

Jetzt besonders wertvoll ! Mit doppeltem Nutzen....

Es liegt in der Natur, dass das Leben immer wieder herausfordernde Überraschungen bietet. Gut, wenn innere Zuversicht Kraft und Ideen gibt, das Beste daraus zu machen. Wie diese mentale Balance mit bewährten und attraktiven Methoden unterstützt werden kann, zeigt das Selbststärkungsprogramm des Hypnose Kollegiums.

....drei Einstiegs-Seminare für Leben und Beruf....

- einzeln buchbar, und besonders effektiv und kostengünstig im Dreier-Block

	<p style="text-align: right;">Qualifikationskurs 1</p> <p>Stressbewältigung Mentale Strategien für mehr Gelassenheit und Gesundheit Wie Sie geistig den Körper unterstützen können: hin zu Regeneration, Selbstheilung, Wohlbefinden</p> <p>2 Tage – einzeln buchbar € 300,-- (Termine s. Seite 5, Anmeldung S. 6)</p>
	<p style="text-align: right;">Qualifikationskurs 2</p> <p>Selbststärkung Mentale Strategien für mehr Sicherheit und Einflussnahme Wie Sie Kontakt zu inneren Kräften aufnehmen: hin zu Standhaftigkeit, Zuversicht und Zielerreichung</p> <p>2 Tage – einzeln buchbar € 300,-- (Termine s. Seite 5, Anmeldung S. 6)</p>
	<p style="text-align: right;">Qualifikationskurs 3</p> <p>Inneres Gleichgewicht finden Mentale Strategien für inneren Frieden und eine bessere Balance Wie Sie lernen, mit unberücksichtigten Motiven (Widerständen / Blockierungen) sinnvoll umzugehen</p> <p>2 Tage – einzeln buchbar € 300,-- (Termine s. Seite 5, Anmeldung S. 6)</p>

Durch einen kontinuierlichen Aufbau im Dreier-Block besonders effektiv und sowohl privat als auch beruflich nutzbar. Und zusätzlich finden die drei Qualifikationskurse die Anerkennung als Basis-Ausbildung im Zertifikats-Curriculum.

Gesamtkosten vergünstigt: € 820,--

.....wir begleiten Sie gerne



Stressbewältigung

Mentale Strategien für mehr Gelassenheit und Gesundheit

Wie Sie geistig den Körper unterstützen können: hin zu Regeneration, Selbstheilung, Wohlbefinden

2 Tage, die sich lohnen

+ Anerkennung als Ausbildungsmodul

„Stress lass nach!“ So könnte sich das Flehen Betroffener anhören. Und der Wunsch nach einem Rettungsring, der über Wasser hält. Doch es ist vertrackt, denn Stress machen wir uns in den meisten Fällen selbst. Durch die Art und Weise, wie wir Ereignisse bewerten. Und hilfreich gemeinte Empfehlungen, wie: „hake es doch einfach ab“, oder „mach dir keinen Kopf“, sind leider meist nicht so einfach umzusetzen. Aus diesem Grunde erhalten Sie in diesem Kurs zunächst das grundlegende Wissen zum Thema Stresserleben und Stressbewältigung. Hierbei kommt der unbewussten Bewertung eine besondere Bedeutung zu, denn bewusst schätzen wir die Tragweite unserer emotionalen Bewertung und physiologischen Auswirkungen häufig falsch ein. Bis wir nicht mehr wissen, „wo uns der Kopf steht“, die Schlaflosigkeit uns gepackt hat und körperliche Beschwerden oder Krankheiten uns plagen.

Gut zu wissen, welche zwei Pfade uns und unsere Klienten weiterbringen:

1. Den persönlichen Zugangsweg zum „Unbewussten“ finden
2. Eine passende Entlastungshypnose entwickeln und nutzen

In diesem Sinne ist das Einstiegs-Seminar „Stressbewältigung“ systematisch aufgebaut.

Gut nachvollziehbar wird Schritt-für-Schritt der Dialog mit dem Unbewussten aufgenommen.

So, wie wir ganz selbstverständlich Fremdsprachen lernen, gibt es auch bewährte Möglichkeiten, sich durch geeignete Bilder, symbolhafte Repräsentationen und sprachliche Selbstkommunikation innere Räume zu erschließen und die Sprache des Unbewussten besser verstehen und „sprechen“ zu lernen.

