

# HYPNOSYSTEMISCHE KONZEPTE

für Coaches, Berater:innen, Trainer:innen,  
Supervisor:innen, Pädagog:innen, Führungskräfte

Hypnosystemische Werkzeuge in der Praxis

»DAS LEBEN WIRD DIR VON GANZ  
ALLEINE SCHMERZEN BESCHEREN.  
DEINE VERANTWORTUNG IST ES,  
FREUDE ZU SCHAFFEN.«

(MILTON H. ERICKSON)

SONJA PICHLER  
SABINE KIKO

## Ausgangssituation

---

Die Herausforderungen, die der (Berufs-)Alltag für uns Menschen birgt, nehmen kontinuierlich zu. Diese vielen Anforderungen spiegeln sich auch im Alltag von Coaches, Trainer:innen, Berater:innen, Supervisor:innen und Führungskräften wider. Auch auf Pädagog:innen kommen viele neue Themen durch die Kinder und ihre Eltern zu, die einen neuen Umgang mit Problemen notwendig machen. Einzelpersonen oder Teams und Gruppen am Weg zu ihrer Lösung zu begleiten, fordert neben viel Energie auch besondere Werkzeuge.

Hypnosystemische Konzepte leisten hier einen wesentlichen Beitrag, die Menschen von der belasteten Problemzone in die Welt der Lösungen zu begleiten: „Darunter werden Gesprächsformen bezeichnet, die Elemente von Systemischer Therapie, Erickson'scher Hypnotherapie und oft auch von Teilarbeit und Strukturaufstellungen in einem wachen Dialog verbinden.“<sup>1</sup> Es handelt sich bei dieser Form des Arbeitens mit Menschen jedoch nicht um *eine bestimmte Methode*, sondern um eine gewisse Haltung mit einem breiten Methodenspektrum.

## Zielgruppe der Ausbildung

---

Diese Ausbildung richtet sich an Coaches, Berater:innen, Trainer:innen, Supervisor:innen, Pädagog:innen und Führungskräfte, die ihren Methodenkoffer mit hypnosystemischen Bausteinen erweitern möchten.

<sup>1</sup> Hammel, S. (2022): Hypnosystemische Therapie. Das Handbuch für die Praxis. Stuttgart: Klett-Cotta, S. 19.

## Ziele der Ausbildung

---

- » Verständnis von hypnotherapeutischen und systemischen Grundsätzen sowie von Aspekten aus Aufstellungs- und Teilarbeit
- » Erfassen der Bedeutung von Mehrebenenkommunikation bei der Lösungsfindung
- » Nutzung nonverbaler Kommunikation auf mehreren Ebenen
- » Lösung von als schwierig erlebten Problemstellungen
- » Vermittlung praktischer Methoden aus dem Therapeutischen Erzählen sowie dem Therapeutischen Modellieren nach Stefan Hammel für die Umsetzung in Coaching, Training, Beratung, Supervision sowie in Unternehmen und pädagogischen Einrichtungen
- » Nutzung der Vielfältigkeit von hypnosystemischen Interventionen in der Arbeit als Berater:in, Trainer:in, Supervisor:in, Coach:in, Pädagog:in und Führungskraft
- » Live-Demonstration anhand eigener Anliegen
- » Viele Übungen zu und Reflexion über das Gelernte

## Ablauf der Ausbildung

---

Die Ausbildung findet in vier Modulen statt. Zwischen den Modulen erfolgt der Austausch der Teilnehmer:innen in Arbeitsgruppen (online oder in Präsenz). Nach dem dritten Modul gibt es einen gemeinsamen vierstündigen Online-Übungstermin.

