



HYPNOSYSTEMIK

Online-Akademie



BERUFSBEGLEITENDE ONLINE-WEITERBILDUNG

HYPNOSYSTEMISCHER COACH IHC®

HYPNOSYSTEMIK
Institut Hullmann Coaching IHC
Ina Hullmann - Psychologin FSP
www.inahullmann.com



MIT LEICHTIGKEIT WIRKSAMER KOMMUNIZIEREN!

Vor allem das Unterbewusstsein spielt beim Coaching eine zentrale Rolle. Machen Sie es zu Ihrem Verbündeten und entfalten Sie Ihre volle Wirksamkeit durch konstruktive Kommunikationstechniken! Basierend auf aktuellen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen erlernen Sie in dieser Ausbildung eine am hypnosystemischen Ansatz orientierte Grundhaltung, Methoden und Coaching-Werkzeuge. Hypnosystemisches Coaching ist hochwirksam, um Selbstheilungskräfte zu aktivieren, mentale Blockaden zu erkennen und Sabotagemuster zu lösen.

In vier einfachen Grundschritten wecken Sie das versteckte Potenzial Ihrer Klientinnen, Patienten, Schülerinnen oder Mandanten:

- Innere Ordnung schaffen
- Ziele definieren
- Ressourcen aktivieren
- Blockaden lösen

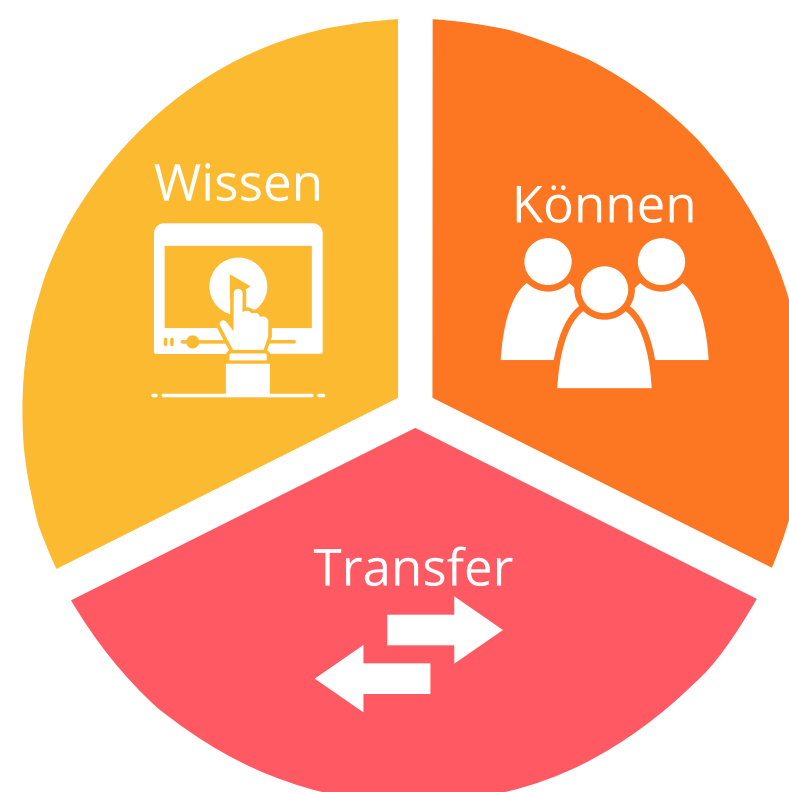
HYPNOSYSTEMIK-ONLINE-AKADEMIE

Die Online-Akademie bietet Ihnen einen exklusiven Zugang zum Premium-Lerncampus des Hypnosystemik-Instituts mit allen Lehrvorträgen auf Video, aufgezeichneten Live-Demonstrationen, Handouts, Übungen zur Selbstreflexion, angeleiteten Meditationen, Hörbüchern und umfangreichem Bonusmaterial. So können Sie sich ganz entspannt und in Ihrem individuellen Tempo auf die Live-Sessions per Zoom vorbereiten. An diesen Übungstreffen vertiefen wir das Erlernte, die Teilnehmenden üben in Kleingruppen die praktische Anwendung und erleben spannende Live-Demonstrationen.

