

Hypno-Schnee 2020

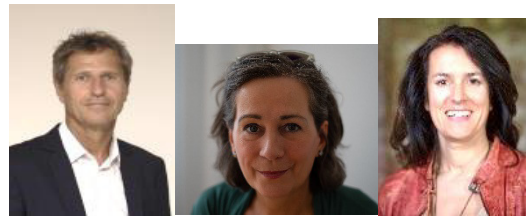
Trauma, Eskalation und die (Aus)Wirkungen

Im Körper und im Selbst (wieder) Heimat und Ruhe finden!

Entwicklungsförderliche hypnosystemische Konzepte, Haltungen und Methoden für bedrohliche Ereignisse in privaten, sozialen und organisationalen Lebenswelten

Referent*innen

Dr. Reinhold Bartl,
Mag. Martina Gross und
Christiane Albrecht (Systelios Klinik)



20. – 23. Februar 2020 in Kaprun / Salzburg

Psychische und körperliche Grenzverletzungen und -übergriffe, schmerzliche Erfahrungen, verbale Entwertungen und dauerhaft leidvolles Erleben sind Lebensszenarien, die uns in psychotherapeutischen, supervisorischen und auch coachenden Kontexten häufig berichtet werden. Auswirkungen finden sich dann u.a. in Sucht- und Erschöpfungssymptomen, Angst- und Schmerzerleben, Suchtphänomenen und Eskalationsdynamiken.

Das Verständnis dieser Phänomene und die Frage, wie damit hilfreich umgegangen werden kann, wird in Fachkreisen z. T. heftig diskutiert. In einem besteht aber Einigkeit: Es braucht nicht für alle Formen menschlichen Leids Zusatz-Ausbildungen, sehr wohl aber sensible, achtsame und kompetente Konzepte, Haltungen und Methoden, die **psychische und körperliche Prozesse** gleichermaßen einbeziehen und unmittelbar erlebbare Kompetenzerfahrung von Menschen fördern.

Um diesem Anspruch möglichst umfassend gerecht zu werden, bieten wir unser **Hypno-Schnee Seminar 2020** gemeinsam mit einer Expertin **für hypnosystemische Körpertherapie**, Christiane Albrecht – ausgebildeten Feldenkrais Therapeutin - an.

Feldenkrais ist eine über Bewegung erfahrbare Körperarbeit. Dieser Zugang ist besonders geeignet, die Verbindung von Bewegen, Fühlen und Handeln sinnlich zu erfahren und daraus erweiternde Gestaltungsmöglichkeiten für die ganzheitliche Verknüpfung von **rationalen, intuitiven und körperlichen Prozessen zu entwickeln**. Eine Voraussetzung dafür, auch intensiv-leidvolles Erleben aufzulösen und das Erleben von Kompetenz und Wirksamkeit zu unterstützen.

Das angebotene Seminar ist kein auf **Traumabehandlung** allein konzipiertes Seminar sondern bietet vielmehr als Fokus eine Fülle von Konzepten und Methoden, die gerade für Erfahrungen von Grenzverletzungen und deren Auswirkungen unmittelbar erlebbare und wohltuend-wirksame hypnosystemische Konzepte und Methoden für Menschen, die in gegenwärtigen und/oder vergangenen Kontexten mit bedrohlichen, schmerzlichen und beängstigenden Erfahrungen konfrontiert sind oder waren.

Ein weiterer wichtiger Schwerpunkt des Seminars wird sein, wie Therapeut*innen und Berater*innen gut für sich sorgen können und effektive körperliche und psychische Balancen für ihre anspruchsvollen und fordernden Aufgaben entwickeln können - ein Tanz mit der eigenen Multiplizität.

Mögliche Inhalte:

- Hypnosystemische Zugänge für einen motivierenden Beziehungsaufbau und der Wiedereinführung von Selbstwirksamkeit- besonders bei längeren Therapieverläufen, negativen Vorerfahrungen oder beruflich (andauernden) Erfahrungen von Angst, Scham und gelungenem Copying für Leiderleben
- Ein entwicklungsförderlicher Umgang mit berechtigtem Frust, Anklage und Vorwürfen gegenüber der „schmerzhaften Lebensgeschichten“ - besonders bei erlebten Wiederholungen, Frustrationen und Ärger in Gegenwart und/oder Vergangenheit(en)
- Wie sinnvoll mit Menschen umgehen, die von der Annahme ausgehen, dass die Vergangenheit die Gegenwart determiniert?
- Erfahrungen im Team (mit Kolleg*innen, Führungskräften, Mitarbeiter*innen), die gut Arbeitsatmosphären und Zielfokussierungen erschweren und behindern
- Unmittelbar umsetzbare Zugänge aus dem Feldenkrais-Ansatz für ein rasches und zugleich nachhaltig-wirksames Umgehen mit leidvollen Symptomatiken wie Ängsten, Panikattacken, Zwängen, Süchten sowie Traumaerfahrungen
- Sinnvolle Kriterien zur Unterscheidung: Wann ist eine zeitintensivere Bearbeitung von biographischen Ereignissen sinnvoll und wann sind Zugänge günstig, die Vergangenheiten möglichst zeitnahe in gute innere Stimmigkeiten zu bringen
- Die respektvolle Beachtung von Vergangenem und dem zuversichtlichen und motivierenden Blick auf gestaltbare Zukünfte
- Was sind sinnvolle Unterscheidungen von Psychotherapie und motivierendem Coaching - und was ist dann zu tun?
- Kompetenzerhaltender Umgang mit psychisch sehr bewegenden Themen in Berufs- und Privatwelten (Krankheit, Verlust, Empörung etc.).
- Wie kann Verantwortungsbewusstsein und „leichte“ Beweglichkeit stimmig ausgestaltet werden - ?
- Aktuelles neurobiologisches Wissen - und was davon für Beratung, Therapie und die Unterstützung menschlicher Entwicklung sinnvoll ist zu wissen
- Hypnosystemischer Umgang mit der Diagnosevielfalten - wie können unterschiedlichen Ebenen (Diagnosen, Beratungsansprüche, Leidwürdigung und Entwicklungssehnsüchte) gut integriert werden?
- Hypnotherapeutisch hilfreiche Methoden wie Trancereisen, Symbolisierung, Selbstvertrauen- und zuversichtsförderliche Trancen, Geschichten, durch Zukunftsreisen etc.

Das Seminar ist eingebettet in den Kontext eines schönen Schigebietes mit guten Möglichkeiten für Abschalten, Ausgleich und Abwechslung und bietet einen stimmungsvollen Rahmen, in dem konzeptuelle Inputs, handwerklichen Vertiefungen, selbstförderliche Angebote und ein Wohlfühlrahmen mit Schnee, Freizeit und Zeit für sich selbst in ein gutes Zusammenspiel gebracht werden können.

Zielgruppe:

Dieses Seminar richtet sich sowohl an Psychotherapeut*Innen, Berater*Innen als auch an Professionelle in Kontexten von Beratung, Coaching sowie Team- und Organisationsentwicklung.

Zu den Referent*innen

Christiane ALBRECHT, (Systemios Gesundheitszentrum) Lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin

Hypnosystemische Körpertherapeutin, Wald-Michelbach, Deutschland

Schwerpunkte: Gesundheit, Bewegung, Resilienz.

Seit nahezu fast 30 Jahren beschäftige ich mich mit großem und nicht endendem Interesse mit den Themen Lernen, sich entwickeln und den Fragen: wie können wir Stille, Konzentration, Wahlmöglichkeiten, Aufmerksamkeit, Präsenz... lernen, erfahren, „üben?“

Feldenkrais hält hier einen nahezu unerschöpflichen Reichtum an Bewegungsexperimenten dies zu lernen, zu erfahren bereit.

Diesen Reichtum gebe ich seit vielen Jahren in Workshops, Seminaren und in individuellen Einzelstunden weiter.

Reinhold BARTL, (MEI-Innsbruck), hypnosystemischer Psychotherapeut, Coach und Supervisor. Milton-Erickson-Institut Innsbruck.

Schwerpunkte: Menschen mit Suchtdiagnosen, Burn-Out-Erleben und Erschöpfungsdynamiken. Coaching von Führungskräften und anderen „Bühnenprofis“; Team- und Organisationsberater.

Martina GROSS, (Hypno-Synstitut – Wien) Psychologin und hypnosystemische Psychotherapeutin. Langjährige

Tätigkeit in klinischen Organisationen. Arbeit in freier Praxis und Leiterin des Hypno-Synstitut – Wien.

Schwerpunkte: Burnout-Prävention, klinische Fragestellungen, Supervision und Coaching

Organisatorisches

Anmeldungen bitte schriftlich!

verwaltung@hypno-synstitut.at

1040; Trappelgasse 8/13

Kosten:

Frühbucherbonus bis 14. Dezember 2019 EUR 480,- inkl. 20% Ust.

Ab 15. Dezember 2019 EUR 504,- inkl. 20% Ust.

Veranstaltungsort:

Hotel Alpenhaus – Kaprun

Schlossstraße 2

5710 Kaprun

www.alpenhaus-kaprun.at

Seminarzeiten:

Donnerstag – Samstag 16.00 – 20.30

Sonntag 09.00 – 13.30

Stornobedingungen:

Abmeldungen müssen schriftlich erfolgen!

Bitte beachten Sie, dass eine Abmeldung vom Seminar nur bis **14. Dezember 2019 kostenfrei** ist – danach wird der Gesamtbetrag einbehalten, außer es kann eine Ersatzteilnehmerin oder ein Ersatzteilnehmer genannt werden.

Kontodaten des Instituts:

EASYBANK IBAN AT621420020011032088

BIC EASYATW1