Sie können aus einer Reihe von erprobten Selbsthypnose-Ritualen gezielt auswählen, um für sich eine passende Vorgehensweise zu finden und zu nutzen. Hierzu zählen verschiedene körperbezogene Fokussierungstechniken und hypnotische Vorstellungswelten. Darüber hinaus werden bewährte Hypnosetechniken vorgestellt und eingeübt, die auf Stress-Entlastung abzielen und ihre Wirksamkeit vielfach belegt haben.

Die beiden folgenden Kurse bauen auf und erweitern Wissen und Können auf das Niveau der Basiskompetenz.



Selbststärkung

Mentale Strategien für mehr Sicherheit und Einflussnahme

Wie Sie Kontakt zu inneren Kräften aufnehmen: hin zu Standhaftigkeit, Zuversicht und Zielerreichung

2 Tage, die sich lohnen

+ Anerkennung als Ausbildungsmodul

Stark sein – ein verständnisvoller Wunsch! Ein verständlicher Wunsch, weil sich der Mensch seiner Verletzlichkeit und Sterblichkeit wohl bewusst ist. Und so ist es auch kein Wunder, warum starke Führer in Zeiten der Unsicherheit zahlreiche Anhänger finden. Und kein Wunder, warum zahlreiche Filme mit Superhelden oder unerschrockenen Kämpfern punkten. Und doch ist der Wunsch „immer stark zu sein“ eine Illusion.

Machbar ist jedoch, die Stärke zu finden, die hilfreich ist, um die Herausforderungen des Lebens zu meistern. Aus diesem Grunde erhalten Sie in diesem Seminar Zugangsweisen zu stärkenden und gesundheitsfördernden Kompetenzen. Und im Erfahrungsschatz der Menschen liegen zumeist viel mehr ungenutzte Ressourcen als sie glauben.

Moderne Hypnose ist zum „Heben dieser Schätze“ besonders gut geeignet, denn sie berücksichtigt in einem besonderen Maße die Persönlichkeit des Menschen. Aus diesem Grunde werden verschiedene, erprobte Selbsthypnose-Rituale vorgestellt und eingeübt. Darüber hinaus können Sie eine auf „Selbststärkung“ ausgerichtete Imaginationstrance erleben und dann systematisch einüben. Damit eröffnen Sie sich und Ihren Hypnosepartnern verschiedene Wege zu ihren inneren Welten und den Zugang zu Kompetenzräumen der Stärke und des Wohlbefindens.

Besonders effektiv ist dieses Seminar in Verbindung mit den beiden anderen Einstiegsseminaren „Stressbewältigung“ und „Inneres Gleichgewicht finden“, weil die sich ergänzenden Grundlagen und praktische Methodenvielfalt noch mehr Anwendungssicherheit und Auswahlmöglichkeiten bieten.



Inneres Gleichgewicht finden

Mentale Strategien für inneren Frieden & eine bessere Balance

Wie Sie lernen, mit unberücksichtigten Motiven (Widerständen / Blockierungen) sinnvoll umzugehen

2 Tage, die sich lohnen + Anerkennung als Ausbildungsmodul

Außer sich sein, ver-rückt, neben der Spur – es gibt zahlreiche Aussagen, die deutlich machen, dass es schmerzhaft ist, wenn die innere Harmonie verloren gegangen ist. Und ebenso bildhafte und eingängige Metaphern, die den positiven Zustand beschreiben: im Gleichgewicht sein, seine Mitte zu finden. Diese landläufigen Aussagen beschreiben einen emotionalen Zustand, der einerseits eine gewisse Stabilität beinhaltet und andererseits eine Beweglichkeit, die die vielfältigen und notwendigen Anpassungsleistungen des Organismus unterstützen. Hierbei wird deutlich, dass es um etwas ganz Persönliches geht: seine Mitte, seinen Weg finden, sich gerecht werden.

