

# Selbsthypnose für Therapeuten und Patienten Modul 2



Bildungszentrum Reastudy  
Bad Zurzach, Winterthur  
Quellenstrasse 34  
CH-5330 Bad Zurzach  
Tel. +41 (0)56 265 10 20  
Fax +41 (0)56 265 10 29  
E-Mail [info@reastudy.ch](mailto:info@reastudy.ch)  
[www.reastudy.ch](http://www.reastudy.ch)

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen  
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue  
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

# Kursausschreibung

## Selbsthypnose für Therapeuten und Patienten Modul 2

Modul der Ausbildung [Ausbildung: Selbsthypnose für TherapeutInnen und PatientInnen](#)

### EINLEITUNG

Nachdem im Modul 1 die Grundlagenkenntnisse zu den Themen Unterbewusstsein und Bewusstsein, Hypnose und Selbsthypnose vermittelt und gelernt wurden, wenden wir uns im Modul 2 der Vertiefung mit Suggestionen und Visualisierungen zu.

Gerade im Umgang mit Diagnosen, Blockaden und der eigenen Einstellung hinsichtlich einer Krankheit und/oder dem Heilungsverlauf nach einem Unfall ist die eigene Haltung und Einstellung dazu eines der entscheidenden Kriterien, inwieweit und wie schnell ein Heilungsprozess voranschreitet.

So beginnt die eigene Einstellung nicht als erstes im Kopf! Sie beginnt mit einem Gefühl (Angst, Hilflosigkeit etc.), welches im Unterbewusstsein seinen Ursprung hat. Hier ist es durch Suggestionen und Visualisierung möglich, die eigene Einstellung der PatientInnen weiter durch geeignete Suggestionen und/oder Visualisierungselemente positiv zu beeinflussen, sodass diese Einstellung nicht blockiert, sondern wie ein positiver «Booster» wirkt. Dabei wird nebenbei das Selbstvertrauen gestärkt, auch können Nebenwirkungen von Medikamenten minimiert und das Vertrauen in die eigene Gesundheit weiter gestärkt werden.

Die beiden obenerwähnten Tools sind eine grosse Erweiterung im «Werkzeugkoffer der Selbsthypnose».

Durch Selbsthypnose mit dazu passenden Suggestionen und Visualisierungen lösen PatientInnen mit Unterstützung der Therapierenden die Negativ-Gefühle ab und bauen lösungsorientierte Zielbilder auf.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Verfügst Du über das Wissen, Selbsthypnose zielgerichtet und individuell auf Deine PatientInnen zuzuschneiden und zu vermitteln
- Wendest Du Selbsthypnose mit Suggestionen und Visualisierung zur Optimierung der Selbstheilungsprozesse sowie Stressreduktion und zur Wiedergewinnung von Energien an resp. leitest Deine PatientInnen dazu an
- Kennst Du die Macht von Suggestionen und Visualisierung und setzt diese gezielt bei der Unterstützung und Schulung Deiner PatientInnen ein

### INHALTE

Dieser Kurs beinhaltet:

- Wiederholung der Grundlagenkenntnisse von Bewusst- und Unbewusstem resp. Hypnose und Selbsthypnose
- Das Finden von passenden Suggestionen (Theorie/prakt. Umsetzung)
- Das Erkennen und Einsetzen von persönlichen Visualisierungsmethoden in Selbst- und Wachhypnose (Übung)
- Den Umgang mit „Stolpersteinen“ und belastenden Gefühlen Theorie/Übung

## METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Präsentation theoretischer Inhalte
- Praktische Übungen und Variationen
- Gemeinsame Selbstreflexion nach Lernabschnitten in der Gruppe

Maximale Gruppengrösse: 14 Teilnehmende mit einer Lehrperson

## ANGABEN ZUR LEHRPERSON

### Franziska Stieger

#### Personalleiter KLZ

- Personalleiter KLZ
- CAS "Coaching Advanced" IAP ZH
- Div. Mental- und Hypnoseausbildungen
- Motto: «Habe den Mut, deine Erkenntnisse in deinem eigenen Leben anzuwenden und du bekommst Flügel!» Jeremy A. White



## KURSVORAUSSETZUNGEN

Fachpersonen für Physiotherapie, med. Masseur\*innen wie auch weitere Fachpersonen mit anatomischer Grundbildung

Teilnahmevoraussetzungen: Berufsdiplom und der Besuch des Kurses Selbsthypnose für Therapeuten Modul 1

## LEITUNG

Stieger Franziska

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
2 Tage	Bad Zurzach	12.04.2024 13.04.2024	08.30 - 17.30 Uhr 08.30 - 17.30 Uhr	24084	deutsch	