

Das „Privatseminar“ Hypnotherapeutische u. hypnosystemische Ansätze zur Arbeit mit dem inneren Richter

Dozenten: Elmar Woelm und Petra Keller-Woelm
Begrenzte Teilnehmerzahl!

Zum Thema

Wir alle kennen belastende innere Dialoge, kritische innere Stimmen. Solche inneren Stimmen sowie negative bildhafte und emotionale Szenarien sind häufig Ursache für Selbstabwertung, schlechtes Gewissen, übertriebene Scham, mangelnde Leistungsfähigkeit oder auch Arroganz und unangemessene Härte gegen sich selbst und andere. Oft neigen wir dazu, uns und andere in einem Maße zu be- und verurteilen, dass es weder für uns selbst noch für eine Beziehungsgestaltung förderlich ist.

Diese inneren Stimmen können vielfältig sein und oft haben sie erhebliche Auswirkungen auf unser Wohlbefinden, unsere Lebendigkeit, Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Manchmal können sie sogar Ursache für schwere körperliche oder psychische Störungen und Krankheiten sein oder in hohem Maße für ihre Aufrechterhaltung verantwortlich. Sie benehmen sich wie ein Richter in unserem Innern, der alles was wir tun, denken und fühlen beurteilt und kritisiert. Oft ist sein Wirken bekannt als negatives Denken, als innere Dialoge oder negative Glaubenssätze. Freud nannte es das Über Ich, die moralische, bewertende Instanz in uns.

Mithilfe der Metapher des inneren Richters sollen in dem Seminar Möglichkeiten und Methoden aufgezeigt werden, im Rahmen von hypnotherapeutischen und hypnosystemischen Ansätzen an hinderlichen und schädlichen Standards des inneren Richters zu arbeiten und eine Entwicklung zur Loslösung davon zu ermöglichen.

Anmerkung zu den Privatseminaren

Die „Privatseminare“ finden im privaten Rahmen der psychologischen Praxis mit begrenzter Teilnehmerzahl statt. Sie beinhalten die Möglichkeit, im Garten zu zelten und schließen die komplette Verpflegung ein. Bei passendem Wetter werden wir viel im Garten sein.

Neben dem offiziellen Programm des Seminars wird ein zusätzliches Rahmenprogramm angeboten. Das persönliche Gespräch, persönlicher Austausch und inneres Wachstum stehen im Vordergrund des Seminars. Mehr noch als bei den anderen Seminaren stehen die Anliegen, Fragen und Entwicklungen der einzelnen Teilnehmer im Vordergrund.

Themen

- Einführung in das Thema: Die Metapher des inneren Richters, Definition und Beschreibung
 - Über Ich, Freud
 - Gedanken, innere Stimmen/Dialoge, innere Bilder/Filme
- Arten von Glaubenssätzen (unterschiedlich tief verankert), Identifizierungen, Introjekte
- Die Auswirkungen des inneren Richters auf unser Leben
 - Schuldgefühle, mangelndes Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen, Überheblichkeit, Überforderung, zwanghaftes Verhalten, Neurosen bis zu Psychosen
- Angriffe auf andere = Projektion/Objektbeziehungen der Standards des eigenen inneren Richters
- Spirituelle Aspekte und essentielle Selbstentfaltung
- Vergleich mit anderen Ansätzen (Psychoanalyse, Transaktionsanalyse, Gestalttherapie, Kognitive Verhaltenstherapie, „Positives Denken“, NLP, Hypnotherapie)
- Allgemeine Möglichkeiten, sich vom inneren Richter zu lösen
 - Erkennen – Auswirkung untersuchen/erleben – Anerkennen – Loslösen
- Hypnosystemische Methoden sich zu lösen
- Wann und wozu „sokratische Fragen“ und „Meta-Modelling“ sinnvoll sind und wo die Grenzen liegen

Ort: Beethovenstr. 23, 49076 Osnabrück

Seminarzeiten

Fr.: 14.00-21.00 Uhr

Sa.: 09.00-21.00 Uhr

So.: 09.00-13.30 Uhr