Hypnotherapeutische Methoden und Techniken helfen, das Unterbewusstsein anzusprechen und unwillkürliche Prozesse zu nutzen, damit tiefgehende Veränderungen des Erlebens und Verhaltens aktiviert werden können. Die systemische Sichtweise eröffnet zusätzlich neue Lösungs-Perspektiven, sowohl auf Ebene der Inneren Teile als auch im Familiensystem, im Team oder der Organisation.

Methoden: Lehrvorträge auf Video, aufgezeichnete Live-Demonstrationen, Handouts, Übungen zur Selbstreflexion, angeleitete Meditationen, Hörbücher, umfangreiches Bonusmaterial und Literatur, Live-Übungsgruppen, sowie begleitende Fall-Supervision.

MODERNES WEB BASED TRAINING



1 ONLINE-CAMPUS

Lernen & Vorbereiten an der Online Akademie

2 LIVE-SESSIONS

Übungen, Fallbeispiele, Live-Demonstrationen

3 SUPERVISION & INTERVISION

Transfer in den Alltag, Übungsgruppen, Gruppensynergie, Fallbegleitung

DIE EIGENE COACH-PERSÖNLICHKEIT ENTFALTEN

Aktuelle Studien zeigen: Die Wirksamkeit einer Therapie wird durch die Persönlichkeit der Therapeutin verstärkt und dieses Phänomen lässt sich natürlich auch auf Coaching und Beratung erfolgreich übertragen. In einer Atmosphäre von achtsamer Leichtigkeit entwickeln Sie mehr Authentizität und steigern Ihre persönliche Wirksamkeit. Sie erlernen hocheffektive Kommunikationstechniken. Sie wachsen in selbstreflektorischen Prozessen, stärken Ihre Stärken und entdecken Ihre ganz persönlichen Entwicklungszonen. Die Entfaltung Ihrer „Coach-Persönlichkeit“ mit allen Stärken, die in Ihnen schlummern, steht dabei im Fokus.

Diese Weiterbildung stärkt Menschen in kommunikations- und beziehungsintensiven Arbeitsfeldern, in Teamarbeit ebenso wie in therapeutischen Tätigkeitsbereichen, wie Psychologie, Therapie, Training, Beratung, Heilkunde, Sozialarbeit, Sozialpädagogik, Medizin, Seelsorge, Personalentwicklung, Mediation und weiteren vergleichbaren Berufsfeldern. Eine fundierte und anerkannte Berufsausbildung, praktische Berufserfahrung oder ein Studium (Bachelor) sind Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung.

Die Psychologin und Buchautorin Ina Hullmann lehrt in zehn Modulen, wie Sie mithilfe des hypnosystemischen Ansatzes eingeschränkte Perspektiven erweitern und Ressourcen aktivieren können. Mit Leichtigkeit lernen Sie Ihr Gegenüber in Krisensituationen zu stabilisieren und Selbstheilungskräfte zu aktivieren.



ZERTIFIZIERUNG

„HYPNOSYSTEMISCHER COACH IHC®“

Die Ausbildung richtet sich nach den Inhalten der wichtigsten deutschsprachigen Hypnosegesellschaften, die sich bisher ausschliesslich an die Berufsgruppen der Mediziner und Psychologen richten. Mit der Ausbildung zum „Hypnosystemischen Coach IHC®“ bekommen nun auch weitere Berufsgruppen die Möglichkeit, eine seriöse Coaching-Ausbildung zu erhalten, die modernen wissenschaftlichen und psychologischen Standards entspricht.

Voraussetzungen:

- Praktische Berufserfahrung in einem kommunikationsintensiven Beruf
- Teilnahme an allen 10 Modulen der Ausbildung (M1 bis M10)
- Teilnahme an mindestens 20 Std. fallbegleitender Online-Supervision (20 Einheiten à 45 min)
- Schriftliche Fallbericht Dokumentation
- Abschlussprüfung in Kleingruppe
- Die Zertifizierung „Hypnosystemischer Coach IHC®“ erfolgt im Rahmen eines Abschluss-Kolloquiums.