## Modul I

### Geschichten als Basis der Lösung

---

Spontan erzählte Geschichten können sowohl im Coaching, als auch in Beratung, Training und Supervision als Basis für die Lösungsfindung dienen. Wenn der Weg als unbegebar erlebt wird, wenn kein Ziel vor Augen liegt, wenn die Gräben zu tief erscheinen, dann erweisen sich Geschichten als wunderbar wirksame Interventionen. Wie kann es gelingen, spontan Geschichten im Coaching oder Training, in Beratungs- oder Krisengesprächen einzustreuen? Wir werden lernen, wie wir Metaphern von unserem Gegenüber nutzen können, um Lösungswege zu erzählen sowie Werkzeuge einzuüben, die uns vom Problem distanzieren und zur Lösung führen.

#### Schwerpunkte:

- » Grundtechniken aus dem Therapeutischen Erzählen
- » Von der Problem- zur Lösungsmetapher
- » Hypnotherapeutische und systemische Grundsätze in Beratung, Coaching und Training

## Modul II

### Gesagtes UND Nicht-Gesagtes zur Lösung nutzen

---

Wir lernen die vielen Nuancen des Gesprochenen kennen, denn schon kleine Änderungen an Sätzen machen einen Unterschied für unser Gegenüber. Neben dem Gesprochenen kommen nonverbale Inhalte dazu, unsere Körpersprache als Mimik und Gestik, unser Atem und unsere Stimme. Sowohl in der Rolle als beratende Person als auch in der Rolle als Kund:in können wir uns Mehrebenenkommunikation nutzbar machen.

Außerdem gestalten wir Landschaften: Wenn als problembeladen empfundene Situationen als Landkarten oder Landschaften dargestellt werden, kann das wirkungsvoll dazu beitragen, unser Gegenüber aus der Problemtrance herauszuführen. Das ist sowohl für Einzelpersonen als auch für Gruppen oder Teams möglich.

#### Schwerpunkte:

- » Die Bedeutung der Mehrebenenkommunikation (verbal, nonverbal, Körpersprache) erkennen und nutzen
- » Differenzierung von Problem- versus Lösungsräumen
- » Arbeit mit inneren Landschaften und Landkarten

## Modul III

### Lebensmöglichkeiten neu modellieren

Therapeutisches Modellieren ist eine Form der therapeutischen Interventionen, die Stefan Hammel in seiner Arbeit etabliert hat und die auf ganz besondere Weise wirken. Hier werden Elemente der Teile- und Aufstellungsarbeit mit Hypnosystemik spielerisch verbunden, sodass einfache Lösungen mittels radikaler Differenzierung (zwischen Hilfreichem und Belastendem) möglich werden.

#### Schwerpunkte:

- » Einführung in die Methoden des Therapeutischen Modellierens
- » Nutzung von Körpersprache
- » Subtraktion, Addition und Transformation von Lebensmöglichkeiten

## Modul IV

### Kurzinterventionen mit großer Wirkung

Im letzten Modul beschäftigen wir uns mit der Interventionsart der Grüße. Es handelt sich hierbei um eine Form wacher Ultrakurzhypnose auf Basis der Erickson'schen Hypnotherapie. Auch Reframing kann in Sätze eingebaut werden und als Kurzintervention wirken. Ein weiterer Fokus liegt auf der Identifikation und Verinnerlichung von Ressourcen, die für den Alltag in Gegenständen und Handlungen mit symbolischem Charakter veranschaulicht werden können.

Wir konzentrieren uns in unserem letzten gemeinsamen Modul auf die Wiederholung und Kombination unserer erlernten Techniken.

#### Schwerpunkte:

- » Arbeit mit Symbolfiguren
- » Grüße an das Unbewusste
- » Ressourcenarbeit
- » Hilfreiche Abschlüsse von Coaching- und Beratungsgesprächen
- » Kombination der unterschiedlichen Interventionen

In allen Modulen werden Live-Demonstrationen abgehalten. Die Methoden werden von den Teilnehmer:innen geübt. Es gibt darüber hinaus die Möglichkeit, Supervisions-Anliegen zu bearbeiten.

## Mindestvoraussetzungen

---

Die Ausbildung richtet sich an Trainer:innen, Berater:innen, Supervisor:innen, Coaches, Pädagog:innen sowie Führungskräfte mit einer systemischen oder ähnlichen Coachingausbildung. Grundkenntnisse über Ziel- und Auftragsklärung sowie eine systemisch-lösungsorientierte Denkweise werden vorausgesetzt.

