

# Golden October

- Zeit für Dich -

03.-06.10.2025

## Informationen zum Kursablauf und den Inhalten

### Kursort:

**Privates Seminarhaus mit Pool** am Ortsrand von Vinaros, 2 Minuten Fußweg zum Meer, zwischen Barcelona (gut 2 Autostunden) und Valencia (ca. 1,5 Std).

Zur -privat zu organisierenden - Unterbringung eignen sich die vielen hübschen Ferienhäuser, die in unmittelbarer Nachbarschaft zur Verfügung stehen. Eine Liste persönlich bekannter Häuser kann auf Wunsch ausgehändigt werden. Größere Hotels sind (zum Glück) nur in einigen Kilometern Entfernung vorhanden.



### Kurszeit:

**Freitag, 03.10.2025 - Montag, 06.10.2025**

Seminarzeiten ca. 8 Std. täglich

9.30 - 13.30 Uhr und in Absprache

Demos, Kleingruppen, Exkursionen

### Rahmenprogramm:

**Donnerstag, 02.10.2025** Mittagspaella bei „El Garrofer“

**Dienstag, 07.10.2025** gemeinsamer Exkursionstag mit kollegialem Austausch

Die Gegend ist reich an Sehenswürdigkeiten, sowohl an historischen Städten/Stätten, als auch an Naturschönheiten.

Wer möchte und mobil ist, kann sich einem Ausflug über die Reisfelder des Ebro-Deltas anschließen mit Rundfahrt über das bergige Hinterland des Maestrazgo oder zur malerischen Küstenstadt Peniscola (Valencia ist 1,5 Autostunden entfernt, Barcelona gut 2 Stunden.) Begleitpersonen willkommen!



# Golden October

- Zeit für Dich -

03.-06.10.2025

## Voraussetzungen zur Teilnahme:

### Interesse an medizinischer Hypnose

Dieser praxisnahe Kurs in erholsamer Atmosphäre eignet sich sowohl für EinsteigerInnen als auch für hypnoseerfahrene AnwenderInnen. Berufliche Erfahrung im Umgang mit Menschen, sei es im (zahn)medizinischen, therapeutischen, pädagogischen oder beratenden Kontext ist wünschenswert.



Zu Kursbeginn wiederholen wir die wichtigsten Grundlagen der Hypnose vor dem Hintergrund aktueller Erkenntnisse aus der Bewusstseins- und Gehirnforschung. Anhand ausgewählter Hypnosetechniken und Standards üben wir in Demos und Kleingruppen und sammeln praxisrelevante Erfahrungen. Besonderer Wert wird auf den sensiblen Einsatz der Sprache gelegt, also auf lösungsfokussierende hypnotische Sprachmuster.

## Kursatmosphäre:

In der geschützten Atmosphäre des privaten Gartens, umgeben von weißen Mauern und Palmen, werden wir auf der großzügigen Terrasse und im Schatten von blühendem Hibiskus und Oleander **fokussiert lernen und zugleich entspannt genießen**. Das Seminarhaus liegt am Stadtrand von Vinaròs in unmittelbarer Nähe der kleinen Kiesbuchten der Costa del Azahar. Während der mittäglichen Siesta gibt es genügend Zeit, um in der Umgebung des Seminarhauses zum Essen zu gehen oder die Gelegenheit zum erfrischenden Meeresbad zu nutzen, einen Klippen-Spaziergang auf dem Küstenweg ins Naturschutzgebiet zu unternehmen oder zur Entspannung im Schatten des Gartens zu bleiben, wo man sich ganz einfach im Pool treiben lassen kann. Die Pausenverpflegung besteht aus Tee, Kaffee, Säften und frischem, regionalem Obst und Gebäck. Gerne essen wir gemeinsam in den Restaurants oder Tapasbars der Umgebung zu Abend, Begleitpersonen sind dabei herzlich willkommen.

Besondere Highlights sind die Mittagspaella in einem traditionellen, einfachen Restaurant in der Nähe, der Besuch des Wochenmarktes und der Sundowner in der Eremita über Vinaros mit herrlichem Blick auf Stadt und Meer.



**Eine Stundendokumentation mit Teilnahmebestätigung zur Hilfestellung bei der steuerlichen Einreichung des Seminars zu Fortbildungszwecken wird ausgestellt.**

# Golden October

- Zeit für Dich -

03.-06.10.2025

## Auszug aus dem Lehrinhalt

### 1. Das kleine Hypnoselexikon

Wiederholung der Grundlagen der medizinischen Hypnose. Was ist Hypnose und wie wirkt Hypnose? Was genau ist die „Sprache der Hypnose“? Was ist das zugrunde liegende Muster der verschiedenen Techniken und Methoden und wann genau - oder besser gesagt „wofür“ - wähle ich welche Variante aus?

### 2. Ressourcenorientierte Techniken

Die Basis der medizinischen Hypnose nach Milton Erickson beruht auf dem konsequenten, oft metaphorischen Fokussieren des gewünschten Erlebens. Das „Aufspüren“ bereits vorhandener, oft unbewusster Ressourcen und Erfolgsgeschichten aus dem Erfahrungsschatz der KlientInnen und PatientInnen.

### 3. Die Kunst der Utilisation

Besonders in den hypnosystemischen Interventionen stellt die Kunst der Utilisation ein wichtiges therapeutisches Instrument dar. Sie beschreibt die Grundhaltung, dass jeder Eigenart des Klienten mit Wertschätzung begegnet wird und Interventionen individuell, also maßgeschneidert im Weltbild des Klienten, angeboten werden. Dabei wird alles genutzt, was der Klient mitbringt: beispielsweise bestimmte Symptome oder Probleme, die mit den bereits vorhandenen "Mustern des Gelingens" verknüpft werden.

### 4. Selbstfürsorge

Hier stehen wir als BehandlerInnen, TherapeutInnen oder BeraterInnen im Mittelpunkt! Denn nur wenn es uns selbst gut geht, können wir in einer souveränen Grundhaltung mit unserem Umfeld interagieren - in empathischer Haltung, mit Freude an unserer Tätigkeit und begleitet von Humor und Leichtigkeit. Daher werden im Kurs neben individuellen Hypnosetexten zur Selbstfürsorge ebenfalls Methoden und Interventionen aus der Emotionsregulation und der Methode PEP® vorgestellt und geübt.

Wo könnte das schöner gelingen als unter der leuchtenden Sonne Spaniens?

## Weitere Themen je nach Wunsch der Teilnehmenden

