

# "Unlock Yourself: Hypnose als Mittel der Selbstoptimierung"



Wie persönliches Wachstum den gesellschaftlichen Dialog stärkt.  
Basis-Modul Hypnosecoach

1.Tag		Didaktik
14:00 - 14:30	Anreise und Einführung in die Ausbildung, Kennenlernen, Zielsetzung des Seminars	Vortrag, Plenum, Kleingruppenarbeit
14:30 - 16:30	Wirkung von hypnotischen Sprachmustern in der Kommunikation: Manipulation und Propaganda in den demokratischen Prozessen (1,5h pol. Bild.)	
16:45 - 18:00	Vorstellung der Seminarstruktur und der Skripte	
19:00 - 20:30	Wirkung von hypnotischen Sprachmustern in der Kommunikation und im Gesundheitswesen	
20:30 - 21:00	Tagesrückblick	
2. Tag		
09:00 - 10:30	Theoretische Vertiefung der Hypnose-Grundlagen: Grundlagen der Psychotherapie, Ethik, Kontraindikationen, Trance und Trancetiefe, Hypnotische Sprachmuster und Suggestionen	Vortrag, Plenum, Kleingruppenarbeit
10:30 - 12:00	Praktische Übungen zu Induktionen und Trancevertiefung: Fraktionierte Hypnose-Induktion mit Blickfixation (Dave Elman), Konfusionsinduktionen	
14.30 - 15:00	Praktische Übungen und Anwendungen: Tests der Hypnosetiefe (Augen, Hand- und Armkatalepsie), Blockaden Lösung mit Händedrehen, Blockaden Lösung Eisblock oder Wasserfall	
15:00 - 16:15	Fortsetzung der praktischen Übungen und Anwendungen	
16:15 - 17:45	Wirkung von hypnotischen Sprachmustern in der Kommunikation: Werbung und Marketing auch um politische Botschaften zu verkaufen. (1,5h pol. Bild.)	
17:45 - 18:00	Tagesrückblick	
3. Tag		
09:00 - 10:30	Wirkung von hypnotischen Sprachmustern in der Kommunikation: In der Bildung und Aufklärung können hypnotische Sprachmuster verwendet werden, um Lernprozesse zu verbessern oder Informationen besser zu vermitteln. (1,5h pol. Bild.)	Vortrag, Plenum, Kleingruppenarbeit
10:30 - 12:00	Theoretische Vertiefung und praktische Übungen zu Hypnoseanwendungen: Anamnese, Aufbau einer Hypnosesitzung, Hypnose-Ausleitung, Convincer	
14.30 - 15:00	Praktische Übungen und Anwendungen: Übungen zur Selbsthypnose	
15:00 - 16:15	Vorstellung von Regressionstherapie	
16:15 - 17:45	Wirkung von hypnotischen Sprachmustern in der Kommunikation: In der Bildung und Aufklärung können hypnotische Sprachmuster verwendet werden, um Lernprozesse zu verbessern oder Informationen besser zu vermitteln. (1,5h pol. Bild.)	
17:45 - 18:00	Tagesrückblick	
4. Tag		
09:00 - 10:30	Wirkung von hypnotischen Sprachmustern in der Kommunikation: Prävention von Missbrauch von extremistischer Propaganda. (1h pol. Bild.)	Vortrag, Plenum, Kleingruppenarbeit
10:30 - 12:00	Theoretische Vertiefung und praktische Übungen zu Analytischer Hypnose: Brain Twister-Induktion, Analytische Hypnose und Trancegespräche	
14:30 - 15:00	Gestaltung eigener Suggestionstexte	
15:00 - 16:30	Praktische Übungen zur analytischen Hypnose	
16:30 - 17:45	Vorstellung der Inhalte von Hypnose Coaching und Abgrenzung zur Hypnotherapie	
17:45 - 18:00	Tagesrückblick	

# "Unlock Yourself: Hypnose als Mittel der Selbstoptimierung"



Wie persönliches Wachstum den gesellschaftlichen Dialog stärkt.  
Basis-Modul Hypnosecoach

5. Tag		
09:00 - 10:30	Theoretische Vertiefung und Übung: Ethik und Verantwortungsvoller Umgang mit Sprache im gesellschaftlichen Kontext (0,5h pol. Bild.)	Vortrag, Plenum, Kleingruppenarbeit
10:30 - 12:00	Vorstellung der Arbeitsgebiete Hypnosystemik, Schmerztherapie, Ängste, Phobien, Zwänge, Essstörungen, Traumatherapie, Depression und Burn-out und Kinderhypnose	
13:00 - 14:30	Abschluss einer Hypnosesitzung: Zusammenfassung und Compounding	
14:30 - 16:00	Klärung offener Fragen, Kenntnisabfrage (Plenum) Abschluss des Seminars	

