BERUFSBEGLEITENDE ONLINE-WEITERBILDUNG

HYPNOSYSTEMISCHES COACHING

BASISKURS IN HYPNOSYSTEMISCHER KOMMUNIKATION

Die Weiterbildung „Hypnosystemisches Coaching“ basiert auf einer humanistischen Grundhaltung, orientiert sich an der Hypnotherapie Milton Erickson’s, sowie lösungsorientierten systemischen Ansätzen. Diese hochwirksame Kommunikationsform wird nun auch im Bereich Coaching, Ausbildung und Beratung nutzbar.

Mit dieser Weiterbildung bekommen nun auch weitere Berufsgruppen neben Psychologen und Medizinern die Möglichkeit, eine fachlich seriöse hypnosystemische Basisausbildung zu erhalten, die modernen wissenschaftlichen, psychologischen und medizinischen Standards entspricht.

MIT LEICHTIGKEIT WIRKSAMER KOMMUNIZIEREN!

Das Unterbewusstsein ist unsere grösste Umsetzungskraft - machen Sie es also zu Ihrem Verbündeten und entfalten Sie Ihre volle Wirksamkeit durch konstruktive Kommunikationstechniken! Basierend auf aktuellen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen erlernen Sie in dieser Ausbildung eine am hypnosystemischen Ansatz orientierte Grundhaltung, Methoden und Techniken.

In 4 einfachen Grundschritten stabilisieren Sie Ihr Gegenüber und können verborgenes Potenzial aktivieren:

- Innere Ordnung schaffen,
- Ziele definieren,
- Ressourcen aktivieren und
- innere Blockaden lösen.

In 6 Modulen lernen Sie die wichtigsten Grundlagen der Hypnosystemischen Kommunikation:

M1: Innere Ordnung mit Leichtigkeit
M2: Stabilisierungstechniken und Resilienz
M3: Mentale Kraft entfalten
M4: Unterbewusstsein auf Ziele ausrichten
M5: Ressourcen aktivieren und abrufen
M6: Kommunikation mit dem Unterbewusstsein

HYPNOSYSTEMIK-ONLINE-AKADEMIE

Die Online-Akademie bietet Ihnen einen exklusiven Zugang zum Premium-Lerncampus des Hypnosystemik-Instituts mit allen Lehrvorträgen auf Video, aufgezeichneten Live-Demonstrationen, Handouts, Übungen zur Selbstreflexion, angeleiteten Meditationen, Hörbüchern und umfangreichem Bonusmaterial und Literatur. So können Sie sich ganz entspannt und in Ihrem individuellen Tempo auf die Live-Übungssessions und Gruppenübungen per Zoom vorbereiten.

