

Selbsthypnose - Selbstbewusstsein

Be in  Balance

Hypnose und
Komplementärmedizin

Beatrice
Lorenz

Kurs 3 *Selbsthypnose – Selbstbewusstsein*

Themen wie:

- Wie funktioniert unser Gehirn. Limbisches System. Neuronale Struktur. Unterbewusstsein. Verhaltensstrategie.
- Vegetatives Nervensystem: Parasympathikus – Sympathikus
- Überlebensstrategien: Fight-Fly-Frozen
- Prägungen und Konditionen. Negative Glaubenssätze
- Umformung zu positiven Glaubenssätzen
- Zieldefinierung
- Erlernen von Selbsthypnose mit Anwendung der Glaubenssätze
- Was sind Trigger. Anker.
- Selbsthypnosetechniken, Induktionen
- Anwendung der Trigger in Notfallsituationen
- Störfaktoren, welche die Selbstheilung blockieren

Voraussetzung der Teilnahme: Bereitschaft an sich zu arbeiten, Verhaltensmuster zu erkennen und daran zu arbeiten. Offenheit.

Zielgruppe: Für alle, welche ein besseres Verständnis für sich und sein Umfeld gewinnen möchten. Menschen die unter Unsicherheiten und Ängsten leiden. Diverse Krankheitsbilder die Vegetativ hervorgerufen werden – Schmerzsymptome – Selbstfindungsprozess – Sich in Lebenskrisen befinden – Burnout – Auszeit brauchen – Interessierte die Verständnis von sich selber und anderen Menschen erhalten möchten – eine bessere Kommunikationsebene suchen

Zeiten: Ganzer Tag à 7 Stunden
(9.00 –12.00 Uhr, 13.00 –17.00 Uhr)

Preis: CHF 300.–

Kursleiterin: *Beatrice Lorenz. Diplomiert und Zertifiziert als: Psychiatriseschwester, Psychotherapeutin – Körpertherapeutin – APM – Hypnose und Wingwavertherapeutin, Systemischer Coach, Bachblütentherapeutin u.v.m. (Teilw. bei KK-Zusatzversicherungen anerkannt). Seit vielen Jahren selbstständig erwerbend in eigener Praxis und gibt auf diversen Gebieten Unterricht und Weiterbildungen.*



Be in Balance

Anmeldung unter: Hypnose und Komplementärmedizin | Beatrice Lorenz
+41 (0) 79 834 01 31 | www.hypnose-steffisburg.ch | lb.beinbalance@tinet.ch
