

# Hypno Mentaltraining

Hypno Mentaltraining Kurs

Informationen im Detail

## Ziele

Erlernen und gekonntes Einsetzen von Hypnose im Mentaltraining oder Coachingprozess.

## Ihr persönlicher Nutzen

Im Coaching oder Mentaltraining stehen wir häufig vor der Situation, dass der „rationale, logische Verstand“ die mentale Arbeit sabotiert. Positive Affirmationen oder Visualisierungen werden dann blockiert, weil sie nicht mit dem aktuell als real empfundenen Zustand übereinstimmen.

Hypnotische Trance versetzt die Gehirntätigkeit in einen Theta- bzw. Deltawellenbereich. Dieser Zustand verbindet eine tiefe, körperliche Entspannung, mit einer Gehirnaktivität, die ideal dafür geeignet ist, intensives Bilderleben mit allen Sinnen zu ermöglichen, ohne dass ständiges, rationales Hinterfragen das Erleben stört. Hypnotische Trance verstärkt dadurch Ihre Interventionen im Mentaltraining oder Coachingprozess um ein Vielfaches – schnellere und nachhaltigere Erfolge werden möglich.

## Inhalte

Im Workshop erlernen Sie das Einleiten und Vertiefen einer **hypnotischen Trance** mit unterschiedlichen Induktionsmethoden sowie das Installieren von Feedbackmechanismen in Form von ideomotorischen (unbewussten) Körpersignalen.

In Übungssequenzen verbinden wir Ihre bestehenden Coachingmethoden mit einem hypnotischen Coachingformat.

## INVESTITION, DAUER

Ihre Investition

**€ 290,00**

Umsatzsteuerfrei gemäß § 6 (1) Z. 11a UStG 1994.

Dauer

**2 Tage**

Terminübersicht aller Module

### **Hypno Mentaltraining**

Bildungshaus Schloss Laubegg

A-8413 Ragnitz, Laubegg 1, Steiermark

**Zeitraum:**

**07.09.2019 - 08.09.2019**

Terminübersicht aller Module

Hypno-Mentaltraining 07.09.2019 - 08.09.2019

Leitung

**THOMAS PLETERSEK**



Mentalakademie Lehrtrainer - Schwerpunkt Diplom Mentaltrainer Ausbildung

PDF erstellt am: 20.07.2019