



**Impulse e.V.**

SCHULE FÜR FREIE GESUNDHEITSBERUFE

## **Fachfortbildung**

# **Selbsthypnose und Mentales Training**

**- Mit Selbsthypnose zu mehr Leichtigkeit  
und Selbstvertrauen -**

Rubensstraße 20a - 42329 Wuppertal  
Tel. 0202 73954-0 - Fax 0202 73954-12  
info@impulse-schule.de  
www.impulse-schule.de  
Sparkasse Wuppertal  
IBAN DE26 3305 0000 0000 6098 42  
BIC WUPSDE33

# **Selbsthypnose und Mentales Training**

Selbsthypnose ist eine effektive Methode, die leicht erlernt werden kann und eine Fülle von Anwendungsmöglichkeiten bietet.

Durch Selbsthypnose können sowohl körperliche Beschwerden als auch einschränkende Denkgewohnheiten und Verhaltensweisen positiv beeinflusst und verändert werden.

Selbsthypnose ermöglicht Ihnen, innere Potenziale freizulegen und erfolgreich individuelle Ziele zu erreichen. Sie entwickeln mentale Stärke und lernen alltägliche Herausforderungen besser zu meistern.

Mentale Stärke kann wie ein Muskel trainiert werden. Aus der Gehirnforschung ist bekannt, dass das Gehirn die Fähigkeit besitzt sich bis in hohe Alter neu zu formen. Die gezielte Lenkung unserer Gedanken und Gefühle verändert die neuronale Struktur unseres Gehirns. Diesen Vorgang nennt man Neuroplastizität.

Auf diese Weise ist es möglich Angst in Mut, Frust in Freude und Selbstsabotage in Selbstvertrauen zu wandeln.

Aktivieren Sie durch Selbsthypnose Ihre persönlichen Ressourcen, damit Sie Ihr Leben selbstbestimmt und selbstbewusst gestalten können.

**Dozentin:**

Ramona Runcan, Hypnose-Coach, Heilpraktikerin (Psychotherapie)

**Seminarzeiten:**

Samstag 11.00 – 17.00 Uhr (45 Min. Mittagspause)

Sonntag 10.00 – 12.30 Uhr

**Seminarort:** Sindelfingen

**Seminartermine:**

Die Seminartermine können Sie auf unserer Homepage [www.impulse-schule.de](http://www.impulse-schule.de) unter Fachfortbildung abrufen. Studierende erhalten die Termine auch regelmäßig mit der Broschüre „Seminare des Fernlehrinstituts“ zugesandt.

**Kostenfreie Rücktrittsmöglichkeit**

Die Seminargebühren sind spätestens zu Seminarbeginn unter Angabe Ihres Namens, der Studiennummer (falls Sie einen Lehrgang bei uns absolvieren) und dem Titel der Fachfortbildung zu überweisen. Wir stellen die Seminargebühren auch in Rechnung, wenn Sie den Termin nicht wahrnehmen, es sei denn, Sie stornieren die Fachfortbildung schriftlich (per Post/Fax/E-Mail) bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

**Seminarausfall**

In begründeten Fällen, z.B. bei Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder bei zu geringer Teilnehmer/innen/zahl, behalten wir uns vor, das ausgeschriebene Seminar abzusagen. In diesem Fall wird eine bereits entrichtete Fachfortbildungsgebühr rückerstattet. Darüber hinausgehende Ansprüche gegen Impulse e.V. sind ausgeschlossen.

## Anmeldung zu einem Seminar

**Online-Seminaranmeldung:** Bei uns eingeschriebene Studierende können die Seminare auf unserer Homepage buchen. Es werden die zur Auswahl stehenden Seminare gelistet, Sie können erkennen, wie viele freie Plätze noch vorhanden sind und erhalten nach Ihrer Anmeldung sofort die Bestätigung nebst Anfahrtsbeschreibung an Ihre E-Mail-Adresse gesandt. Wählen Sie [www.impulse-schule.de](http://www.impulse-schule.de), dann „Login Online-Studienzentrum“.

**Schriftliche Seminaranmeldung per Fax oder Post:** Sie können sich für die Seminare auch per Post oder per Fax anmelden. Nutzen Sie hierzu bitte den folgenden Vordruck:

Seminartitel: \_\_\_\_\_

Seminarort: \_\_\_\_\_

Termin/e: \_\_\_\_\_

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Studien-Nummer (*falls vorhanden*): \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_