

Allgemeine Hinweise

Termin

Freitag/Samstag, 08./09.10.2021
und
Freitag/Samstag, 20./21.05.2022



Uhrzeit

freitags, 09:00 bis 17:00 Uhr,
samstags, 09:00 bis 17:00 Uhr

Veranstaltungsort

48147 Münster, Ärztehaus Münster, Gartenstr. 210 -
214

Teilnehmergebühren

€ 765,00 Mitglieder der Akademie
€ 840,00 Nichtmitglieder der Akademie
€ 690,00 Arbeitslos/Elternzeit

Auskunft und schriftliche Anmeldung

Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL
und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster
Ansprechpartnerin: Kerstin Zimmermann
Telefon: 0251 929-2211, Fax: 0251 929-27 2211
E-Mail: Kerstin.Zimmermann@aekwl.de

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Nutzen Sie den Online-Fortbildungskatalog oder die
Fortbildungs-App der Akademie für medizinische
Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, um
sich zu der Veranstaltung anzumelden:

www.akademie-wl.de/katalog

www.akademie-wl.de/app



Die Veranstaltung ist im Rahmen der Zertifizierung der
ärztlichen Fortbildung der ÄKWL mit 32 Punkten
(Kategorie: H) anrechenbar.

Wissenschaftliche Leitung/Referentin

Dr. med. Nikola Aufmkolk, Ahaus

Fachärztin für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie

Ärztliche Psychotherapeutin

Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Hypnose
und Hypnotherapie e. V. (DGH)

Allgemeine Hinweise

Der 16 Unterrichtseinheiten umfassende
Weiterbildungskurs „Hypnose als Entspannungs-
verfahren“ ist ein anrechenbarer Baustein auf die
Facharztweiterbildungen „Psychiatrie und
Psychotherapie“, „Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie“, „Kinder- und Jugendpsychiatrie
und-psychotherapie“ sowie auf die Zusatz-
Weiterbildung „Psychotherapie“.

Weiterbildungskurs

gemäß gültiger Weiterbildungsordnung der ÄKWL



Hypnose als Entspannungsverfahren

Je Termin 16 Unterrichtseinheiten
für Ärzte/innen

Oktober 2021 – Mai 2022

Münster

Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

hypnotische Verfahren gehören zweifellos zu den ältesten psychischen Heilmethoden der Menschheit, welche über den Asklepioskult (Tempelschlaf) bei den Griechen bis ins alte Ägypten zurückreichen. Heute erfährt die Hypnose, eingebunden in moderne, etablierte medizinische und psychotherapeutische Behandlungskontexte eine Renaissance – was in den Weiterbildungsordnungen der Ärztekammern zum Ausdruck kommt. Hypnose ist die Kunst, jemanden mit Hilfe der Vorstellungskraft in eine „alternative“ Wirklichkeit zu führen und dort jene Erfahrung machen zu lassen, die zur Bewältigung aktueller Probleme oder Symptome hilfreich sind. Je intensiver diese alternative Wirklichkeit – in einer „Therapie in Trance“ – erlebt wird, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass diese imaginierten Erfahrungen auch in der konkreten Lebenswirklichkeit umgesetzt werden. Die Hypnose bietet ein breites Anwendungsspektrum.

Verschiedene Hypnosetechniken können dabei helfen, die Ursachen für Ungleichgewicht mit Symptomwertigkeit zu finden, bzw. zu lindern und zu lösen – wenn Körper und Seele nicht mehr in „homöostatischer Balance“ sind.

Ziel des Weiterbildungskurses ist die Vermittlung von Kenntnissen und Kompetenzen, Hypnose als ein Entspannungsverfahren anwenden zu können.

Wir würden uns freuen, Sie im Rahmen der Veranstaltung der Akademie für medizinische Fortbildung begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen



Elisabeth Borg
Leiterin Ressort Fortbildung der ÄKWL

Inhalte

Hypnose als ein Entspannungsverfahren

Hypnose als Entspannung ist ein Entspannungsverfahren, neben dem Autogenen Training und der Progressiven Muskelrelaxation. Bei der Hypnose erfolgt die Einleitung der Entspannungsreaktion, im Unterschied zu den beiden anderen Verfahren, nicht in Wachheit, sondern im kontrollierten dissoziativen Zustand der Trance. Der Trancezustand, deren zentraler kognitiver Prozess die Aufmerksamkeitssteuerung ist, kann fremd- oder selbst induziert werden. Das Verfahren hat dieselben Indikationsbereiche, wie das Autogene Training und die Progressive Muskelrelaxation. Zusätzlich findet die Hypnose zur Kognitions- und Emotionsregulation Anwendung.

Dieser Kurs gibt Informationen zu:

- Was ist Trance/Hypnose
- Unterschied zur Showhypnose
- Welchen Trance-Zustand braucht man für wirksame Veränderungen?
- Bedeutung und Einfluss des Bewusstseins und des Unterbewusstseins

Inhalte

Hypnose als ein Entspannungsverfahren

Übungen zur Anwendung von Trancen und Selbsterfahrung

- Gruppentrancen
 - Übung für Trance-Induktionen
 - Atmung
 - Hände zusammenführen
 - Schwingen
 - Hypnoseschnellinduktion
 - Fäuste ballen
 - Visuelle Induktionstechniken/ Farbkontrastmethode/Stiftfixation
- VAKOG-System (Sinnessystem)
 - VAKOG-Übungen
- Verlängerung der Trance
- Wohlfühlort
 - Anleitung zur Selbsthypnose
 - Posthypnotischer Auftrag zu Beginn der Selbsthypnose

Wissenschaftliche Leitung

Dr. med. Nikola Aufmkolk, Ahaus

Hinweis:

Der Weiterbildungskurs ist praktisch orientiert mit vielen Demonstrationen, Einzel- und Gruppenübungen. Alle Teilnehmer_innen sind nach Absolvierung des Kurses in der Lage, einfache Hypnosen zur Entspannung selbst zu entwickeln und durchzuführen.