Für die Anmeldung zur Prüfung müssen alle 10 Module und mindestens 20 Std. Supervision (Minimum 20 Einheiten à 45 min.) belegt werden. Darüber hinaus reicht jeder Teilnehmer einen eigenen Coachingprozess als Fallarbeit in schriftlicher Zusammenfassung ein. Im Online-Abschlusskolloquium stellen die Teilnehmer ihre Interventionen und den Entwicklungsprozess der dokumentierten Fallarbeit vor. Die Prüferin stellt zusätzlich Fragen zu prüfungsrelevanten Inhalten.

MERKMALE DER WEITERBILDUNG UND ANERKENNUNG

Abschluss-Zertifikat: Hypnosystemischer Coach IHC®

Start: Flexibel online jederzeit möglich

Lehrgangsdauer: Regulär 12 Monate (2 Semester)

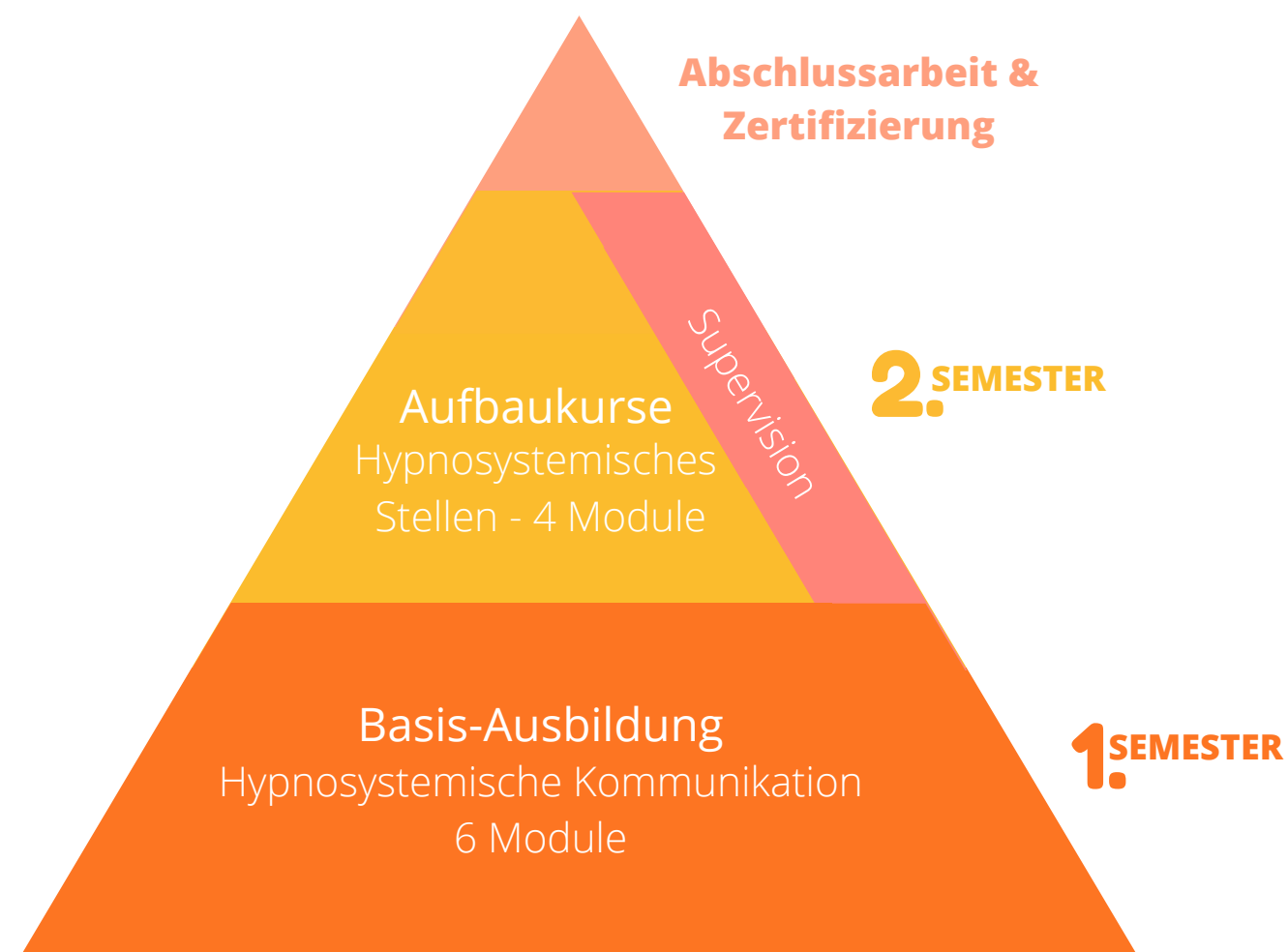
Weiterbildungskosten: Insgesamt CHF 7.200