Vielfach können wir die zunehmenden Kontrollwünsche der Menschen beobachten, vielleicht gelegentlich auch bei uns selbst. Und es ist gut zu wissen, dass diese – so gut verständlich auf der einen Seite – recht schnell zu Starre und Fehlanpassung führen können. Einer der führenden Autoren im Bereich der Gesundheitsförderung, Aaron Antonovsky, formulierte einmal sehr treffend: dass wir nicht umhin kommen, gelegentlich in den schmutzigen Fluss zu steigen. Dass wir jedoch auch die Zuversicht brauchen, das Ufer zu erreichen.

Und moderne Konzepte der Resilienz oder lang bekannte Erfahrungen mit Meditation, Achtsamkeit und anders benannten Praktiken bestätigen diese Tatsache.

In diesem Seminar „Inneres Gleichgewicht finden“ geht es darum, sich besser kennen zu lernen. Was nicht nur interessant ist, sondern grundlegend wichtig, um sich besser gerecht zu werden. Wie häufig leben Menschen gegen ihre Natur, sind gelegentlich sogar ihre schlimmsten Feinde. Geißeln sich durch Schuldgefühle, überfordern sich in überzogener Verantwortung oder hängen an alten Dingen fest und finden kaum noch die nötige Ruhe. In Ergänzung zum Selbststärkungs-Plan des Hypnose Kollegiums erhalten Sie Zugangsweisen, um die unberücksichtigten inneren Motive der Menschen wahrzunehmen und heilsam in ihr Leben zu bringen. Verschiedene Methoden wie die Motivanalyse oder die kreativen und symbolischen Wegweiser der Erickson'schen Kristallkugeltechnik und exklusiver Methoden des Hypnose Kollegiums werden Sie bereichern.

Ergänzend ist anzumerken, dass Hypnose die älteste Form der mentalen Regulation von Geist und Körper darstellt. Wir können davon ausgehen, dass sie seit Bestehen der Menschheit zur Stärkung und Heilung genutzt wird. Seit wir über schriftliche Überlieferungen verfügen und Kulturen über mehr als 7.000 Jahre studieren können, finden wir die praktische Anwendung von Hypnose. Nachdem sich alte, überkommene Formen und Vorurteile mehr und mehr aufgelöst haben, wird die moderne Hypnose und Hypnotherapie aufgrund ihrer Effektivität in der Medizin immer interessanter. Aber auch darüber hinaus wird sie für das Coaching einer erfolgreicher Lebensführung oder im Sport immer attraktiver. So ist auch der bekannte Mentalcoach Bruno Hambüchen mit in unserem Team. Im Hypnose Kollegium finden Sie eine Begleitung durch langjährig erfahrene AusbilderInnen und PraktikerInnen.

Wenn Sie dabei sein wollen, wir freuen uns auf Sie.

Es grüßt Sie, Dr. Stefan Ahlstich

Eine Veranstaltung des

Hypnose Kollegium

(HKA)®

Ihre Vorteile auf einen Blick

- Mehr als 20-jährige Ausbildungserfahrung, mehrere Tausend Teilnehmer
- Top-Referenten/innen mit großer praktischer Erfahrung
- Attraktive Anwendungsbereiche mit hohem persönlichen Nutzen
- Auf Wunsch weitere Qualifikation hin zu berufsrelevanten Zertifikaten
- Kostenreduktion von 50% durch staatliche Förderung bei Erfüllung bestimmter Kriterien



Dr. Stefan Ahlstich
Diplompsychologe
Jahrgang 1961

Didaktik, Programm und Anmeldung

Das Erfolgs-Motto ist erfahrungsorientiert und heißt: erleben → verstehen → anwenden!

Wir unterstützen Sie, besonders wirksame Strategien richtig und nachhaltig zu lernen

✓ damit Sie **sich selbst stärken** können!

Und damit Sie Ihre Kompetenz bei Bedarf weitergeben können:

- ✓ **in Training und Pädagogik,**
- ✓ **in Beratung und Coaching**
- ✓ sowie mit Heilerlaubnis in der **Psychotherapie.**

Inhalte der 3 Einstiegs-Seminare als Basis-Ausbildung

Sie erweitern Ihre praktischen Fähigkeiten

- Praktischer Einstieg in die faszinierenden inneren Erlebniswelten.
- Kontakt herstellen zu eigenen unbewussten Kräften für Selbststärkung, Selbstoptimierung, Selbstheilung.
- Erlernen und optimieren von sprachlicher Beratungskompetenz. Die Kraft der Worte zielgerichtet einsetzen.
- Bewährtes Methodenrepertoire für einen gut gefüllten Werkzeugkoffer.
- Spezielle Maßnahmen der Stressbewältigung und Harmonisierung.
- Methoden der Zielerreichung – auch für eine länger währende Begleitung.
- Umgang mit Blockierungen und unberücksichtigten Motiven.

