



INSTITUT SYSTEME Anne M. Lang
Tel.: 0228/ 94 93 12 0

MILTON ERICKSON INSTITUT/ M.E.G. Bonn
Leitung: Dipl.-Psych. Anne M. Lang
Tel.: 0228/ 94 93 12 2



www.institut-systeme.de - E-Mail: info@institut-systeme.de

53115 Bonn - Venusbergweg 48 - Sekretariat: 8:30-16:00

* Psychotherapeutische Praxis * Krisen-Coaching / Supervision * Krisen-Mediation * Aus- und Weiterbildung *

Die RESSOURCEN-GRUPPE für Kinder: Hypnose erfahren Selbsthypnose lernen

Leitung: Dipl.-Psych. Anne M. Lang

Diese Gruppe richtet sich an Jugendliche von 12-15 Jahren. Sie bietet einen Platz an für circa 5 Jugendliche, die zusammen Selbsthypnose praktisch in Übungen lernen können.

Diese hilft zur Verbesserung von körperlicher, geistiger und seelischer Entspannung. So steigt damit das Wohlbefinden, das Schlafvermögen, die Konzentrationsfähigkeit.

Da sich mit Selbsthypnose das Stressempfinden verändert, schwinden Kopf- oder Bauchschmerzen, die durch Stress erzeugt werden. Insgesamt ist die Fähigkeit sich mental zu stärken jedem Menschen gegeben und lebenslang hilfreich. Es ist nie zu früh, diese nutzen zu erlernen.

Starttermin:

Auf Anfrage

Ort:

Institut Systeme Anne M. Lang, Venusbergweg 48, 53115 Bonn

Anmeldung und Information:

unter 0228/9493120 von 8:30-16:00