

Hypnose Grundausbildung in 3 Wochenenden 36 Unterrichtsstunden

Die Strukturierte Hypnose

Bei uns erhalten Sie eine zeitgemäße, praxisorientierte und fundierte Ausbildung. Wir vermitteln theoretisches Wissen, Selbsterfahrung und die Anwendung der Hypnose. Die Seminare sind so aufgebaut, dass Sie durch praktische Übungen und Fallbeispiele einen sicheren Umgang mit dieser zeitgemäßen Methode erwerben. Ihr Wissen können Sie danach direkt in Ihrer eigenen Arbeit anwenden.

Die „Strukturierte Hypnose“ kommt Patienten, Klienten und Therapeuten wegen ihrer klaren Struktur sehr entgegen. In unserer Wissensgesellschaft und besonders in Problemsituationen verliert man schnell das Wesentliche aus dem Blick. Struktur bringt Ordnung und Verständnis. Weil Ziele und Inhalte der Hypnose zusammen mit dem Klienten geplant werden, entsteht eine hohe Motivation. Durch den klaren Blick auf die Machbarkeit entsteht eine Art „Bedienungsanleitung“ für zukünftiges Handeln.

1. Wochenende: Emotionales Konto und Trance-Induktionen

Das emotionale Konto: Wir erleben Ereignisse immer mit den gleichzeitig empfundenen Emotionen. Ereignis und Emotionen werden als Gesamterlebnis in unserem Erfahrungsgedächtnis gespeichert. Erinnern wir uns an etwas, tauchen sofort die Emotionen dazu 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 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-Induktion: Grundlegend für die Anwendung der Hypnose ist die Beherrschung verschiedener Trance-Techniken. Beim Milton-Erickson-Modell wird häufiger mit wesentlich kürzeren und indirekteren Trancen-Induktionen gearbeitet. Bei der strukturierten Hypnose wird vor der eigentlichen Hypnose ein längerer und intensiverer Trancezustand eingeleitet. Verschiedene Methoden werden demonstriert. Anhand von Fallbeispielen wird dargestellt, wie und warum sich Trancen auf das Behandlungsziel auswirken.

Seminarinhalte: Physiologie von Wachbewusstsein und Trance – Reaktionsmuster und dessen Beeinflussung (Vegetatives Nervensystem, Hirnhemisphären) – sinnliche Wahrnehmung – Formen des Bewusstseins (Hirnstromwellen) – Kurzzeit- und Langzeitgedächtnis – Kommunikation zwischen Sprache und Gefühl – Wahrnehmungsveränderungen – indirekte und direkte Einflussmöglichkeiten – Trance-Zustände und Trance-Induktionen – innere Rückzugsorte – Pacing und Leading – Rapport, Kongruenz – Anamnese – Kontra-Indikationen

2. Wochenende: Hypnose-Sprache

Sprache ist mehr als nur Kommunikation. In diesem Seminar lernen Sie, ganz genau hinzuhören, mit welchen Worten Klienten mit sich selbst kommunizieren. Welche inneren Dialoge führen sie? Mit welchen Fragen und Antworten schwächen sie sich selbst? So geht es um die Anwendung der Sprache in zwei Bereichen: Sprache als diagnostisches Instrument und Sprache in präziser Anwendung, um das gewünschte Ziel zu beschreiben. Auf dieser Basis lässt sich mit Klienten die zukünftige Lösung des Problems erreichen. Was man in Worte fassen kann, ermöglicht zukünftiges Handeln.

Seminarinhalte: Erstgespräch – Auftragsklärung – Sprache als Diagnostikum – die Klienten-Sprache lernen – Oberflächen- und Tiefenstruktur der Sprache – Interviewtechnik – wertschätzende Kommunikation – Muster erkennen und Muster überschreiben – Unterschied zwischen Hypnose-Sprache und Alltagssprache – Wirkung von negativen und konkreten Äußerungen – Placebo und Nocebo – wodurch Sprache wirkt – Zauberwörter und Stress-Wörter – Verstand und Emotion – Bedienungsanleitung für erwünschtes Handeln und Erleben – Zielformulierungen, Suggestionen, Affirmationen – maßgeschneiderte Zielorientierung – das Tor zum Unterbewusstsein.

3. Wochenende: Innere Bilder und emotionale Verknüpfungen

Weit vor unserer Sprachentwicklung erleben wir die Welt und uns selbst durch sinnliche Wahrnehmungen: über Fühlen, Riechen, Schmecken, Hören und Sehen. Jegliche Wahrnehmung wird bewertet und kognitiv verarbeitet. All das verbindet sich miteinander und gibt uns innere Repräsentationen der Welt. Diese werden im Erfahrungsgedächtnis gespeichert. Erfahrungen bilden sich also quasi mit dem Rücken zur Zukunft. Visionen brauchen eine andere Blickrichtung, sie zeigen, was noch nicht ist. In der Hypnose arbeiten wir mit diesen inneren Vorstellungen, die manchmal deutlich bildhaften Charakter haben. Ebenso können es Gefühle oder Phantasien sein. Die Anwendung von Metaphern, Symbolen und Dialogen in der Hypnose ermöglichen Veränderungen auf Verschiedenen Bewusstseinssebenen. Daraus ergeben sich Veränderungen: im Denken, in der Wahrnehmung, in der emotionalen Verarbeitung, im Handeln.

Seminarinhalte: Technik der inneren Vorstellungen – was ist Wirklichkeit? Imagination, Visualisierung – Innere Vorstellungen erleben und gestalten – Anwendung von Symbolen und Metaphern – das Haus der Gefühle – erwünschte Erfahrungen in der Hypnose erleben (geistiges Rollenspiel) – bildhafter Charakter von Gefühlen – Bahnungen – spontane Bilder des Klienten – Begleitung und Führung in diesen Bildern – Veränderungen der inneren Strukturen und Muster – Umgang mit bedrohlichen Bildern – Dialog in der Hypnose – Humor – emotionale Verknüpfung - Kontraindikationen

Schwerpunkte unserer Ausbildung:

- Wertschätzendes lösungsorientiertes Denken
- klientenzentrierte Grundhaltung (Kongruenz nach Rogers)
- Wie das vegetative Nervensystem funktioniert
- Nervensystem und Hirnphysiologie (ergotrope und trophotrope Abläufe)
- Wissen, was Worte bewirken (im Negativen wie im Positiven)
- Die Sprache der Klienten als Abbildung der Seele verstehen und zielorientiert gestalten
- therapeutisch präzise Anwendung der Sprache (Theorie, Fallbeispiele, Übungen, Zielformulierungen)
- Emotionale und physiologische Wechselwirkungen verstehen und lösungsorientiert anwenden
- Einbildungskraft und Vorstellungsvermögen schöpferisch gestalten und dialogisch begleiten (Posthypnose gestalten)
- 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
- Kontra-Indikationen
- Was immer man therapeutisch tut, man sollte wissen, warum man es tut

**... und am besten
gleich anmelden**

↓↓ Anmeldung ↓↓