HYPNOSYSTEMIK
Institut Hullmann Coaching IHC
Ina Hullmann - Psychologin FSP

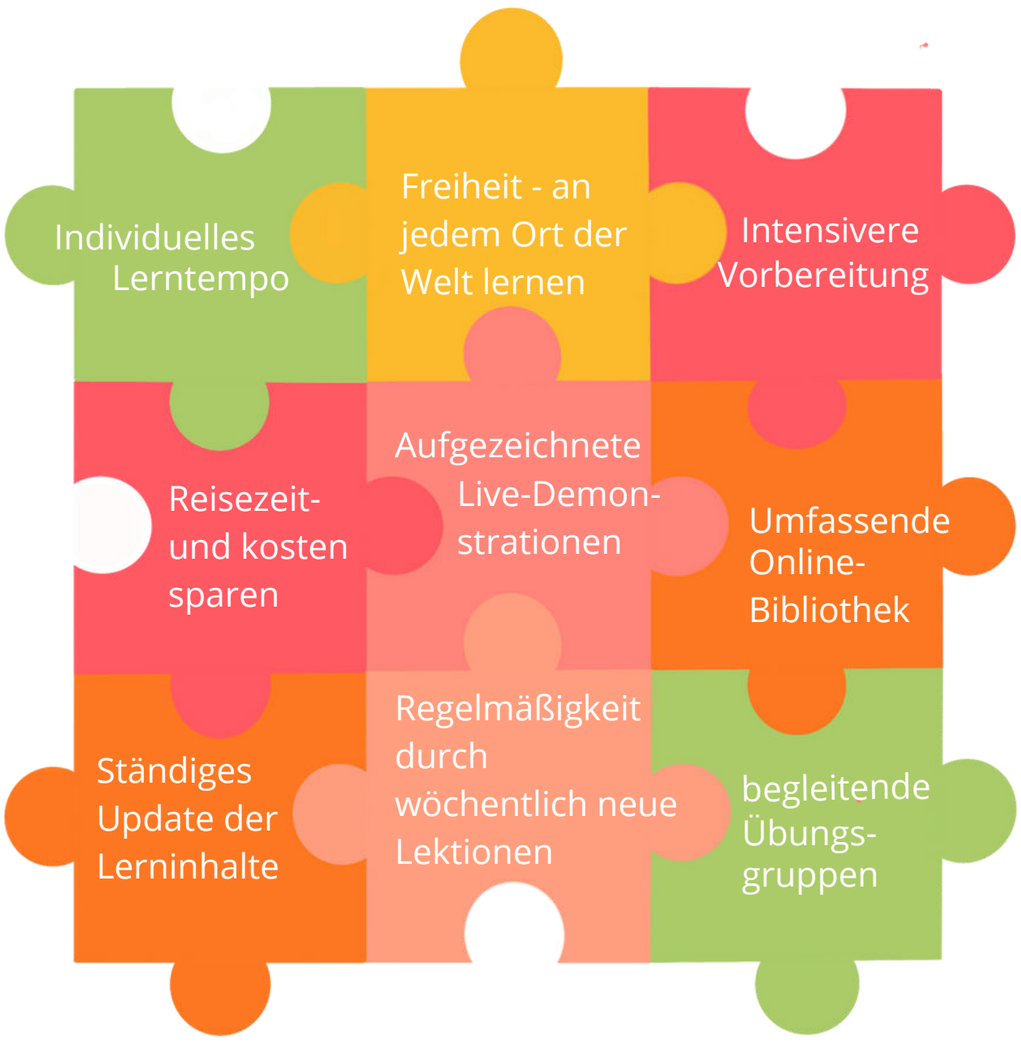
M1: Innere Ordnung schaffen mit Leichtigkeit (Schnuppermodul)

Innere Ordnung schafft Übersicht und erweitert eingeschränkte Perspektiven vor allem in schwierigen Situationen. Eine innere Haltung von Leichtigkeit ist dabei immer das tragende Element und dieser besondere Bewusstseinszustand kann vor jeder Sitzung systematisch aktiviert werden. Spielerisch lernen Sie alle wichtigen Grundelemente des Hypnosystemischen Coachings und Selbstcoachings kennen. Sie üben Techniken, um eingeschränkte Perspektiven zu erweitern, sich mental aufzuräumen und zu festigen. Praktische Gruppenübungen, sowie ein hoher Selbsterfahrungsanteil helfen, eigene Themen bewusster zu machen und die Wahrnehmung zu erweitern.

Inhalte:

- Grundlagen des Hypnosystemischen Coachings
- wissenschaftliche Wirkkriterien, Neuroplastizität und Wirklichkeitskonstruktion
- erweiterten Bewusstseinszustand im Coaching/ Selbstcoaching kultivieren
- Selbstcoachingtechniken, Stärkung der Authentizität und Coach-Persönlichkeit
- Stabilisierung mit der Technik der "Mentalen Kommode"
- Arbeit mit inneren Teilen und Rat vom inneren Coach einholen.

VORTEILE DER ONLINE-AUSBILDUNG



M2: Stabilisierungstechniken & Resilienz

Das Leben bringt viele Herausforderungen und uns dabei immer wieder an unsere Grenzen. Manchmal fühlen wir uns von diesen persönlichen oder beruflichen Schwierigkeiten sogar komplett überfordert. Mit hypnosystemischen Techniken stärken Sie Ihre Resilienz und können sich selbst und andere in emotionalen Krisenzeiten oder Notfallsituationen schnell und sicher wieder stabilisieren. Sie lernen Krisen einen Sinn zu geben und neue Kraft aus dem Inneren freizusetzen.

