



Påbyggnadsutbildning på grunderna i NLP, Mental Träning och Coaching

Certifierad HypnosCoach®

- en kvalitetsutbildning från Skandinaviska Ledarhögskolan

Certifierad HypnosCoach®



All hypnos kan betraktas som en form av självhypnos. Endast du kan skapa de bästa, inre bilderna, utifrån ditt representationssystem, även om du har någon annan som hjälper dig med suggestionerna. Det finns en viktig skillnad mellan heterohypnos (hypnos som någon gör på annan person), självhypnos och utvecklingshypnos. Du lär dig inte heterohypnos genom denna hypnosutbildning.

HETEROHYPNOS

förutsätter att man redan är expert på ett område och sedan lär sig att applicera hypnosmetoder på detta område. Denna form av hypnos kallar vi ofta klinisk hypnos. För att lagligt arbeta med klinisk hypnos inom sjukvård, tandvård och terapi krävs att ansvaret för hypnosbehandling görs av en legitimerad läkare, tandläkare, psykolog eller terapeut.

SJÄLVHYPNOS

Om området är personlig utveckling är det självklara valet självhypnos. Du är expert på ditt eget liv och vet bäst hur du kan utvecklas. Det hypnotiska tillståndet finns hos varje individ och kan användas konstruktivt för utveckling. Människor går ofta in i spontana hypnotiska tillstånd och utsätts hela tiden för suggestiv påverkan från sig själva och andra.

Om vi inte tar kontroll själva över detta, är risken stor att vi använder det hypnotiska tillståndet på ett negativt sätt, som tillåter beteenden, tankar och känslor av negativ karaktär att få fäste och påverka oss på ett sätt som vi inte önskar. Självhypnos ger större medvetenhet, kontroll och styrning över denna påverkan. En viktig användning för självhypnos kan t.ex. vara att byta ut falska oönskade föreställningar, som programmerats eller "hypnotiserats" in tidigare i livet.

UTVECKLINGSHYPNOS

baseras på Milton Ericksons och Lars-Eric Uneståhls arbetsätt. De har beskrivit hypnos som ett värdefullt redskap för att stärka en klients självmedvetande och underlätta kommunikation. De använder tillståndet för att klienter ska hitta egna lösningar och verktyg för att läka sig själva eller utvecklas.

MÅLGRUPP OCH UTBILDNINGENS UPPLÄGG

Utbildningen vänder sig till dig som har en bred kompetens och arbetar med mänsklig utveckling. Det är en utmanande utbildning där du får redskap att hjälpa människor på alla nivåer till utveckling. Du lär dig om historia, definitioner, hypnotiska modeller, teknikträning, hypnotiska fenomen m.m.

KURSAFKTA

Kursform: Live- och egenträning
Examineringsform: Certifiering
Kurslängd: 5 dagars liveutbildning, plus practicum på distans (ca 21 tim).

FÖRKUNSKAPER

Certifierad ICC Coach och NLP Practitioner eller motsvarande, samt klar med Delkurs 1 och 2 i PUMT.

KURSAVGIFT

24 000 SEK, exkl. moms
30 000 SEK, inkl. moms

INFO, KURSAVGIFT

I priset ingår kursmaterial och certifiering.

CERTIFIERING

Du erhåller certifikat som HypnosCoach® genom Skandinaviska Ledarhögskolan efter godkänt Practicum. Du får också förmånen att ingå i ett nätverk för HypnosCoacher.

UTBILDNINGENS LÄNGD

Total utbildningstid för titeln Certifierad HypnosCoach® är ca 1,5 år.

KURSORT & ANMÄLAN

Se www.slh.nu/utbildningar

OM DU HAR FRÅGOR, KONTAKTA GÄRNA

Skandinaviska Ledarhögskolan tel. 019-33 22 33
E-post: info@slh.nu

Deltagare som på ett tillfredsställande sätt fullbordar kursen och utför de praktiska uppgifterna efter kursen erhåller certifiering i HypnosCoaching.

Kursen består av tre delar

- 1. Kursförberedelse**, som huvudsakligen består av egen träning.
- 2. On-site kursen** där vi varvar teoretiska genomgångar med demonstrationer, gemensam träning och tillämpningsövningar.
- 3. Practicum**, ett tillämpningsarbete som utvärderas av såväl tränare som klienter.

Exempel på innehåll

- **Hypnos: Historia och definitioner**
(fysiologiska, neurofysiologiska & psykologiska kriterier)
- Hypnos och andra alternativa medvetandeformer (likheter och olikheter)
- Hypnos och den cybernetiska modellen
- De 7 vägarna till det hypnotiska »tillståndet«.
- Utprovning och praktisering.
- Hypnotisk mottaglighet och träning för att öka sitt eget »hypnosdjup«
- Hypnotiska fenomen i experimentell och klinisk belysning.
- **Teknikträning**
Genomgång av och Träning på att använda sig av hypnotiska tekniker som:
 - Suggestioner
 - Posthypnotiska suggestioner
 - Bilder och föreställningar (självbilder, målbilder m.m.)
- **Hypnotiska fenomen**
(minne, amnesi, perceptuella förändringar, tidsdistortion m.fl.)
- Tillämpningar av hypnotiska fenomen på utvecklingshypnotiska områden
- Genomgång av hur utvecklingshypnosen kan användas för personlig utveckling och utveckling av individ, team, ledarskap och organisation
- Tillämpningar av utvecklingshypnos för skola, arbete, idrott, scenprestationer och hälsa
- Kombinationer med Mental Träning, NLP, Coaching, Dynamisk och
- analytisk träning, KPT, KBT, Mindfulness, Omedveten närvaro,
- Inlärnings- och Utvecklingsmodeller m.m.
- Det hypnotiska Miltonspråket
- Metaforens fördelar
- Struktur för hypnoscoaching

“Hypnos är ett alternativt medvetandetillstånd, som alla människor kan och bör få tillgång till, ett tillstånd där man kan upptäcka, utveckla och lära sig använda sina resurser som hjälper var och en att nå sin unika potential.
- Lars-Eric Uneståhl, 1998

Trainers

Lars-Eric och Elene Uneståhl, har lång och gedigen erfarenhet och hög kompetens i att arbeta med människors personliga utveckling samt med verksamhets- och teamutveckling. De har utbildat ca 1 200 coacher i Sverige och fått höga poäng och omdömen på kursutvärderingar.



LARS-ERIC UNESTÅHL

Grundare av Skandinaviska Ledarhögskolan och grundare av den mentala träningen, som från idrotten spridit sig till skola, hälsoområdet och företagsvärlden. Har arbetat med en mängd organisationer i Sverige och andra länder. Lars-Eric är också känd genom sina många träningsprogram, som nu finns på många språk. Eftertraktad föreläsare på internationella Hypnoskongresser. Lars-Eric är grundare av begreppet Mental Träning och medgrundare av Svenska Hypnosföreningen redan på 60- talet. Forskat i årtionden om Hypnos och skrivit ett antal böcker inom hypnos. Han drivs av visionen att skapa en Bättre Värld genom utbildning och träning.

HEMSIDA: www.unestahl.com



ELENE UNESTÅHL

Elene är beteendevetare, kognitiv- och hypnosterapeut, samt tränare inom både Mental Träning, NLP och Coaching. Arbetar både med öppna och företagsinterna utbildningar och med Executive coaching av chefer. Har arbetat 18 år med enskilda och med de flesta problem med fantastiska resultat. Specialitet är att skraddarsy individuella lösningar för den enskilde. Har skapat det nya konceptet *Omedveten Närvaro*.

HEMSIDA: www.elene.nu