Die Module M1 bis M8 entsprechen dem EMR-Reglement Schweiz und werden als Weiterbildungsstunden anerkannt.



Mit dem Abschluss der gesamten Weiterbildung erhalten Sie die Zertifizierung „Hypnosystemischer Coach IHC®“ und können auf die Liste des Hypnosystemik-Kompetenznetzwerkes aufgenommen werden.

AUSBILDUNGSÜBERSICHT & KOSTEN



Basisausbildung „Hypnosystemik-Kommunikation“

6 Monate, Gesamtkosten: 3.600 CHF

M1: Innere Ordnung mit Leichtigkeit (Schnuppermodul)

M2: Stabilisierungstechniken und Resilienz

M3: Mentale Kraft entfalten

M4: Unterbewusstsein auf Ziele ausrichten

M5: Ressourcen aktivieren und abrufen

M6: Kommunikation mit dem Unterbewusstsein

Aufbaukurs: „Hypnosystemisches Stellen“

Ca. 6 Monate, Gesamtkosten: CHF 3.600

M7: Innere Blockaden lösen

M8: Telearbeit und Symptome

M9: Familiensystem und Inneres Kind

M10: Herzensprojekte und Höheres Selbst

plus 20 Std. Supervision

plus Abschlusskolloquium/ Zertifizierung zum Hypnosystemischen Coach IHC®

Auflistung der Weiterbildungskosten

Preis pro Online-Modul	CHF 600.-
Online-Supervision Gruppe (20 Std)	CHF 750.-
Online-Abschlusskolloquium (5 Std)	CHF 450.-
Komplette Weiterbildung: 10 Module inklusive Supervisionen und Abschlusskolloquium	CHF 7'200.-