Sie erhalten bedeutsames Wissen und hilfreiche Leitfäden

- Neurowissenschaftliche Grundlagen, um zu verstehen, wie gehirngerechte Strukturierung gelingt.
- Vertieftes Wissen über psychodynamische Prozesse des Menschen.
- Erkennen von Anwendungs-Fallen, um sicherer, gelassener und erfolgreicher begleiten zu können.
- Übersichtswissen mit dem Selbststärkungs-Plan von Dr. Ahlstich, um den Einsatz geeigneter Maßnahmen zu gestalten.
- Strukturierungshilfen, um auch in schwierigen Situationen positiv und harmonisierend einwirken zu können.

Sie gewinnen wertvolle Erfahrungen

- Eigenerleben in Gruppenanleitungen und im partnerschaftlichen Miteinander.
- Anwendungsbeispiele in der Selbststärkung und Zielerreichung, Linderung und Heilung in verschiedenen beruflichen Kontexten.
- Übersichtsbeispiele in verschiedenen Anwendungsbereichen z.B. bei Motivationsproblemen und inneren Zwickmühlen, Entspannung und Gelassenheit, Schmerzkontrolle, Ängste, Aktivierung des Immunsystems, Mobilisation, Rehabilitation, Burnout-Prophylaxe.

Sie wollen einen Qualifikationsnachweis mit Zertifikat?

Wenn Sie Ihr Können und Wissen auch beruflich fördern und nutzen wollen, können Sie - je nach Bedarf - verschiedene berufsbezogene Zertifikate erwerben:

Zertifikat Coaching allgemein

Zertifikat Kinder- und Jugend (Pädagogik, Beratung, Psychotherapie)

Zertifikat Hypnose und Hypnotherapie (Beratung, Psychotherapie)

Zertifikat Sport-Mental-Coach (HKA)® Hambüchen Kooperation Ahlstich

Zertifikat Schlafgesundheit

und weitere Zertifikate - fragen Sie einfach bei uns an.

Aktuelle Termine 2. Halbjahr 2021

Sie können aus den identischen drei Einstiegs-Seminaren der Basis-Ausbildung an verschiedenen Standorten wählen; Anmeldung s. nächste Seite

Stressbewältigung=Termin 1, Selbststärkung=Termin 2; Inneres Gleichgewicht finden=Termin 3

<input type="checkbox"/>	Gau-Algesheim (b. Mainz) 21B	Fr.+Sa. 10.+11.09. und Fr.+Sa.01.+02.10. und 12.+13.11.2021 Ort: Gau-Algesheim, Kaiser-Karl-Str. 39, Seminarräume Dr. Stefan Ahlstich Seminarzeiten: immer freitags 15-20 Uhr, samstags 9.30-16.30 Uhr	Dres. Stefan u. Katja Ahlstich
<input type="checkbox"/>	Berlin 21A	Fr.+Sa. 17.+18.09. und Fr.+Sa.22.+23.10. und 26.+27.11.2021 Ort: Berlin-Zehlendorf, Therapieum, Hohenzollernstr. 12 Seminarzeiten: immer freitags 15-20 Uhr, samstags 9.30-16.30 Uhr	Dr. Ahlstich u. KollegInnen

Kosten:

Einstiegs-Seminare (Stressbewältigung, Selbststärkung, Inneres Gleichgewicht finden) einzeln, jeweils zwei Tage: 300 Euro

Sonderkonditionen für die drei Einstiegs-Seminare im Block (Basis-Ausbildung),

Tage 1-6: **nur 820 Euro.**

Preisreduzierung durch Bildungsscheck /-prämie, Förderung der Investitionsbank ist möglich.

Lageplan zum Kurs-Ort und ggf. Hotelliste erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung.