Inhalte:

- Psychologische Stabilisierungstechniken und Bodyscan,
- Grundprinzipien der Hypnotherapie nach Milton Erickson,
- Rapport, Pacing, Leading & Utilisation durch Reframing,
- Resilienz und psychisches Immunsystem stärken,
- „Safe Place“ aktivieren und Skalierungsfragen,
- Inneres Teilekonzept und „Mentales Schatzkästchen“

M3: Mentale Kraft entfalten

In diesem Modul lernen Sie, Ihre wahre mentale Kraft zu entfalten. Das Nutzen verschiedener Trancezustände ist dabei von grösster Wichtigkeit. Die Hypnotherapie nutzt verschiedene Trancezustände als einen Zustand konzentrierter Tiefenentspannung, in dem Sie das Unterbewusstsein wirksam positiv beeinflussen können. Posthypnotische „Anker“ helfen, sich wie auf Knopfdruck in einen guten inneren Zustand zu versetzen und Herausforderungen des Alltags optimal zu meistern. Ihr geniales Unterbewusstsein wird dabei zu Ihrem wichtigsten Verbündeten.

Inhalte:

- Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Hypnose, Mentaltraining und Meditation,
- Physiologie unterschiedlicher Trancezustände,
- Grundlagen der Hypnose-Induktion in 5 Schritten,
- Möglichkeitskonstruktionen aktivieren mit systemische Fragetechniken
- Problemtrancen in Lösungstrancen überführen und verankern,
- Aktivieren von nützlichem Rollenerleben und Heldenreise

M4: Unterbewusstsein auf Ziele ausrichten

Was sind echte Werte und worum geht es im Leben wirklich? Wenn Sie Ihre Herzenswünsche entdecken und stimmige Ziele formulieren, dann entfaltet sich eine ungeheure Kraft. Oft verschwinden sogar Symptome wie beispielsweise Ängste oder Depressionen. Wer authentisch lebt ist gesünder und kann die Ziele verfolgen, die im Einklang mit der eigenen Persönlichkeit stehen. In diesem Modul lernen Sie, wie Sie Ihre Klientinnen helfen, ihre Ziele systematisch zu klären. Dass Sie dabei diese Frage auch für sich beantworten, ist ein äusserst lohnender Selbsterfahrungsprozess.

Inhalte:

- Werte, Grundbedürfnisse, Motivation und SMART-Konzept
- systemische Zielfragen, Auftragsklärung und Wunderfragen,
- Herzensprojekte und Ziele als Ressourcen aktivieren,
- Persönliche Wachstumszonen in den 4 Wirkfeldern bestimmen
- Mentales Kontrastieren und mentale Zeitreisen mit Bodenankern,
- Blockaden erkennen und echte Ziele im Unterbewusstsein verankern

M5: Ressourcen aktivieren und abrufen

Ressourcen sind Potenziale, Fähigkeiten, Talente und Einzigartigkeiten einer Person. Manchmal tarnen sich unterdrückte Ressourcen sogar als Symptome. Diese Fähigkeiten sollten nicht ungenutzt bleiben, denn sie können zu Kompensationen führen. Die Hypnosetechnik „Zeitprogression“ ist quasi das Schweizer Messer“ für die Aktivierung von Ressourcen in herausfordernden Situationen. Wie auf Knopfdruck lassen sich so systematisch bestimmte Ressourcen einsetzen. So unterstützen Sie Ihre Klientinnen zielgerecht, das eigene Potenzial zu entdecken und freizusetzen, immer dann, wenn es darauf ankommt.

