

Einladung zum offenen Weiterbildungs-Seminar des M.E.I.Innsbruck

## **Mag. Martina Gross:**

### **„Da brauchst Du doch keine Angst haben.....“**

Hypnosystemische Haltungen und Konzepte im Umgang mit Ängsten, Panik und Selbstunsicherheiten

**Innsbruck, 8.-9. November 2019**

Angst, Panik und auch Selbstunsicherheiten sind aus einer physiologisch Perspektive sinnvolle, lebenserhaltende und (be-) schützende Reaktionen lebender Organismen auf Bedrohungen. Der Körper und das intuitive Wissen bereiten sich auf bedrohliche Situation von Einst und/oder Jetzt vor.

In einer Gegenwartswelt werden diese psychophysiologischen Reaktionen von den Betroffenen selbst, aber auch von Menschen in deren Umfeld als unerklärlich, nicht nachvollziehbar und in weiterer Folge als inadäquat, übertrieben oder gestört erlebt und bewertet. Da den Betroffenen oft ein sinnstiftender Zugang zu ihrem Erleben fehlt, können sie in eskalierende intrapsychische Dynamiken landen, die zu einem Verlust von Lebensfreude, Zuversicht und Selbstsicherheit führen.

Hypnosystemische Zugänge ermöglichen es, Bezüge zu diesen Lebenserfahrungen nachhaltig und in kompetenzaufbauender Weise wiederherzustellen und sie in einer ressourcenförderlichen Art zu mehr Wohlbefinden und Selbstwert zu beeinflussen.

### **Mögliche Seminarinhalte:**

- o Tranceprozesse für den Aufbau und die Wiedereinführung von Neugier bei Ängsten und großen Selbstunsicherheiten
- o Hypnosystemische Methoden zur Wiedereinführung von Flexibilität und Zuversicht bei „Widerständen“ und Ängsten vor Weiterentwicklung und Veränderungen
- o Konstruktive Umgangsformen mit „Wiederholungserleben“ und stigmatisierender Pathologisierung von Menschen
- o Metaphorische Zugänge zum Aufbau von Mut und Selbstwert in Situationen von überhöhten Selbst- und Fremderwartungen
- o Selbstcoachender Umgang mit Klient\*innen, die Resignation, Hilflosigkeit und Unmut auslösen
- o Ein hypnosystemisches Verständnis von Selbstabwertungstendenzen als Hinweis auf bedeutsame Anliegen und Sehnsüchte
- o Erkenntnisse der modernen Gehirnforschung zum ressourcenorientierten Verständnis von Widerstandsphänomenen und einem entwicklungsförderlichen Umgang damit

## Didaktik:

Bedarfsorientierten Mischung von theoretischen Inputs, Demonstrationen und Übungen.  
Die Seminarinhalte werden in Abstimmung mit den Anliegen der Teilnehmer\*innen konkretisiert.

## Zur Referentin:

**Mag. Martina Gross** ist hypnosystemische Psychotherapeutin und klinische Psychologin  
Sie arbeitet nach mehrjähriger Leitung des Klinisch Psychologischen Dienstes der Krankenanstalt Rudolfstiftung, Wien als niedergelassene Psychotherapeutin in Wien.  
Schwerpunkte ihrer Arbeit ist die Zusammenarbeit mit Menschen mit klinischen Fragestellungen, hier vor allem Ängste, Burnout und depressive Symptomatiken.  
Sie ist Gründerin des Hypno-Synstitut Wien, Lehrtrainerin der Milton Erickson Gesellschaft und Referentin auf facheinschlägigen Kongressen hypnotherapeutischer und systemischer Gesellschaften.  
Das Seminar ist so gestaltet, dass auch Kolleg\*innen ohne ausdrückliche Weiterbildung in hypnotherapeutischen Konzepten von den Seminarinhalten profitieren können.

## Organisatorische Hinweise:

**Seminarort:** Innsbruck

**Zeit:** Freitag, 8. November 2019 14<sup>00</sup> bis 20.00 und  
Samstag, 9. November 2019 9<sup>00</sup> bis 17<sup>00</sup>

**Kosten:** € 324.- incl. 20 % Mwst. (€ 270.- netto)

**Arbeitseinheiten:** 16

**Anmeldung schriftlich per e-mail:** Milton Erickson Gesellschaft Innsbruck  
Kochstraße 1  
A-6020 Innsbruck  
Tel: 0043/664/3805072  
e-mail: office@mei-innsbruck.at

**Anmeldeschluss:** 2. Oktober 2019

Die Anmeldung ist verbindlich, wenn der Seminarbeitrag auf das Konto des M.E.I.-Innsbruck eingezahlt wurde. Das Seminar kann im Rahmen der **Fortbildungsrichtlinien der M.E.G. als C-Seminar anerkannt werden.**

Bitte beachten Sie: Anmeldungen können nur schriftlich per E-Mail erfolgen und werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens entgegengenommen.

Stornierungen bis 3 Wochen vor Seminarbeginn sind gebührenfrei. Bei Stornierungen zu einem späteren Zeitpunkt berechnen wir eine Stornogebühr von € 100,00, bei Nicht-Erscheinen die gesamte Kursgebühr.

Die Anmeldung ist verbindlich, wenn der Seminarbeitrag auf das Konto des MEI-Innsbruck, **Tiroler Sparkasse** (IBAN:AT882050301401256001, BIC: SPIHAT22) eingezahlt wurde.