



*Die Wirkung der Gedanken*



## *Seminar für Tiefenentspannung, Phantasieereisen und Hypnoseanleitung*

*Datum: So., d. 24. März  
2024*

*Zeit: 10 - 17 Uhr*

*Naturheilpraxis G. Kohlmann, ED  
SeminarKosten: 95,- €*

*Anmeldung für dieses Seminar bis  
spätestens 18. März 2024*

*[www.aeskulap-schule.de](http://www.aeskulap-schule.de)*

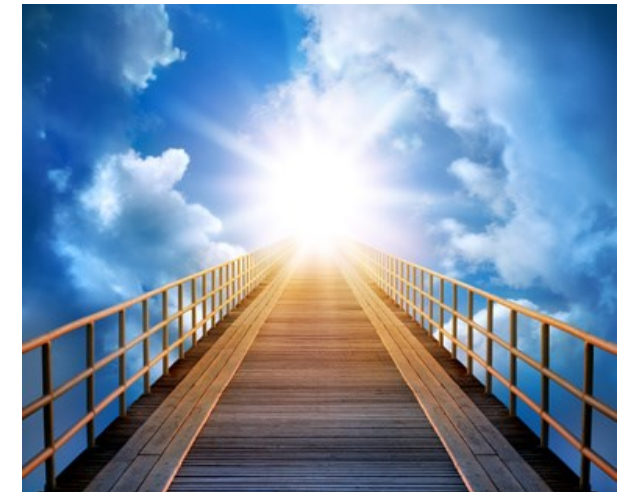
*Gerd Kohlmann*

*Am Rätschenbach 18*

*85435 Erding*

*Tel: 08122-84277*

*[gerdkohlmann@freenet.de](mailto:gerdkohlmann@freenet.de)*



## Die Grundlagen für die Wirksamkeit der Entspannungstherapien

Jede psychosomatische Therapie zielt auf die Wiederherstellung der verlorengegangenen inneren Harmonie. Gibt man dem Nervensystem und den inneren Bewußtseinsinstanzen genügend Ruhe, dann treten Selbstheilungsprozesse ein, die intelligente, gezielte Abläufe auslösen und damit Störungen ohne weiteres Zutun heilen können. Dabei werden tiefe, innere Bewußtseinskräfte berührt, die Wissen und Einsichten vermitteln und innere Kraftreserven mobilisieren.

Die dargestellten Techniken und Übungen können sowohl psychotherapeutisch wie auch begleitend bei schweren, chronischen Erkrankungen erfolgreich genutzt werden.

Gleichfalls werden die Einstiegstechniken für hypnotische Sitzungen vorgeführt. Damit lassen sich Verhaltensgewohnheiten wie Rauchen, Essen und auch Süchte günstig beeinflussen. Außerdem wäre das Erlernen der Selbsthypnose und Selbstbeeinflussung mit Hilfe von sogenannten Affirmationen für den Therapeuten selber sinnvoll.

## Tiefenentspannungstherapie

Indikationen und Wirkungen in der Praxis

- Einleitung und Ablauf einer Tiefenentspannung ☆
- Vorbereitung des Klienten und das "Setting" ☆
- Suggestionen und Affirmationen und deren unterbewusste Gesetze ☆
- Psychotherapie bei Krebs ☆
- Der Kontakt zu unterbewussten Quellen der Kraft ☆
- Die Unterstützung durch den Atem ☆
- Klärung, "Aufräumen" von Konflikten ☆
- Bewährte Suggestionen, Affirmationen ☆
- Visualisation als Mittler zum Unbewussten ☆

☆

## Einfache Formen der Hypnose und deren Nutzen

Voraussetzungen und Anwendungsgebiete von hypnotischen Techniken

☆

Die Kräfte des Unbewussten und seine besonderen Regeln

☆

Wie entstehen Ängste, und wie können sie überwunden werden

☆

Die praktische Anwendung: Raucherentwöhnung

