

Selbsthypnose lernen an einem Wochenende

Leitung: Dipl.

Hypnosetherapeutin (NGH)
Friederike Gerling

Dauer: 2 Tage,
jeweils 9-16 Uhr

Ort: Hypnosepraxis IHvV, Karl-
Marx-Str. 40, 16816 Neuruppin

Info & Reservierung:

03391 / 348134; mail@IHvV.de

Preis: 250 €



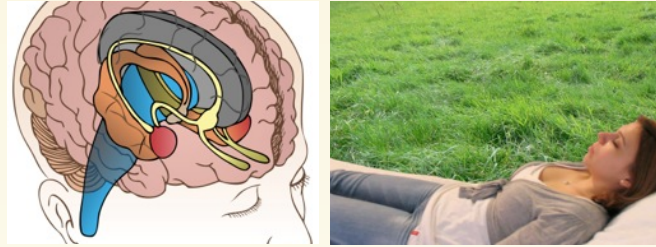
Schlüssel für Veränderung

Mit dem Wochenendkurs "Selbsthypnose intensiv" werden alle Teilnehmer in die Lage versetzt, tief in Selbsthypnose zu gehen, ihre Trancetiefe zu testen und effektiv mit sich und ihren Themen/Problemen zu arbeiten. Dabei wird die Wirkungsweise der Hypnose anschaulich erklärt.

Jeder Teilnehmer erhält in tiefer Trance den "Selbsthypnose-Anker". Löst er ihn aus, gleitet er automatisch in die für die Selbsthypnose nötige Trancetiefe. So kann jeder mit sich die gewünschten Themen mit geringem Zeitaufwand bearbeiten.

Intensivkurs mit vielen praktischen Übungen, Kursbuch, Zertifikat sowie Zugang zu unserem Server mit Skripten, Downloads, Begleitmusik.

Selbsthypnose lernen an einem Wochenende



Theorie und Praxis: Hypnotische Phänomene werden anschaulich erklärt, an eigene Anliegen angepasst und sofort geübt.

Seminarinhalte

- Kreative Visualisierung
- Setzen mentaler Anker
- Steigerung der Kreativität
- Fähigkeit der Zeitverkürzung/-dehnung
- Kontrolle des vegetativen Nervensystems
- Umgang mit der inneren Uhr
- Kontrolle über instinktives Verhalten
- Schmerzkontrolle, Anästhesie
- Ängste, Lampenfieber
- Selbsthypnose-Anker
- 3-Wochen-Plan für Verhaltensänderungen, z.B. Rauchen, Lampenfieber
- 3-Monats-Plan für körperliche Lösungen, z. B. Abnehmen, Schmerzverarbeitung, Tinnitus

3 x jährlich

Termine: www.IHvV.de