

Hypnotherapeutische und hypnosystemische Ansätze zur Behandlung von Ängsten und Traumata

Dies ist ein offenes Seminar, zu dem auch Menschen eingeladen sind, die keine Ausbildung bei Inhypos machen oder gemacht haben! Voraussetzung sind Grundkenntnisse in der Arbeit mit Hypnose/Hypnotherapie und Trancen.

In diesem Fachseminar werden verschiedene wirkungsvolle hypnotherapeutische und hypnosystemische Ansätze zur Arbeit mit Ängsten und Traumatisierungen erarbeitet. Außerdem sind Einführungen in verschiedene Methoden einer energetischen Psychotherapie vorgesehen.

Dozent: Elmar Woelm

Seminarzeiten

(20 UStd. – 3 Tage)

Freitag 14:00 bis 19:30

Samstag 10:00 bis 18:00

Sonntag: 10:00 bis 14:00

Vorläufiges Programm

- Allgemeine Einführung in das Thema.
- Differenzierung von verschiedenen Angststörungen und Traumata (PTBS).
- Die Arbeit mit Dissoziation und Assoziation.
- Schaffung und Nutzung von Beobachter Perspektiven.
- Aufbau von Ressourcen.
- Nutzung von Körper und Felt Sense.
- Hilfreiche Techniken zur sanften Bearbeitung traumatischer Erlebnisse.
- Systematische Desensibilisierung in Hypnose.
- Arbeit mit der Affektbrücke.
- Kreieren und integrieren von Ressourcen, „Wohlfühlort“, „Change-History“.

Außerdem falls gewünscht

- Handflächen-Methode in Anlehnung an Moshe Zwang als Schnellhilfe in vielen Fällen von spezifischen Phobien.
- Einführung in Techniken der energetischen Psychotherapie einschließlich der Arbeit mit Augenbewegungsmustern.