Inhalte:

- Ressourcen in den vier Wirkfeldern finden und aktivieren
- Wirkprinzipien erkennen und positive Emotionen aktivieren
- Ressourcen-Stammbaum, Skalierungsfragen und Hypnose-Anker setzen
- Ressourcenarbeit mit Bodenankern und Utilisationsprinzip
- Kontext-, Bedeutungsreframing und Coach-Persönlichkeit entfalten,
- „Zeitprogression“ mit Zeitlinie und Skalierungstechnik

M6: Kommunikation mit dem Unterbewusstsein

Worte können eine fast magische Wirkung entfalten und tiefgreifende Wachstumsprozesse in Gang setzen. Wenn Worte achtsam gewählt werden, können sogar körpereigene Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Und richtig gewählt sind sie dann, wenn sie im Unterbewusstsein eine starke positive Dynamik entfalten. Wer Worte bewusst anwendet, kann beim Gegenüber tiefgreifende Lösungs-Prozesse in Gang setzen. Sie lernen in diesem Seminar vor allem, wie Sie hochwirksame positive Suggestionen zum Wohle des Ganzen aufbauen und jegliche Form manipulativer Direkt-Suggestionen vermeiden können.

Inhalte:

- Konstruktive Kommunikation nach Erickson (Milton-Modell der Sprache),
- Neuropsychologische Wirkung von Worten und Suggestionen,
- Placebo-, Nocebo-Effekt und hypnotische Sprachmuster anwenden,
- Arbeit mit Metaphern und verbales Pacing
- Konstruktion lösungsorientierter Geschichten mit VAKOG,
- Konversationstrance, Einstreutechniken und fraktionierte Hypnose.

Zielgruppe und Arbeitsfelder: Medizin, Psychologie, Therapie, Heilkunde, Pädagogik, Mediation, Beratung, Sozialarbeit, Personalentwicklung, Führung, Seelsorge, Training & Ausbildung von Piloten, LeistungssportlerInnen, sowie weitere kommunikationsintensive Berufsfelder.

Start: Flexibel online jederzeit möglich

Lehrgangsdauer: 6 Monate (1 Semester)

Weiterbildungskosten: Insgesamt CHF 3.600

Voraussetzung: Studium und/oder fundierte Berufsausbildung und mehrjährige Berufserfahrung

Abschlusszertifikat:
Hypnosystemische Kommunikation IHC®

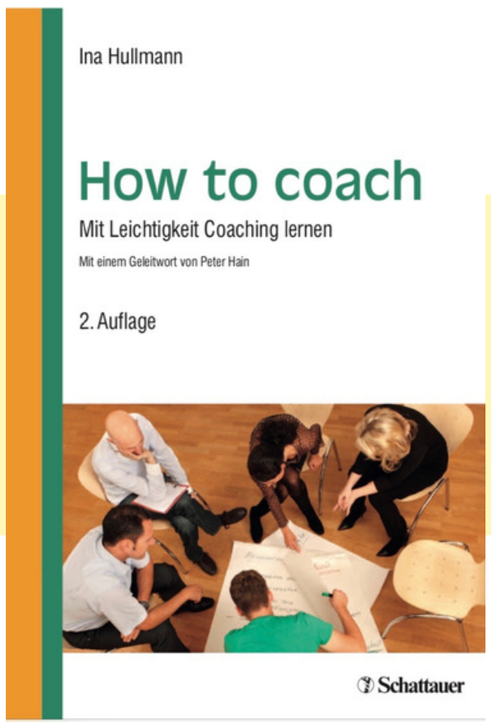
Anerkennung: Die Module entsprechen dem EMR-Reglement Schweiz und werden als Weiterbildungsstunden anerkannt.

INA HULLMANN

Zeigt Ihnen, wie Sie mithilfe des hypnosystemischen Ansatzes eingeschränkte Perspektiven erweitern und Ressourcen aktivieren können. Mit Leichtigkeit lernen Sie Ihr Gegenüber in Krisensituationen zu stabilisieren und die Selbstwirksamkeit zu aktivieren.

Mitglied der Föderation Schweizer Psychologen (FSP), Psychotherapeutin (HeilprG), Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Hypnose Schweiz (GHYPS), Inhaberin des Hypnosystemik-Instituts IHC Schweiz, Dozentin an der Züricher Hochschule für angewandte Wissenschaften (ZHAW), Buchautorin im Medizin-und Wissenschaftsverlag Schattauer.

Alle Informationen, Daten und Anmeldeunterlagen finden Sie unter: **https://www.inahullmann.com/coach-ausbildung/coach-ausbildung/**



HYPNOSYSTEMIK
Institut Hullmann Coaching IHC
Ina Hullmann - Psychologin FSP