Selbsthypnose in Gruppen Kurs

Kleine Gruppe: max. 6 TeilnehmerInnen

Erlerne Selbsthypnose anzuwenden und selbst zu kreieren. Zu jedem Deiner individuellen Themen.
Nutze die Kraft der Selbsthypnose, um Hinderliches loszulassen und innere Ressourcen zu reaktivieren!

Du geniesst in einer kleinen Gruppe von max. 6 Personen eine Gruppen-Hypnosetherapie zur Thematik «Selbsthypnose».

In der zweieinhalbstündigen Hypnosetherapie-Gruppensitzung erfährst und erlebst du:

Ein Kurz-Referat zum Thema «Selbsthypnose»

einer Gruppenbesprechung zur Thematik und der Besprechung Deines individuellen Problems/Verhaltens (kann auch unausgesprochen bleiben). Es dürfen nur die Informationen in der Gruppe geteilt werden, die geteilt werden möchten.

Drei Gruppenhypnose-Durchführungen

1. Hypnose-Durchführung: Belastendes Loslassen
2. Hypnose-Durchführung: Es wird eine zukünftige Perspektive im Zustand hypnotischer Trance erarbeitet und verankert (Ressourcen konstruierend).
3. Hypnose-Durchführung: Es werden bestehende Fähigkeiten reaktiviert und im Zusammenhang mit den gewünschten Gefühlen verankert (Ressourcen rekonstruierend).

Einer von Dir individuell ergänzten Anleitung zur Selbsthypnose, welche im Rahmen des Nachgespräches gemeinsam besprochen wird.

Die Gruppenhypnose wird in Mundart abgehalten, oder in Schriftdeutsch, falls es Teilnehmer/innen gibt, die ausschliesslich Schriftdeutsch verstehen.

Der Abend oder Nachmittag wird im Gruppenraum Lichtraum in

Meilen durchgeführt und findet von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr oder von 18:30 Uhr bis 21:30 Uhr statt.
Der Preis für den Abend oder Nachmittag beträgt CHF 180.- pro Person.

Nächste Möglichkeiten zu Hypnosen in Gruppen:

Samstag, 16. März von 14:00 bis 17:00

Mi, 27. März von 18:30 – 21:30

Bitte melden Sie sich bis Mi, 13.3. an. Vielen Dank!

Claudia Stamm Roth
Hypnosetherapeutin VSH NGH
Bahnweg 133 8706 Meilen

claudia.stamm@licht-raum.ch 076 519 81 88



Verband Schweizer Hypnosetherapeuten