

Angela Hartwich



Christiane Schellong

www.angela-hartwich.de

www.christiane-schellong.de

Aufbauseminar 1: das Restriktionsmodell - Umgang mit aktuell Unveränderbarem -

Ziele und Nutzen Das hypnosystemische Restriktionsmodell von Dr. Gunther Schmidt zeigt einen Weg auf, wie wir besser und stressfreier mit potentiell nicht selbst herstellbaren Veränderungen umgehen können, bezogen auf uns selbst als auch in der Beratungsarbeit. Es bietet die Möglichkeit eines kraftvollen, energieökonomischen und selbstwirksamen Umgangs mit aktuell Unveränderbarem.

Inhalt Das Restriktionsmodell fußt auf der Unterscheidung von veränderbaren und nicht veränderbaren Bedingungen, sowohl innerhalb bestehender Strukturen in der äußeren Umwelt als auch in dem inneren Erleben der eigenen Vielstimmigkeit.

In dem Seminar wird das Restriktionsmodell theoretisch vorgestellt und mittels professioneller Selbsterfahrung und methodischen Übungen für den beruflichen Kontext verankert.

- Theoretische Grundannahmen des Hypnosystemischen Konzeptes
- Kraftvoller Umgang mit Restriktionen (Bedingungen, die als Einschränkung von Wahlmöglichkeiten erlebt werden)
- Identifizieren von Restriktionen im Außen und im eigenen inneren Erleben
- Ein „Ja – Aber“ als Ausdruck von unterschiedlichen achtenswerten Bedürfnissen nutzen lernen
- Unterscheiden lernen von sogenannten „Sehnsuchtszielen“ und selbstwirksam zu erreichenden Zielen (sogenannte „zweitbeste Lösungen“)
- Würdigung von Sehnsuchtszielen
- Den Umgang mit Anteilen von Hilflosigkeit und Ohnmacht wirksam und kraftvoll gestalten

Zeitraumen Donnerstag der 25. Februar 2021 von 17:00 bis 21:00 Uhr (mit 0,5 Stunde Pause, kleiner Imbiss)
Freitag der 26. Februar 2021 von 10:00 bis 18:00 Uhr (mit 1,5 Stunden Mittagspause)
Samstag der 27. Februar 2021 von 10:00 bis 13:00 Uhr

Ort Die Fortbildung findet in Bremen statt.

Ihre Investition Bei einer schriftlichen Anmeldung bis zum 30. September 2020 betragen die Kosten 280,00 €. Ab dem 01. Oktober 2020 betragen die Kosten: 320,00 €.

Durchführende: Angela Hartwich: (Hypno)-systemische und transaktionsanalytische Beratung, Supervision, Coaching, Teamentwicklung und Fortbildung.

Christiane Schellong: (Hypno)-systemische Beratung, Supervision und Organisationsberatung (SG), Schulungen im Rahmen von Fort- und Weiterbildung.

Rücktritt Bei Absagen bis 8 Wochen vor dem Termin entstehen Ihnen Bearbeitungsgebühren von 30,00 Euro. Bei späteren Absagen muss die gesamte Teilnahmegebühr bezahlt werden (es sei denn, es gibt eine nachrückende Person).