



Priv.-Doz. Dr. med. Michael Teut | DGH-Zentrum Berlin | Courbièrest. 5 | 10787 Berlin

## Wissenschaftliches Programm

### T-Kurs:

**Innere Stimmen TRANCEformieren - Vom inneren Kritiker zu einem wohlwollenden Umgang mit sich selbst (12 AE Kurs + 4 AE Supervision)**

**16.-17.02.2024**

Der Kurse findet in der Seminaretage des Berliner Vereins homöopathischer Ärzte, Nassauische Str. 2, 10717 Berlin-Wilmersdorf statt.

### Kurszeiten

T-Kurs: Freitag, 16.02. 14.00 Uhr – Samstag, 17.02.24 18 Uhr

Uhrzeit	Programm
08.30 – 10.00	Unterricht (2 AE)
10.00 – 10.30	Pause
10.30 – 12.00	Unterricht (2 AE)
12.00 – 13.00	Mittagspause
13.00 – 14.30	Unterricht (2 AE)
14.30 – 15.00	Unterricht (2 AE)
16.00 – 16.30	Pause
16.30 – 18.00	Unterricht (2 AE)
	<u>= 10 AE</u>

### Referent

Dipl.-Psych. Michael Hühn (T-Kurs)  
PD Dr. med. Michael Teut (Supervision)

### Lerninhalte

*In den Therapiekursen werden die in den Grund- und Fortgeschrittenenseminaren erlernten Kenntnisse und Fertigkeiten unter besonderer Berücksichtigung ihrer klinischen Anwendung vertieft.*

Haben Sie jemanden in Behandlung, bei dem Grübeln NICHT kritischer Bestandteil der Symptomatik ist? In vielen Fällen sind die demoralisierenden inneren Stimmen sogar Auslöser oder zumindest Katalysator der jeweiligen Problemtrance (z.B. bei Depressionen, Ängsten und auch Zwangssymptomatiken).

Da es sich hierbei um unwillkürliche Prozesse handelt, ist der Versuch, heroisch dagegen anzukämpfen, zum Scheitern verurteilt, ja kann die Symptomatik sogar verschlimmern und in einen Teufelskreis aus Selbstabwertung und Hilflosigkeit führen.

Hypnosystemische Ansätze sind äußerst wirkungsvoll, um dieses Dilemma aufzulösen, da sie direkt auf diese unwillkürlichen Prozesse zielen. Erfolgreiche Interventionen führen oft zu einer raschen Verbesserung der Symptomatik und erhöhen dadurch das Commitment für die weitere Therapie.

Ausgewählte Inhalte des Seminars:

- Unmittelbar wirkende hypnosystemische Techniken und Tools, die insbesondere bei Klienten mit Grübel-Tendenz indiziert sind, um „den Kopf mal frei zu bekommen“
- Kritische Elemente der Polyvagal-Theorie von Stephen Porges als Leitlinie des therapeutischen Handelns
- Seiten-Modelle und daraus abgeleitete Interventionen (wie die konstruktive Integration des Inneren Kritikers)
- Entwicklung eines Growth Mindset für den Inneren Coach
- Embodiment-Forschung und das Nutzen von Körper und Atmung für gezielte State Changes
- Techniken der Ego State- und Schematherapie zur Lösung tiefer emotionaler Konflikte
- Vorgehen zur Bahnung innerer Ressourcen bei schwierigen Bindungserfahrungen und Loyalitätskonflikten

Neben den Informationsblöcken erlauben Ihnen Gruppentrancen, die Techniken selbst zu erfahren. Im Anschluss ermöglicht Ihnen Kleingruppenarbeit, neue Elemente in Ihr therapeutisches Repertoire zu integrieren.

### **Kosten**

DGH-Mitglieder: 360,- Euro + 80 Euro (Supervision) = 440,- Euro

Nicht-Mitglieder: 400,- Euro + 100 Euro (Supervision) = 500,- Euro

### **Allgemeine Informationen**

Übungen und Selbsterfahrung sind ein wesentlicher Bestandteil des Kurses.

Die Kursteilnehmer erhalten ein Skript.

Es werden Getränke und ein Imbiss gereicht, zum Mittagessen wird ein Restaurant für Interessierte reserviert.