

C- Seminar für KliHyp / MedHyp und KomHyp

**„Resilienz ist lernbar – Resilienz
entwickeln und Selbsthypnose“**

Anne M. Lang

**Anwendungsseminar
im Bonner Milton Erickson Institut M.E.G.**

Ziel der Veranstaltung:

Wie Wirklichkeit erlebt wird und mit welchen „Coping“-Strategien sie bewältigt wird, ist unter dem Begriff der bewussten und unwillkürlichen Selbstorganisation zu sehen. Selbstorganisation bezeichnet hierbei die sich immer wieder zirkulär erzeugende Selbsterhaltung. Ist diese günstig heißt sie Resilienz.

- Wie wird Resilienz erzeugt?
 - Was beeinflusst diese und mit welchen Konsequenzen?
 - Wie wird sie über Ziele, Denkmuster, Haltungen, Kommunikation mit anderen beeinflusst?
 - Was sind körperlich- seelisch- mentale gesundheitsförderliche Maßnahmen?
 - Wie helfen dabei körperliche Entspannung, Imaginationen, Visionen und Selbsthypnose
 - Wie wird sie gerade durch eine ressourcenerzeugende Therapie und Beratung nach M. Erickson angereichert?
-

Seminar-Inhalte:

1. Körperliche Entspannung und mentale Ausrichtung sind zentrale Aspekte eines bewussten Selbstmanagements. Dieses Seminar vermittelt: -Inhalte der A-Seminare und als solches die Grundlagen von Entspannungsverfahren: Autogenem Training, Progressiver Muskelrelaxation.

-Es vermittelt auch eine zielorientierte Anwendung im Mentalen Training, im Fokusing und in der Selbsthypnose.

2. Diese Anwendungen sind eingebettet in eine Ericksonsche Ressourcenorientierte Haltung, die Vorhandenes nutzt und darauf bezogen Veränderungsmotivation, Eigeninitiative und Veränderungszuversicht erzeugt. Sie lernen, konsequent im Beratungsgespräch, aber konkret auch bei einer Entspannungs-Durchführung einen Fokus zu eröffnen, in dem Möglichkeiten und Lösungsperspektiven bei den Klienten entstehen. - Anwendungsbereiche des Gelernten in der Arbeit mit Klienten sind der Beratungsbereich (Kom2): z.B. die Stressbewältigung, Leistungssteigerung und Anforderungsmanagement. - Anwendungsbereiche sind in der Psychotherapie (für KliHypler ist das Seminar ein C-Seminar) z.B. Burn-out, Psychosomatik usw.

3. Resilienz für TherapeutInnen/ BeraterInnen. Hypnotherapie und Ericksonsche Kommunikation erweitern nicht nur die Selbstorganisation von KlientInnen, sondern auch die ihrer Therapeuten/Berater. Deshalb geht es in diesem Seminar auch um Ihre **persönliche Rolle** als PsychotherapeutIn oder BeraterIn/ Coach. Wir erkunden, wie sich die Beschäftigung mit Hypnotherapie in Selbstmanagement und persönlicher Entwicklung auswirken kann.

Dazu gehören das Erlernen und die Anwendung von Selbsthypnose.

Sie unterstützt Ausbau und Stärkung Ihrer Resilienzfähigkeit.

Didaktik:

Eigenerfahrung, eigenes Selbstmanagement und berufliche Qualifizierung. Das Seminar bietet zu beiden Bereichen Übungen, Reflektionsanregungen, und Beispiele an. Erlernen und die Arbeit mit Selbsthypnose.

Referentin: Anne. M. Lang

Dipl.-Psych., Approbation Psychologische Psychotherapeutin, Lehrende für Systemische Therapie DGSF, Lehrende für Systemische Beratung DGSF, Lehrende für systemisches Coaching DGSF, Ausbilderin und Lehrsupervisorin für medizinische Hypnose MEG, für Hypnosystemische Kommunikation MEG und für Hypnotherapie MEG, Lehrdozentin der DPA, Senior Coach BDP, Kammermitglied der PTKn Nordrhein-Westphalen und Rhein Land Pfalz.

Organisation, Information und Anmeldung:

Milton Erickson Institut Bonn M.E.G., Reuterstr. 20, 53113 Bonn
Telefon: 0228-9493122, Fax: 0228-9493127, info@institut-systeme.de

Anmeldung zum Seminar / Supervision

Anmeldebedingungen: Bis zu 2 Wochen vor Veranstaltung ist ein kostenfreier schriftlicher Rücktritt möglich (per Email). Bei Stornierungen nach diesem Zeitpunkt fällt der Seminarpreis an. Zur organisatorischen Planung bitten wir um rechtzeitige Anmeldungen.

Ich melde mich unter Anerkennung der Anmeldebedingungen verbindlich an für die nachfolgend aufgeführten Seminare / Supervisionen:

Seminar/Sup. Datum

Seminar/Sup. Datum

Name Vorname

Beruf akadem. Grad/Titel

Straße PLZ Ort

Tel./Fax: E-Mail

MEG-Mitgliedschaft (ist nachzuweisen) seit:

PT-Kammermitglied (Ärzte/ Psychologen): Landeskammer:

Datum Unterschrift

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE47ZZZ00000627392.
Mandatsreferenz (Kundennummer) wird gesondert mitgeteilt.

SEPA-Lastschrift

Ich ermächtige das AML Institut Systeme DGSF-Mitgliedsinstitut / Milton Erickson Institut Bonn M.E.G.(Zahlungsempfänger/Kreditor) die Seminar/Supervisionsgebühren, auch für künftige Seminare/Supervisionen, von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Der Einzug erfolgt frühestens 8 Tage vor Seminar-/Supervisionsbeginn. Zugleich erkenne ich mit meiner Unterschrift die AGB des Zahlungsempfängers an und befreie diesen von der Übermittlung einer Pre-Notification (d.h. Fälligkeitsmitteilung bei bevorstehender Belastung).

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Kreditinstitut

BIC und IBAN

Ort, Datum, Unterschrift

Bitte zurück an:
per Post
Milton Erickson Institut Bonn MEG
Reuterstr. 20
53113 Bonn

per Fax:
0228 / 94 93 127

per Email:
info@institut-systeme.de