## Vorteile für den Arbeitgeber

<b>Montag</b>	<p><b>Ankommen &amp; Umdenken</b> Einführung in Hypnose und Wirkung von Sprachmustern in Kommunikation, Gesundheit und Politik. <b>Nutzen für Arbeitgeber:</b> Mitarbeitende entwickeln ein Bewusstsein für manipulative Sprachmuster, können diese erkennen und im Unternehmenskontext kritisch reflektieren. Als Multiplikatoren tragen sie zur Förderung von Medienkompetenz, ethischer Kommunikation und Widerstandsfähigkeit gegenüber Beeinflussung bei.</p>
<b>Dienstag</b>	<p><b>Theoretische Vertiefung</b> und praktische Übungen zu Hypnose-Grundlagen, Induktionen und Blockaden Lösung. <b>Nutzen für Arbeitgeber:</b> Mitarbeitende stärken ihre Selbstregulations- und Problemlösefähigkeiten. Als Multiplikatoren können sie Methoden zur Stressbewältigung und Konfliktlösung ins Team einbringen und so zur Reduktion psychischer Belastungen im Arbeitsalltag beitragen.</p>
<b>Mittwoch</b>	<p><b>Hypnose in Bildung &amp; Aufklärung</b>, Anamnese, Hypnose-Sitzungsaufbau, Selbsthypnose und Regressionstherapie. <b>Nutzen für Arbeitgeber:</b> Förderung von Lern- und Informationsaufnahme Prozessen im Unternehmen. Multiplikatoren helfen Teams, Inhalte leichter zu verarbeiten und setzen Hypnosetechniken konstruktiv zur Steigerung von Motivation und Konzentration ein.</p>
<b>Donnerstag</b>	<p><b>Stärkung der Kommunikationskultur:</b> Ethischer Umgang mit Sprache und kritisches Erkennen manipulativer Muster. Analytische Hypnose, Trancegespräche, eigene Suggestionstexte, Prävention extremistischer Propaganda. <b>Nutzen für Arbeitgeber:</b> Mitarbeitende entwickeln Kompetenzen im reflektierten Umgang mit Sprache und stärken Resilienz gegen Manipulation. Als Multiplikatoren fördern sie eine offene, kritische und ethische Kommunikationskultur im Unternehmen.</p>
<b>Freitag</b>	<p><b>Transfer &amp; Umsetzung im Berufsalltag</b> Ethik &amp; verantwortungsvoller Umgang mit Sprache, Hypnosystemik, Schmerz- und Traumatherapie, Abschluss und Compounding. <b>Nutzen für Arbeitgeber:</b> Mitarbeitende sind befähigt, Hypnosemethoden verantwortungsvoll und ressourcenorientiert einzusetzen. Als zertifizierte Multiplikatoren tragen sie zur Gesundheitsförderung, Stressprävention und emotionalen Stabilität im Unternehmen bei.</p>

# "Unlock Yourself: Hypnose als Mittel der Selbstoptimierung"



Wie persönliches Wachstum den gesellschaftlichen Dialog stärkt.

Basis-Modul Hypnosecoach

## Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Bergsträßer Institut für ganzheitliche Entspannung und Kommunikation veranstaltet

vom ..... bis .....

die Weiterbildung "**Unlock Yourself: Hypnose als Mittel der Selbstoptimierung**"

- *Wie persönliches Wachstum den gesellschaftlichen Dialog stärkt* - im:

<input type="radio"/> Seminar Gästehaus Odenwald (Höchst i. Odenwald)
<input type="radio"/> Kloster Buddhas Weg (Siedelsbrunn)

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Veranstaltung Bildungsurlaub.

### Das Seminar ist als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt u.a. in:

- **Berlin** (gem. § 10 Absatz 1 Satz 3 Berliner BiZeitG; AZ: II A 75 – 131465 bis 23.02.2029)
- **Brandenburg** (gemäß BbgWBG, GZ: 46.14-65034 bis 22.05.2026)
- **Hessen** (AZ III7-55n-4145-1026-25-0399 bis 06.07.2027)
- **Niedersachsen** (Gesch. Z.: B25-132375-44 bis 31.12.2027)
- **Rheinland-Pfalz** (gem. AZ: 6692/2503/25 bis 06.07.2027)
- **Saarland** (gem. § 6 Abs. 7 Satz 1 SBF, AZ: F/6-LL: freistellungsfähige Bildungsveranstaltung)
- **Sachsen-Anhalt** (gem. §8 Bildungsfreistellungsgesetz; AZ: 207-53502-2025-687 bis 07.07.2026)
- **Schleswig-Holstein** (gemäß §17 WBG i. V. BilFVO, GZ: WBG/B/36980 bis 31.12.2026)
- **Thüringen** (gem. §§ 8,9,10 ThürBfG; AZ: 1020-27-0342/78-14-70001/2025 – unbefristet)
- Für **HH** gilt: Nach dem BiUrlG gilt eine Veranstaltung **in Hamburg als anerkannt**, wenn diese von der zuständigen Behörde oder in einem anderen Land der Bundesrepublik Deutschland nach den Bestimmungen dieses Gesetzes inhaltlich übereinstimmenden Kriterien anerkannt ist (BiUrlG HA § 15 Abs. 1).
- B.I.E.K. hat eine Trägeranerkennung für:
  - **Baden-Württemberg** (gem. AZ: 12c11-6002-61 vom 22.06.2015)
  - **NRW** (gem. AZ: 48.06.01-134 vom 14.03.2013)

d.h. unsere Seminare können als Bildungsurlaub gebucht werden, da sie den Vorgaben der jeweiligen Landesgesetze entsprechen. Eine Anerkennung von einzelnen Bildungsmaßnahmen wie nach den Rechtsvorschriften anderer Bundesländer findet nicht statt.

Unterschrift B.I.E.K.

Zertifiziertes Institut für  
Aus- und Weiterbildung

**B.I.E.K.**

Promenadenstr. 10-12  
64625 Bensheim  
Tel.: 0 62 51 - 78 06 86  
Fax: 0 62 51 - 5 86 05 95

Unterschrift Teilnehmer/in