



Regionalstelle Bielefeld der Milton-Erickson-Gesellschaft für Klinische Hypnose e.V.

Dipl.-Psych. Ghita Benaguid

[,ri:ta bena'gi:d]

Niedernstr. 26 • 33602 Bielefeld
fon 0521-560 87 11
fax 0521-560 87 12

info@meg-bielefeld.de
www.meg-bielefeld.de

ONLINE PER ZOOM C-SEMINAR_Anwendungsseminar

16 USTD | 12 Stunden PTK-Punkte: 20 beantragt

Mittwoch **5. Februar 2025** | 9.00 – 16.30 Uhr
Donnerstag **6. Februar 2025** | 9.00 – 16.30 Uhr



Weil ich es mir wert bin!

Effektive Strategien zur Erhöhung von Selbstwert, Selbstwirksamkeit und Selbstakzeptanz

■ Dipl.-Psych. Frauke Niehues

Die Erhöhung des Selbstwerts ist ein Hauptanliegen vieler Klienten und hat großen Einfluss auf den gesamten Therapieerfolg. Der Umgang mit dem Thema gestaltet sich jedoch oft schwierig. Häufig hat man das Selbstwertgefühl des Klienten in einer Sitzung mit viel Energie aufgebaut, aber der Effekt ist bis zur nächsten Sitzung »verpufft«. Oder der Klient meldet rück: »Vom Kopf her weiß ich, dass ich etwas wert bin, aber ich kann es nicht fühlen«.

Im Seminar wird das Faktoren-Schichten Modell des Selbstwertes vorgestellt. Das Modell umfasst alle wesentlichen Aspekte, die das Selbstwertgefühl beeinflussen und setzt diese miteinander in Bezug. Hierdurch können die Ursache der Schwierigkeiten besser erkannt und die Methodik zur Behebung der Schwierigkeiten punktgenau ausgewählt und zusammengestellt werden. Die Arbeit mit dem Selbstwert gestaltet sich hierdurch nachhaltiger und effektiver.

Neben dem theoretischen Hintergrund bekommen Sie einen prall gefüllten Handwerkskoffer mit auf die einzelnen Aspekte zugeschnittenen Methoden an die Hand, durch die der Klient einen realistischen Selbstwert aufbauen, tatsächlich spüren und nachhaltig etablieren kann.

Hierzu gehören z. B. **Visualisierungsmethoden, Impacttechniken, Metaphern, Geschichten, hilfreiche Gesprächsführungstechniken, Trancen** u. W.

ANMELDUNG <https://www.meg-bielefeld.de/termine/termine-online-seminare/>

Die Kosten für das Anwendungsseminar in Klinischer Hypnose betragen 360,- € (320,- € für MEG-Mitglieder) pro Seminar. Sie sind bis spätestens 4 Wochen vor Seminarbeginn zu überweisen. Die Bankverbindung wird mit der Anmeldebestätigung per E-Mail zugesandt.

Aktuelle Informationen zu den Seminarangeboten www.meg-bielefeld.de