

Kennenlernen von Hypnose

2019

Leitung:
Sonja Riedinger

Ort
M.E.G Tübingen
Gartenstraße 18
72074 Tübingen

Das Gruppenprogramm

Die Milton-Erickson-Gesellschaft Tübingen (MEG) bietet im Herbst 2019 ein Gruppenprogramm mit Hypnose an vier Abenden an. An jedem Termin werden zwei Therapeuten*innen des Teams der MEG anwesend sein, welche sich in der Zusammensetzung abwechseln. Dadurch erhalten die Teilnehmer*innen die Möglichkeit unterschiedliche Arbeitsweisen und Stile kennenzulernen.

In diesem Gruppenprogramm werden Hypnosestrategien vorgestellt und angewandt. Die hypnotische Trance ist ein Bewusstseinszustand, in dem es möglich ist in erlebbaren Kontakt mit den eigenen Ressourcen zu gelangen. Dies ist die Basis, um in tieferen Kontakt mit sich selbst und eigenen unbewussten Anteilen zu kommen.

Die Teilnehmer*innen lernen achtsamer für innere Regungen und Veränderungen zu werden, um dadurch besser für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Es werden Anregungen zur Selbsthypnose vorgestellt, so dass ein Transfer des Erlernten in den Alltag möglich werden kann.

Wir laden Sie im Rahmen dieses Gruppenprogramms ein, an Übungen aus der Hypnose zur Stabilisierung und Entspannung teilzunehmen.

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen begrenzt.

Wir möchten darauf verweisen, dass die individualisierte Arbeit dem Einzelsetting vorbehalten bleibt und im Rahmen dieses Gruppenprogramms nicht realisiert werden kann.

Die Kosten betragen pro Abend (a 2 Stunden) 70 Euro. Wir stellen eine Rechnung zur Überweisung zu.

Termine

1. Termin: **16.9. 2019**
2. Termin: **23.9. 2019**
3. Termin: **30.9. 2019**
4. Termin: **7.10. 2019**

Immer **19:15 – 20:45 Uhr**

Anmeldung direkt bei:

MEG Tübingen
Lydia Schweizer
Kontakt@meg-tuebingen.de

Bitte nehmen Sie für Ihre Anmeldung
oder bei Nachfragen per Email
Kontakt mit uns auf!

Sonja Riedinger Diplom-Psychologin und approbierte Psychotherapeutin (tiefenpsychologisch fundiert) in eigener Praxis. Sie arbeitet in der Ambulanz der Milton-Erickson-Gesellschaft Tübingen.