



HYPNOSE, HYPNOTHERAPIE UND IMAGINATION

Achtteilige Fortbildungsreihe 2006/2007

Informationen für Interessenten und Teilnehmende

In vielen Kulturen werden veränderte Bewußtseinszustände ganz selbstverständlich als Weg zu persönlicher Veränderung, Wachstum und Heilung verwendet - etwa in Ritualen, Trance-Tänzen, Zeremonien. Die westliche Psychotherapie und Medizin hat die Hypnose vor allem durch die wegbereitende Arbeit von Milton H. Erickson entdeckt. Mittlerweile hat sich die Hypnose bzw. Hypnotherapie als ein lern- und lehrbarer Weg zur Nutzung unbewußter Ressourcen, Heilungspotentiale und unbewußten Wissens etabliert.

In der Hypnotherapie nach Milton H. Erickson wird Trance/Hypnose in einem großen Reichtum an Variationen angewendet - statt in starren Formen wie in älteren Hypnose-Schulen. "Trance" kann hier viel umfassen: tiefe Entspannung, erhöhte innere Aufmerksamkeit, Träumen, das Erkunden des eigenen Unbewußten. Für jeden Menschen werden die für ihn passenden Wege in die Trance gesucht, um Zugang zu den eigenen unbewußten Potentialen zu bekommen: zum Wissen über die Entstehung von Problemen und zum Entdecken neuer Veränderungs- und Lösungsmöglichkeiten.

Diese Form der Trance-Arbeit hat in den vergangenen 20 Jahren immer mehr Anwendungsgebiete gefunden: neben der Therapie psychischer und psychosomatischer Störungen etwa auch in der Medizin und in pädagogischen Anwendungsfeldern (Superlearning, Suggestopädie).

Das **Odenwald-Institut** und die **Wirkstatt Karlsruhe** bieten in Zusammenarbeit mit dem Psychologen und Hypnotherapeuten *Axel Mecke* eine Kompaktfortbildung in Erickson'scher Hypnose an. Die Seminarreihe umfasst neben einer Einführung in die grundlegenden Methoden der Hypnoseeinleitung („Induktion“), Vertiefung und Nutzung („Utilisation“) auch deren Anwendungen in unterschiedlichen Berufsfeldern. Die Teilnehmenden lernen, Hypnose sowohl *für sich selber* (also zur Arbeit mit eigenen unbewußten Anteilen und Ressourcen) als auch in ihren *Arbeitsfeldern* (zur Intensivierung und Erweiterung einer beratenden, therapeutischen oder lehrenden Arbeit) gezielt zu nutzen. Die Fortbildung wendet sich daher vor allem an Personen, die in *beratenden, lehrenden, therapeutischen und medizinischen Berufen* tätig sind, eine solche Ausrichtung ist jedoch keine Bedingung zur Teilnahme.

Die Seminare setzen Eigenverantwortlichkeit und normale psychische Belastbarkeit voraus.

Die Fortbildungsreihe setzt sich aus einem Einführungs- und Orientierungsseminar sowie acht Wochenendseminaren zusammen; zudem werden regelmäßig weiterführende Seminare für Fortgeschrittene angeboten.

Das Einführungsseminar im **Odenwald-Institut** Wald-Michelbach (Sa., 14.10. und So., 15.10. 2006) soll einen Überblick über die gesamte Fortbildung geben; erst am Ende dieses Seminartages bzw. –wochenendes steht die Entscheidung zur Teilnahme an den weiteren Seminaren.

Im Einführungsseminar werden Elemente aus den einzelnen Seminaren vorgestellt, demonstriert und zum Teil auch geübt:

- Einführung: was ist Hypnose?
- einfache Induktionstechniken
- eine Methode der Selbsthypnose
- die Nutzung von Metaphern und Geschichten in Hypnose
- Hypnose und die Kommunikation mit dem Unbewußten
- Anwendungen in Psychotherapie, Beratung, Medizin, Pädagogik, Coaching.

Am Ende des Einführungstages soll für die Teilnehmenden die Entscheidung für oder gegen die Teilnahme an der Gesamtfortbildung stehen; diese Entscheidung soll *zusammen mit dem Kursleiter* erfolgen.

Eine Anmeldung zur Fortbildungsreihe *ohne Besuch des Einführungsseminar* ist nur in Rücksprache mit dem Leiter möglich.

Die weiteren acht Wochenenden der Ausbildung können nur *komplett* belegt werden, d.h. eine Teilnahme an einzelnen Seminaren ist nicht möglich.

Bei den ersten fünf Seminaren ist der Inhalt vorgegeben:

1. Wochenende: erste Schritte (11. & 12. 11. 2006):

- Grundtechniken der Hypnoseinduktion
- Hypnotische Sprachmuster, Milton Modell
- Erkennen und Nutzen von Alltagstrancen
- 54321-Induktion
- Grundmodell der Hypnose
- Vertiefung der Hypnose
- Hypnotische Phänomene

2. WE: Vertiefung (9. & 10. 12. 2006)

- Sinnespräferenzen erkennen
- Sinnes-Überlappung in Trance
- Weitere Hypnoseinduktionen: Augenfixation
- Weitere Vertiefungstechniken
- Nutzung der Hypnose: Zugang zu persönlichen Ressourcen und Erinnerungen
- Auslösung und Nutzung innerer Suchprozesse
- Die Arbeit mit dem „zukünftigen Selbst“
- Nutzung natürlicher bzw. spontaner Anker: die Arbeit mit den Metaphern des Klienten.

