

Hypno-Coaching in der Prozessarbeit

Um Hypnose ranken sich viele Mythen und der Begriff Hypnose weckt oft Ängste und Neugier. Doch hypnotische Zustände erleben Menschen sehr viel häufiger als ihnen bewusst ist.

Elemente der Hypnose sind in vielen mentalen Techniken enthalten und werden in therapeutischen Settings und im Coaching oft genutzt. Der Einsatz von Hypnose birgt zwar einige Gefahren, aber es gibt vor allem sehr viele Möglichkeiten, Hypnose nutzbringend anzuwenden.

Im Coaching kann Hypnose z.B. beim Aufdecken von Ursachen für hemmende Denkmuster und unpassende negative Gefühle dienen. Diese sind häufig nicht so leicht erklärbar, rationale Überlegungen und Reden über das Problem bleiben oft wirkungslos. Meinungen und Verhalten werden meist durch unbewusste Prozesse wie innere Bilder, Gewohnheiten und Ängste motiviert und gesteuert. Durch die vorhandenen Denk- und Gefühlsmuster, die durch weit zurückliegende frühere Erlebnisse entstanden sind, kommt es zu einer festen Aufmerksamkeitslenkung. Daher ist es schwer, trotz ausreichendem Wissen und vorliegender Motivation, blockierende Denkmuster und das eigene negative Fühlen zu verändern.

Durch hypnotherapeutische Methoden ist es möglich, Blockaden zeitweilig außer Kraft zu setzen und mit inneren Bildern Körpergefühle, Vorstellungen, Gefühle und Gedanken zu verändern.

Im Kurs werden die Grundlagen der Arbeit mit Hypnose und Trance vermittelt. Dazu gehören auch die Risiken im Umgang mit Mentaltechniken. Die Möglichkeiten des Einsatzes von Trance und Hypnose werden an Beispielen erklärt und mit kleinen Übungen erprobt.

Geschichten aus dem Buch „Kleine Kinder- „kleine“ Sorgen“ zeigen wie Hypnotherapeutische Prozesse ablaufen und wie man sie im Alltag zur Traumavermeidung nutzen kann.

Zielgruppe: Therapeuten/innen, Coaches, Erzieher/innen, Lehrer/innen, Ärzte/innen

Referentin: Verena Hein, Erfurt

Naturwissenschaftlerin (Diplom Kristallograph)

Psychologin (BSc), Diplom Personal-Coach (ils), Hypno-Coach

2005-2007 Ausbildung zum Personal Coach und Hypno-Coach (Dr. Björn Migge)

2009-2014 Studium Psychologie (2009-2014 BSc, 2014- MSc)

2010 2012 Ausbildung Therapeut für delfinassistierte Therapie (Branko Weitzmann, Spanien)

Autorin: „Ok – Coaching für den Taucheralltag“, „Kleine Kinder – „kleine“ Sorgen“, „Reise ins Reich des Hades - Begegnung mit dem Trauma“

Termin: Freitag, 22.02.2019 14.00 - 19.15 Uhr
Samstag, 23.02.2019 09.00 - 14.45 Uhr

Fortbildungspunkte: 12

Teilnahmegebühr: 230,00 Euro

In den Pausen wird ein Imbiss gereicht.