

MMag. Danja Zerz
Institut für
Gesundheitspsychologie
und Klinische Hypnose

Die erfahrene österreichische Trainerin für Hypnose, MMag. Danja Zerz, bietet mit ihrem Curriculum eine einzigartige Aus- und Weiterbildungsgelegenheit für Mediziner/innen, Psycholog/inn/en, Psychotherapeut/inn/en, Lebens- und Sozialberater/innen, Pädagogen/innen, Energetiker/innen, Masseurinnen/Masseur sowie für alle Interessierten an.

Dieses Hypnose-Curriculum besteht aus unterschiedlichen Modulen und findet therapeutische und nichttherapeutische Anwendungsmöglichkeiten. Die Lehrinhalte erweitern die Kommunikationskompetenz im Umgang mit anderen Individuen und ermöglichen eine Bereicherung für die Selbst- und Fremderfahrung.

Hintergrund:

Hypnose ist für viele Laien etwas Mystisches und Magisches und ist mit Vorurteilen und Ängsten behaftet. Viele können sich deren Wirkungsweise auch nicht vorstellen. Historisch und ethnologisch zählt die Hypnose zu den ältesten Heilverfahren. Eine weiterentwickelte Methode der Hypnose ist die Hypnotherapie. Diese hat sich in den letzten fünf Jahrzehnten zu einem sehr effizienten, differenzierten Behandlungsansatz entwickelt.

Ihre Wirksamkeit ist mittlerweile wissenschaftlich gut belegt. Insbesondere wurden mit den Methoden der Kernspinresonanztomographie (MRT) und der Elektroenzephalographie (EEG) hirnphysiologische Korrelate von Trance-Zuständen klar nachgewiesen.

Die Anwendungsbereiche der Hypnose sind vielfältig. Dabei bedient sie sich direkter, indirekter, symptom- und problemorientierter, hypnoanalytischer (aufdeckender) und lösungsorientierter Verfahren. Dadurch werden z.B. akute oder chronische Schmerzen, psychosomatische Schwierigkeiten, Depressionen, Zwänge, Ängste, Traumata, Abhängigkeiten, Verhaltensstörungen, Schlafstörungen positiv beeinflusst.

Ziel:

Bezogen auf die unterschiedlichen Module vertiefen die Teilnehmer/innen ihre Qualifikation zur Durchführung von individuellen Hypnosetings mit fundierten Hypnosetechniken.

Inhalte:

Vermittelt werden unter anderem folgende Inhalte:

Modul I

- Historischer Hintergrund der Hypnose
- Vorannahmen der Hypnose
- Definition von Hypnose und Trance und wissenschaftliche Grundlagen
- Grundlagen der formalen Hypnose
- Haltung und ethische Grundsätze von Therapeut/inn/en
- Der hypnotische Rahmen und das hypnotische Vorgespräch
- Rapport
- Pacing
- Leading
- Hypnotische Sprachgestaltung (Prozesssprache und Inhaltssprache)
- Direktive und nondirektive Methoden
- Erkennungsmerkmale von Trance
- VAKOG Modell
- Kontakt zum Unbewussten
- Erzeugung hypnotischer Grundphänomene
- Ideomotorische Signale etablieren
- Konstruktion von Wirklichkeit
- Metapher für typische Veränderungsprozesse
- Konstruieren und Vermitteln von Techniken an sich selbst und anderen

Dauer des Moduls I: 3 Tage (jeweils Fr – So)

Modul II

- Identifizierung und therapeutische Nutzung unterschiedlicher Bewusstseinszustände
- Neurophysiologische Erkenntnisse
- Bedeutung des Schmerzes
- Schmerzarten
- Schmerz als Symptom
- Schmerz als Diagnose
- Schmerz als Wahrnehmung
- Schmerz als Gefühl
- Schmerz als Verhalten
- Schmerz als Kommunikationsmittel
- Arbeit mit verschiedenen Trancephänomenen
- Assoziation/Dissoziation
- VAKOG verändern
- Katalepsie
- Analgesie
- Phobien
- Zwänge
- Indikation und Kontraindikation

- Durchführung und Gestaltung therapeutischer Einheiten:
- die eigene hypnotherapeutische Haltung kontextuell verankern
- den eigenen therapeutischen Stil erkennen und praktisch umsetzen

Dauer des Moduls II: 3 Tage (jeweils Fr – So)

Modul III

- Neurophysiologie bezüglich Wahrnehmen, Speichern und Erinnern
- Rapport und verschiedene Verfahren
- Individuelle hypnotische Stimmungsinduktion
- Ressourcen erkennen und für die Intervention nützen
- Fortgeschrittene Telearbeit in Trance
- Hypnoanalytisches Vorgehen
- Symptome als Lösungen
- Regression
- Progression
- Arten von Metaphern
- Trance und neues Bewusstsein
- Trance und Persönlichkeitsveränderung
- Beendigung von offener Sitzung
- Veränderung der Lebensgeschichte

Dauer des Moduls III: 3 Tage (jeweils Fr – So)

Modul IV

- Hypnotische Vorgehensweisen
- Unbewusste Funktionen und innerpsychische Konflikte sichtbar machen
- Raucherentwöhnung
- Arbeit mit Übergewichtigen
- Hypnose in der Psychosomatik
- Symptom- und Konfliktebene
- Ich-Stärkung
- Vertragsvereinbarung mit den Klient/inn/en
- Ressourcenaktivierung

Dauer des Moduls IV: 3 Tage (jeweils Fr – So)

Modul V

- Supervision
- Selbsterfahrung
- Praktische und theoretische Wiederholung
- Kolloquium und Prüfung

Dauer des Moduls V: 2 Tage (jeweils Fr – Sa)

Aus dem Methodenteil:

Die Prämisse dieser Module ist die für jedermann/frau verständliche Vortragsweise und kompetente, praktische Demonstration durch die Trainerin. Teilnehmer/innen lernen durch Gruppenübung und Selbsterfahrung eine vertiefende Wissensbasis über Hypnose persönlich kennen und üben individuelle Hypnosetechniken. Die unterschiedlichen Erfahrungen werden in der Gruppe besprochen, reflektiert sowie supervidiert.

Fazit:

Diese fundierte Aus- und Weiterbildung stellt für Absolvent/inn/en **einen Meilenstein** in der Weiterentwicklung ihrer therapeutischen Techniken oder aber auch der eigenen Persönlichkeit dar. Ein voller Werkzeugkoffer mit Wissen und Hypnosetechniken werden mit auf den Weg gegeben, so dass die Teilnehmer/innen mit individuellen Vorgangsweisen physische und psychische Belastungen abbauen oder in kurzer Zeit eliminieren können. Dadurch verfügen sie über neue Ressourcen und können neugierig der Zukunft entgegen gehen.

Voraussetzungen:

Freude am Umgang mit Menschen, Fähigkeit zur Selbstreflexion

Zertifikat:

Teilnehmer/innen die Ärztinnen/Ärzte, Psycholog/inn/en sind, erhalten ein Zertifikat über die erfolgreiche Aus- und Weiterbildung in „KLINISCHER HYPNOSE“.

Alle anderen Berufsgruppen erhalten ein Zertifikat über die erfolgreiche Aus- und Weiterbildung in „Hypnotischer Kommunikation“.