## Termine

---

Modul I von 10.-11. November 2023  
Modul II von 1.-2. Dezember 2023  
Modul III von 19.-20. Jänner 2024  
Online Übungstermin 2. Februar 2024  
Modul IV von 1.-2. März 2024

Seminarzeiten:

Freitag von 9:30h-18h,  
Samstag von 8:30h-17h,  
Onlinetermin: 14h-18h

Anmeldeschluss ist der 30. Juli 2023

## Investition

---

Die Teilnahmegebühr pro Person beträgt:  
EUR 2.700 + 20% USt.

Zahlungsmodalitäten:

Die Teilnahmegebühr ist spätestens 10 Tage vor Beginn des ersten Moduls zu begleichen.

## Veranstaltungsort

---

Die Ausbildung findet in der Hoftaverne Atzmüller in Waxenberg statt. Der Preis beträgt pro Person im Einzelzimmer 199 € inkl. MwSt., zuzüglich Ortstaxe von 2,20 Euro pro Person/Tag (Wir bitten um Verständnis, dass sich der Preis aufgrund der derzeitigen Rahmenbedingungen noch etwas ändern kann).

Im Preis enthaltene Leistungen pro Modul:

- » Nächtigung mit Buffetfrühstück
- » 2 x Mittag- und 1 x Abendessen
- » Pausenbuffet am Vormittag und Nachmittag (10.00 bis 18.00 Uhr)
- » Ab 17.00 Uhr freie Benützung der neu errichteten Saunaoase

## Kontakt und Ansprechpartnerin

---

Sonja Pichler  
Coaching Beratung Training  
Pöstlingbergstraße 26  
4040 Lichtenberg  
0664 424 8381  
office@sonja-pichler.at

## Mag. Sonja Pichler

Sonja ist systemisch-lösungsfokussierte Coach, Wirtschaftstrainerin, zertifizierte Erwachsenenbildnerin sowie hypnotherapeutische Trainerin, Autorin und hat jahrelang als Führungskraft im Vertrieb der Brauunion gearbeitet.



Während ihrer dortigen Tätigkeit absolvierte sie ihre Coachingausbildung bei KL-Beratung und entdeckte die hilfreiche Wirkung der ziel- und lösungsorientierten Gesprächsführung.

Heute hilft sie als selbstständige Trainerin und Coach Firmen wie Einzelpersonen mit Führungskräfte trainings, bei der Etablierung leistungsstarker Teams durch Teamcoaching, bei der Stärkung persönlicher Kompetenzen und Ressourcen und mit Coachings in besonders belastenden Situationen. Wichtig ist ihr, jedes Individuum als einzigartig anzusehen – MUT zur Umsetzung in jedem/r Einzelnen zu wecken – den Erfolg für das GANZE im Auge zu haben.



## Sabine Kiko

Sabine ist systemische Beraterin, systemisch-lösungsorientierte Coach, hypnosystemische Therapeutin und hat langjährige Erfahrung als Geschäftsführerin von Link Qualitative – einem qualitativen Marktforschungsinstitut in der Schweiz.

Ihre Themenschwerpunkte sind die Stärkung persönlicher Kompetenzen, Supervision von Teams, das Teamcoaching sowie die Entwicklung und Durchführung von Selbstermächtigungsworkshops.

Ihre jahrelange Erfahrung als Geschäftsführerin, ihre hohen analytischen Fähigkeiten und eine extrem gute Intuition gepaart mit einer scharfen Wahrnehmung zeichnen sie aus.

Wichtig ist ihr, Menschen zu unterstützen, indem sie gemeinsam hilfreiche Ressourcen aufspüren, die sie auf dem Weg zu einem bewussten, kraftvollen, mutigen Sich-Selbst-Sein begleiten.

IHRE  
TRAINER-  
INNEN