3. Wochenende: (Selbst) -Hypnose - Kommunikation mit dem Unbewußten (3. & 4. 2. 2007)

- Prinzipien Erickson`scher Therapie
- Weitere Hypnoseinduktionen: Armlevitation, umgekehrte Armlevitaion
- Signale des Unbewußten: „minimal cues“,

Ideomotorische Fingersignale

- Der Ansatz von Ernest Ross
- Ideomotorische Befragung nach LeCron
- Methoden der Selbsthypnose: Methode nach Betty Erickson,
- Anwendungen der Selbsthypnose
- Die Arbeit mit dem „Zukünftigen Selbst“

4. Wochenende: Die Arbeit mit unbewußten Instanzen, Teilen und Symbolen (10. & 11. 3. 2007)

- Allgemeine Arbeit im Teile-Modell
- Symptomerzeugende Teile als Hüter von Ressourcen und Wissen
- Arbeit mit Ratgeber-Teilen/Nutzen eines Symptom-Teils als Ratgeber-Teil
- Arbeit mit konfligierenden Teilen

5. Wochenende: Die maßgeschneiderte Konstruktion von Geschichten, Metaphern, Phantasiereisen in der Hypnose (28. & 29. 4. 2007)

- Phantasiereisen zur Induktion und Vertiefung einer Trance
- Abwandlung/Anpassung von Standard-Geschichten
- Konstruktion individueller Geschichten für Klienten
- Therapeutisch reichhaltige Geschichten, „Geschichten Basar“
- Induktion innerhalb einer Geschichte
- Analoges Markieren
- Direkte Rede zum Markieren innerhalb einer Geschichte
- Mehrfach eingebettete Geschichten

6. Wochenende : Anwendungen in Medizin und Psychosomatik (2./3.6. 2007)

- Hypnotische Schmerzkontrolle
- Hypnotische Beeinflussung immunmodulierter Erkrankungen
- Hypnose und Tinnitus
- Hypnose bei Hauterkrankungen und Asthma bronchiale

7. Wochenende: Hypnose bei ausgewählten psychischen Störungen (Angst, Depression) (7./8.7. 2007)

8. Wochenende: Die Erweiterung der persönlichen Geschichte in Trance (22./23.9. 2007)

Alle Workshops bestehen aus einer Mischung aus *Vortrag, Demonstration, Kleingruppenübungen*. Alle Teilnehmenden bekommen intensive *Anleitung* und *Rückmeldung* durch den Kursleiter. Zusätzlich wird mit *Video-Demonstrationen* gearbeitet werden.

Parallel zu der Fortbildung ist auch Einzel- und Gruppensupervision möglich. Eine Verlängerung der Fortbildung ist bei Bedarf ebenfalls möglich.

Seminarort: Odenwal-Institut, Tromm/Wald-Michelbach – ein wunderbar gelegenes Seminarort im Odenwald, verkehrstechnisch dennoch gut erreichbar.

Leitung: Axel Mecke, Diplompsychologe, Psychotherapeut (Hypnotherapie, Verhaltenstherapie, NLP, Lösungsorientierte Therapie) und Mediator in Heidelberg. Die *Organisation* und *Zertifizierung* der Fortbildung liegt bei der Wirkstatt Karlsruhe bzw. beim Odenwald-Institut, es gelten die Geschäftsbedingungen der Veranstalter.

Kosten Einführungsseminar: € 160.-
Kosten je Workshop: € 198,75

<p>Anmeldung bei:</p> <p><u>Odenwald-Institut</u></p> <p>Trommstr. 25 69483 Wald-Michelbach Tel. 06207/605-0 Fax 06207/605-111</p>	<p>Anmeldung und Informationen online:</p> <p><u>www.odenwaldinstitut.de</u></p>
---	---

Information zu Aufbau und Inhalten bei:

Axel Mecke, Praxis: 06221/40 22 36

Interessenten, die unsicher sind, ob die Fortbildung für sie geeignet ist oder nicht, können sich gerne unter o.g. Nummer beraten lassen.



Axel Mecke

Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut
 Niederlassung seit 1992 in Heidelberg
 Mediator am Psychologischen Institut der Universität Heidelberg

Angebote: Einzelpsychotherapie
 Paartherapie
 Mediation bei familiären Konflikten,
 bei Trennung und Scheidung
 Supervision und Trainings

Methoden: Hypnotherapie nach M.H. Erickson
 Verhaltenstherapie
 Lösungsorientierte Kurzzeittherapie
 Neurolinguistisches Programmieren (NLP)
 EMDR

Leitung von Fortbildungen und Seminaren zur Hypnotherapie seit 1993.
 Ausbilder am „Heidelberger Institut für Mediation“.