

Tag 1 (Basis)

- 09:00 Begrüßung/Vorstellen
- Neuroplastizität
- Wie arbeitet das Unterbewusstsein „Mental Modul“
- Was ist Angst und wofür ist sie gut?
- Wo sind die Grenzen zur Therapie
- 13:00 – 14:00 Uhr Mittagspause
- Angstprävention,
- Was für Ängste gibt es
- Prüfungsangst, Flugangst, Höhenangst, Zahnarztangst
- Bodenanker
- EFT (Emotional Freedom Techniques)
- Panikknöpfe, Übungen
- Fast Phobie Cure, Kinotechnik
- 17:00 Ende

Tag 2 (Basis)

- 09:00 Intuition Übung
- Körpersprache
- Geschichte der Hypnose
- Missverständnisse und Grenzen
- Was ist Hypnose
- Praktische Übungen
- 13:00 – 14:00 Mittagspause
- Wie baut sich eine Hypnose Sitzung auf
- Vorgespräch
- Hypnose, Einleiten, Ausleiten
- Trance Tiefen
- Wie kann man Gruppen hypnotisieren
- Praktische Übungen
- 17:00 Ende

Tag 3 (Basis)

- 09:00
- Hypnose Sprache
- Anker bzw. Trigger setzen
- Emotionale Veränderung
- Praktische Übungen
- 13:00 – 13:30 Mittagspause
- Blockaden lösen
- Selbsthypnose
- Wunschhypnose
- Raucherentwöhnung - Gewichtsreduktion
- Ende 15:00 Zertifizierung