BASISKURS „HYPNOSYSTEMISCHE KOMMUNIKATION“

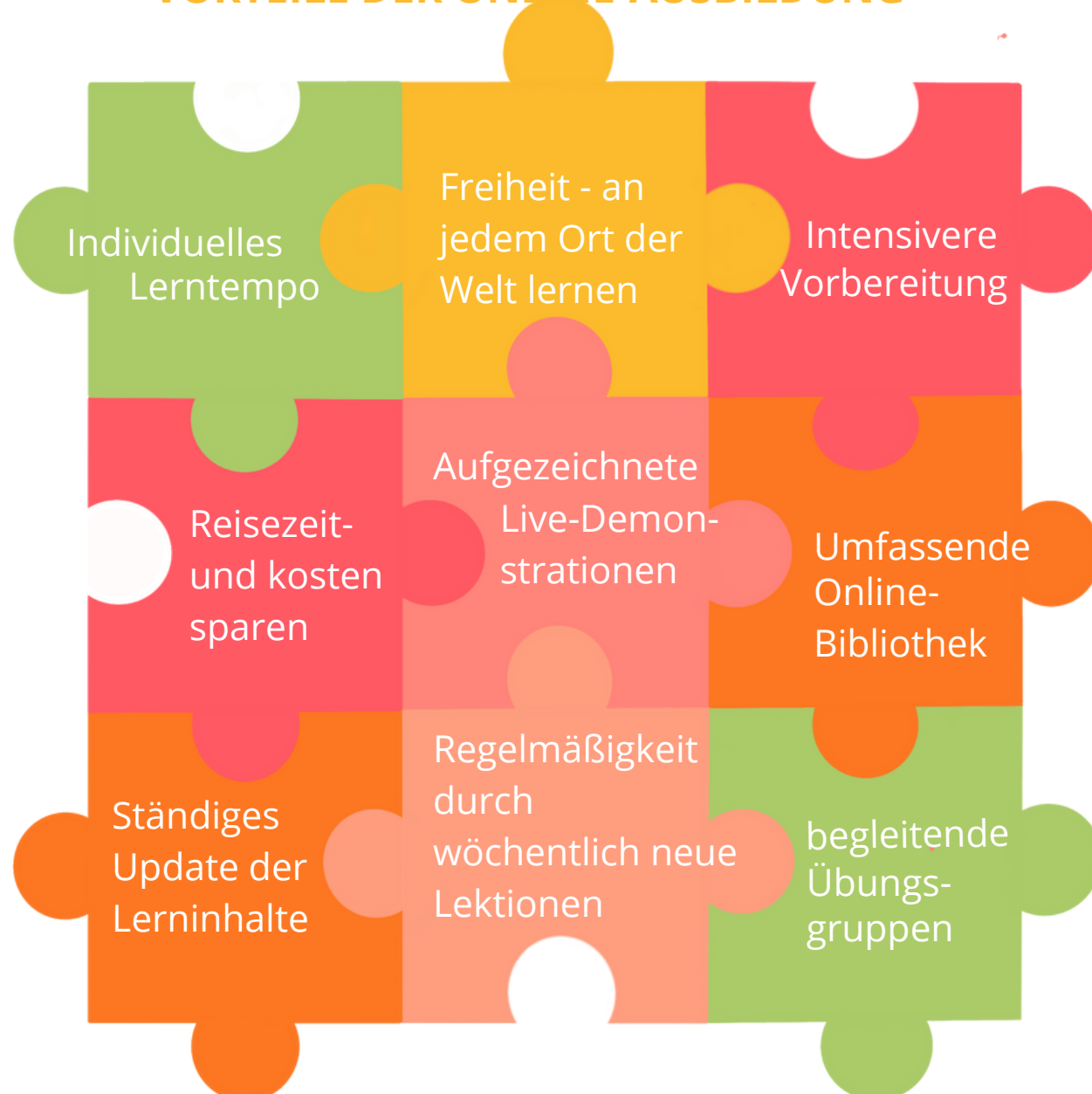
M1: Innere Ordnung schaffen mit Leichtigkeit (Schnuppermodul)

Innere Ordnung schafft Übersicht und erweitert eingeschränkte Perspektiven vor allem in schwierigen Situationen. Eine innere Haltung von Leichtigkeit ist dabei immer das tragende Element und dieser besondere Bewusstseinszustand kann vor jeder Sitzung systematisch aktiviert werden. Spielerisch lernen Sie alle wichtigen Grundelemente des Hypnosystemischen Coachings und Selbstcoachings kennen. Sie üben Techniken, um eingeschränkte Perspektiven zu erweitern, sich mental aufzuräumen und zu festigen. Praktische Gruppenübungen, sowie ein hoher Selbsterfahrungsanteil helfen, eigene Themen bewusster zu machen und die Wahrnehmung zu erweitern.

Inhalte:

- Grundlagen des Hypnosystemischen Coachings
- wissenschaftliche Wirkkriterien, Neuroplastizität und Wirklichkeitskonstruktion
- erweiterten Bewusstseinszustand im Coaching/Selbstcoaching kultivieren
- Selbstcoachingstechniken, Stärkung der Authentizität und Coach-Persönlichkeit
- Stabilisierung mit der Technik der "Mentalen Kommode"
- Arbeit mit inneren Teilen und Rat vom inneren Coach einholen.

