es, eine verantwortungsvolle, zeitgemäße, praxisorientierte Ausbildung für die Anwendung der Hypnose zu bieten.

Die Hypnose-Akademie Hamburg ist ein Zusammenschluss von Fachleuten, die Hypnose im Rahmen ihrer Praxistätigkeit anwenden und über jahrelange Erfahrung im therapeutischen, coachenden und lehrenden Bereich verfügen.

Wir bieten eine zeitgemäße, praxisorientierte und fundierte Ausbildung. Wir vermitteln theo-

retisches Wissen, Selbsterfahrung und die Anwendung der Hypnose. Die Seminare sind so aufgebaut, dass Sie durch theoretischen Input die Wirkweisen verstehen. Und dann durch praktische Übungen und Fallbeispiele einen sicheren Umgang mit dieser zeitgemäßen Methode erwerben. Ihr Wissen können Sie danach direkt in Ihrer eigenen Arbeit anwenden.

Lernziele unserer Ausbildung:

- Wertschätzendes lösungsorientiertes Denken
- klientenzentrierte Grundhaltung des Therapeuten (Kongruenz nach Rogers)
- mentale Techniken verstehen und anwenden
- Verstehen der Wirkmechanismen bei Hypnososen und erklären können
- Wissen, wie Worte konnotiert sind (im Negativen wie im Positiven)
- Wissen, wie Sprache und innere Vorstellungen wirken
- Die Sprache der Klienten als Abbildung der Selbstkommunikation zielorientiert gestalten
- therapeutisch präzise Anwendung (Theorie, Fallbeispiele, Übungen, Zielformulierungen)
- Stresskompetenz und emotionale Kompetenz beim Klienten fördern
- Wie das vegetative Nervensystem funktioniert
- Nervensystem und Hirnphysiologie (ergotrope und trophotrope Abläufe) verstehen
- weg von der Problemfixierung, hin zur Lösungsorientierung bei Patienten/Klienten
- Beherrschung der Hypnosetechniken (Trance-Induktion, Sprachmuster, innere Dialoge, emotionale Verknüpfung)
- Emotionale und physiologische Wechselwirkungen verstehen und lösungsorientiert anwenden
- Einbildungskraft und Vorstellungsvermögen schöpferisch gestalten und dialogisch begleiten
- Veränderungen im Denken, Handeln und Erleben unterstützen
- vernachlässigte Fähigkeiten mobilisieren, verborgene Ressourcen aktivieren
- neues Handlungslernen generieren

Schwerpunkte unserer Ausbildung:

- Praktische Übungen: Hypnose ist ein „Handwerk“, das man beherrschen sollte
- Wir beobachten und korrigieren unsere Teilnehmer bei den Übungen
- Ziel: eine sichere Anwendung in Therapie und Coaching ermöglichen
- Was immer man tut, man sollte wissen, warum man es tut

Zielgruppe

Die Seminare sind konzipiert für Teilnehmer, die mit Menschen arbeiten. Sie sind geeignet für medizinische, pädagogische, beratende, leitende, coachende und therapeutische Berufe, die die Hypnose in der beruflichen Anwendung kennenlernen und anwenden wollen.



Anmeldung

Am besten gleich anmelden

- per Post
 - per Mail
- info@hypnose-akademie.de
- telefonisch
- 040 47 33 38**
0176 242 160 16