Weitere Kursangebote für Einsteiger in Gau-Algesheim bei Mainz

Lebensfreude entwickeln „Sorge Dich nicht, lebe“, gilt auch heute – viel Nützliches, ganz praktisch zum Mitnehmen. Im Team vermittelt: Dr. Katja Ahlstich und Verena Post am **17.+18.09.2021**, Fr. 15-20 Uhr, Sa. 9.30-16.30 Uhr. Zwei Tage: 320 Euro (Kursnummer: **21E1**)

Verantwortung und Schuld – sich besser gerecht werden und Leid ablegen: Dr. Stefan Ahlstich. **29.+30.10.2021**, Fr. 15-20 Uhr, Sa. 9.30-16.30 Uhr. Zwei Tage: 320 Euro (Kursnummer: **21E2**)

➔ Anmeldung s. nächste Seite

**Hypnose Kollegium
Dr. Stefan Ahlstick
Im Hippel 12
55435 Gau-Algesheim**

Anmeldung

**Dr. Ahlstick, Im Hippel 12, 55435 Gau-Algesheim
Tel. 06725 302131 Fax 06725 302179 Mail buero@dr-ahlstick.de**

<p>Ich melde mich hiermit verbindlich für die unten bezeichnete Hypnose-Fortbildungsveranstaltung an und überweise 30 Tage vor Kursbeginn auf das Konto Dr. Stefan Ahlstick, IBAN: DE19 5605 0180 0010 1800 24</p> <p><input type="checkbox"/> Einstiegs-Sem.1 Stressbewältigung, <u>Tag 1+2</u>: € 300,--</p> <p><input type="checkbox"/> Einstiegs-Sem.2 Selbststärkung, <u>Tag 3+4</u>: € 300,--</p> <p><input type="checkbox"/> Einstiegs-Sem.3 Inneres Gleichgewicht, <u>Tag 5+6</u>: € 300,--</p> <p><input type="checkbox"/> Dreier-Block - <u>Komplettbuchung 6 Tage vergünstigt</u> Die Kurse sind identisch ; jeder Kurs kostet nur € 820,--</p> <p><input type="checkbox"/> Lebensfreude entwickeln 17.+18.09.2021 : € 300,--</p> <p><input type="checkbox"/> Verantwortung und Schuld 29.+30.10.2021 : € 300,--</p> <p>Bitte zusätzlich Ort und Kursnummer angeben:</p>	<p>Name: _____</p> <p>Vorname: _____</p> <p>Beruf: _____</p> <p>Adresse: _____</p> <p>_____</p> <p>Telefon: _____</p> <p>Fax: _____</p> <p>E-Mail _____</p>	
--	--	--

€

Gesamtbetrag	Ort	Datum	rechtsverbindliche Unterschrift
---------------------	------------	--------------	--

- Durch meine Unterschrift bestätige ich, für mich voll verantwortlich handeln zu können.
- Zahlungsziel ist 30 Tage vor Kursbeginn.
- Ich kann bis 30 Tage vor Kursbeginn zurücktreten und bin dann mit dem Einbehalt einer Bearbeitungsgebühr von 30 Euro einverstanden. Bei späterem Rücktritt von der Teilnahme wird die volle Teilnahmegebühr fällig.
- Bei Ausfall der Fortbildung erhalte ich die volle Kursgebühr zurück. Sollten bei mehrtägigen Fortbildungen einzelne Seminare ausfallen, werden diese, wenn möglich, zu einem späteren Termin nachgeholt. Versäumte Termine können nach Absprache, wenn möglich, nachgeholt werden.
- Änderungen durch Erkrankung oder Absagen von Referenten müssen vorbehalten bleiben. Weitergehende Forderungen sind ausgeschlossen.
- Datenschutzerklärung: Die von Ihnen in der Anmeldung mitgeteilten persönlichen Daten, Adressdaten und E-Mail-Adressdaten speichern wir elektronisch und schriftlich und verwenden sie ausschließlich im Institut Dr. Ahlstick und im Kontakt mit Ihnen per Post, Fax, Telefon und E-Mail. Diese Daten werden ohne Ihre ausdrückliche Zustimmung nicht an Dritte weitergegeben. Mit der Buchung erkennen Sie die Datenschutzbestimmungen an. Sie können der Speicherung und Nutzung Ihrer Daten jederzeit schriftlich bei Herrn Dr. Stefan Ahlstick widersprechen