VORTEILE DER ONLINE-AUSBILDUNG



M2: Stabilisierungstechniken & Resilienz

Das Leben bringt viele Herausforderungen und uns dabei immer wieder an unsere Grenzen. Manchmal fühlen wir uns von diesen persönlichen oder beruflichen Schwierigkeiten sogar komplett überfordert. Mit hypnosystemischen Techniken stärken Sie Ihre Resilienz und können sich selbst und andere in emotionalen Krisenzeiten oder Notfallsituationen schnell und sicher wieder stabilisieren. Sie lernen Krisen einen Sinn zu geben und neue Kraft aus dem Inneren freizusetzen.

Inhalte:

- Psychologische Stabilisierungstechniken und Bodyscan,
- Grundprinzipien der Hypnotherapie nach Milton Erickson,
- Rapport, Pacing, Leading & Utilisation durch Reframing,
- Resilienz und psychisches Immunsystem stärken,
- „Safe Place“ aktivieren und Skalierungsfragen,
- Inneres Teilekonzept und „Mentales Schatzkästchen“

M3: Mentale Kraft entfalten

In diesem Modul lernen Sie, Ihre wahre mentale Kraft zu entfalten. Das Nutzen verschiedener Trancezustände ist dabei von grösster Wichtigkeit. Die Hypnotherapie nutzt verschiedene Trancezustände als einen Zustand konzentrierter Tiefenentspannung, in dem Sie das Unterbewusstsein wirksam positiv beeinflussen können. Posthypnotische „Anker“ helfen, sich wie auf Knopfdruck in einen guten inneren Zustand zu versetzen und Herausforderungen des Alltags optimal zu meistern. Ihr geniales Unterbewusstsein wird dabei zu Ihrem wichtigsten Verbündeten.

Inhalte:

- Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Hypnose, Mentaltraining und Meditation,
- Physiologie unterschiedlicher Trancezustände,
- Grundlagen der Hypnose-Induktion in 5 Schritten,
- Möglichkeitskonstruktionen aktivieren mit systemische Fragetechniken
- Problemtrancen in Lösungstrancen überführen und verankern,
- Aktivieren von nützlichem Rollenerleben und Heldenreise



M4: Unterbewusstsein auf Ziele ausrichten

Was sind echte Werte und worum geht es im Leben wirklich? Wenn Sie Ihre Herzenswünsche entdecken und stimmige Ziele formulieren, dann entfaltet sich eine ungeheure Kraft. Oft verschwinden sogar Symptome wie beispielsweise Ängste oder Depressionen. Wer authentisch lebt ist gesünder und kann die Ziele verfolgen, die im Einklang mit der eigenen Persönlichkeit stehen. In diesem Modul lernen Sie, wie Sie Ihre Klientinnen helfen, ihre Ziele systematisch zu klären. Dass Sie dabei diese Frage auch für sich beantworten, ist ein äusserst lohnender Selbsterfahrungsprozess.

Inhalte:

- Werte, Grundbedürfnisse, Motivation und SMART-Konzept
- systemische Zielfragen, Auftragsklärung und Wunderfragen,
- Herzensprojekte und Ziele als Ressourcen aktivieren,
- Persönliche Wachstumszonen in den 4 Wirkungsfeldern bestimmen
- Mentales Kontrastieren und mentale Zeitreisen mit Bodenankern,
- Blockaden erkennen und echte Ziele im Unterbewusstsein verankern



M5: Ressourcen aktivieren und abrufen

Ressourcen sind Potenziale, Fähigkeiten, Talente und Einzigartigkeiten einer Person. Manchmal tarnen sich unterdrückte Ressourcen sogar als Symptome. Diese Fähigkeiten sollten nicht ungenutzt bleiben, denn sie können zu Kompensationen führen. Die Hypnosetechnik „Zeitprogression“ ist quasi das Schweizer Messer“ für die Aktivierung von Ressourcen in herausfordernden Situationen. Wie auf Knopfdruck lassen sich so systematisch bestimmte Ressourcen einsetzen. So unterstützen Sie Ihre Klientinnen zielgerecht, das eigene Potenzial zu entdecken und freizusetzen, immer dann, wenn es darauf ankommt.

Inhalte:

- Ressourcen in den vier Wirkungsfeldern finden und aktivieren
- Wirkprinzipien erkennen und positive Emotionen aktivieren
- Ressourcen-Stammbaum, Skalierungsfragen und Hypnose-Anker setzen
- Ressourcenarbeit mit Bodenankern und Utilisationsprinzip
- Kontext-, Bedeutungsreframing und Coach-Persönlichkeit entfalten,
- „Zeitprogression“ mit Zeitlinie und Skalierungstechnik

M6: Kommunikation mit dem Unterbewusstsein

Worte können eine fast magische Wirkung entfalten und tiefgreifende Wachstumsprozesse in Gang setzen. Wenn Worte achtsam gewählt werden, können sogar körpereigene Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Und richtig gewählt sind sie dann, wenn sie im Unterbewusstsein eine starke positive Dynamik entfalten. Wer Worte bewusst anwendet, kann beim Gegenüber tiefgreifende Lösungs-Prozesse in Gang setzen. Sie lernen in diesem Seminar vor allem, wie Sie hochwirksame positive Suggestionen zum Wohle des Ganzen aufbauen und jegliche Form manipulativer Direkt-Suggestionen vermeiden können.

Inhalte:

- Konstruktive Kommunikation nach Erickson (Milton-Modell der Sprache),
- Neuropsychologische Wirkung von Worten und Suggestionen,
- Placebo-, Nocebo-Effekt und hypnotische Sprachmuster anwenden,
- Arbeit mit Metaphern und verbales Pacing
- Konstruktion lösungsorientierter Geschichten mit VAKOG,
- Konversationstrance, Einstreutechniken und fraktionierte Hypnose.



AUFBAUKURS „HYPNOSYSTEMISCHES STELLEN“

M7: Innere Blockaden lösen

Jeder Mensch hat Glaubenssätze abgespeichert, die im Laufe des Lebens zu störenden Blockaden werden können. Sie lernen diese meist uralten Muster zu analysieren und leiten Ihre Klienten an, wieder „Chefin im eigenen Hirn“ zu werden. Schädliche Sabotagemuster lassen sich auf Ebene des Unbewussten sanft lösen. Im Selbsterfahrungsanteil erkennen Sie eigene Blockaden und Sabotagemuster und lernen, wie diese achtsam zu lösen sind. Ein Einstieg in die Telearbeit, sowie Definition und Interaktion mit diesen inneren Teilen steht im Fokus dieses Moduls, sowie das Aufspüren und Lösen tieferliegender innerer Blockaden.

Inhalte:

- Fragetechnik zum Verändern der Netzwerke des Erlebens,
- Musterelemente von Problemnetzwerken verändern und Zielnetzwerke bestimmen
- Telearbeit, Definition und Interaktion Innerer Teile
- ICD-10-Diagnosen erkennen und delegieren (z.B. bei PTBS)
- Glaubenssystem analysieren und Lösen hinderlicher Glaubenssätze,
- Reparenting, Zeitregression, Affektbrücke und Hypnotische Begleiter

M8: Telearbeit und Symptome

In diesem Modul lernen Sie die inneren Teile Ihrer Persönlichkeit kennen, sowie die positive Absicht, die hinter Symptomen stecken kann. Oftmals stehen unsere inneren Persönlichkeitsteile in einem Konflikt zueinander und wir können diese lösen lernen. Schwerpunktmässig arbeiten wir in diesem Modul mit verschiedenen inneren Teilen, Symptomen und Widerständen auf Basis der Hypnotherapie nach Erickson. Die Teilnehmer üben in Kleingruppen Aufstellungen selber anzuleiten und Blockaden, Sabotagemuster, wie auch Symptome zu lösen.

Inhalte:

- Teilekonzepte in der Hypnotherapie nach Erickson,
- Systemische Grundsätze und Hypnosystemisches Stellen anleiten, ,
- Kommunikation mit Teilen, Symbolisierung und Metaphern,
- Utilisation von Blockaden, Symptomsprache und Symptom-„Vertrag“ ,
- innerer Heiler, Selbstwirksamkeit stärken und Raummetaphern,
- Arbeit auf der Bühne des Unterbewusstseins und Ankern von Lösungsbildern.

M9: Familiensystem und Inneres Kind

Hypnosystemisches Stellen ist ein bildgebendes Verfahren, eine spezielle Art von Visualisierung von Dynamiken und Strukturen im Familiensystem. Besonders das „innere Kind“ spielt hier eine zentrale Rolle. In diesem Modul lernen Sie Ihr eigenes Ursprungssystem kennen, welches einen prägenden Einfluss auf Ihre Persönlichkeit hat. Wir arbeiten mit Ihrem eigenen „inneren Kind“, erkennen Traumata, Blockaden und Kompensationen. Sogenannte „Verstrickungen“ im Familiensystem können mit hypnosystemischen Techniken sanft wieder in Balance gebracht werden.



Inhalte:

- Raummetaphern und Hypnosystemisches Stellen des Ursprungssystems,
- Epigenetik, Genogram und Lösungsheuristiken,
- Familien-Ressourcen aktivieren und Muster der Herkunftsfamilie erkennen,
- Transgenerale Loyalität und Generationen-Delegationen,
- Sabotagemuster Verstrickungen im System lösen, Lösungsbilder ankern.
- Arbeit mit dem Inneren Kind und Hypnotische Begleiter



M10: Herzensprojekt und Höheres Selbst

Jeder Mensch trägt eine Vision von seinem Leben und ganz eigene persönliche Herzenswünsche in sich. Leider werden diese Wünsche oftmals durch Ängste und andere Blockaden verdeckt, denn sie sind unsere grösste Kraft und stärkster Motivator. Wir können uns von unseren Sabotagemustern und Ängsten befreien und wieder auf höhere Ziele ausrichten. Hypnotherapeutische Tools, wie die „mentale Zeitreise“ helfen, unsere wahren Möglichkeiten zu erkennen und das geniale Unterbewusstsein darauf auszurichten. Wir beschäftigen uns in diesem Modul auch mit der persönlichen „Berufung“ und können in Resonanz mit dem „höheren Selbst“ gehen.

Inhalte:

- Hypnosystemisches Stellen für berufliche Themen und Projekte,
- Persönliche Vision, Potenzial und Herzenswünsche realisieren,
- Ängste, Verstrickungen und Sabotagemuster erkennen und lösen,
- Biografisches Storytelling, um Unterbewusstsein neu auszurichten,
- Anbindung an „Höheres Selbst“ und die eigene Berufung verstehen
- mentale Zeitreisen, Innere Mission und Selbstwirksamkeit aktivieren

INA HULLMANN

Zeigt Ihnen, wie Sie mithilfe des hypnosystemischen Ansatzes eingeschränkte Perspektiven erweitern und Ressourcen aktivieren können. Mit Leichtigkeit lernen Sie Ihr Gegenüber in Krisensituationen zu stabilisieren und die Selbstwirksamkeit zu aktivieren.



Mitglied der Föderation Schweizer Psychologen (FSP), Psychotherapeutin (HeilprG), Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Hypnose Schweiz (GHYPS), Inhaberin des Hypnosystemik-Instituts IHC Schweiz, Dozentin an der Züricher Hochschule für angewandte Wissenschaften (ZHAW), Buchautorin im Medizin- und Wissenschaftsverlag Schattauer.

Alle Informationen, Daten und Anmeldeunterlagen finden Sie unter: <https://www.inahullmann.com/coach-ausbildung/coach-ausbildung/>

