

**Dr. med. Hansjörg Ebell**

Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Breisacherstr. 4 / Rückgebäude  
81667 München

Telefax: 089 44769429  
e-mail: dr.h.ebell@t-online.de  
www.doktorebell.de

**Dr.H.Ebell Breisacherstr. 4/Rgb. 81667 München**

**Betr: Ihr Interesse am nächsten Hypnose-Grundkurs**

Sehr geehrte Frau Kollegin!  
Sehr geehrter Herr Kollege!

**Termine: 26./27. Januar, 27./28. April und 20./21. Juli 2018**

**Dieser Kurs ist voll belegt. Sollten Sie Interesse an einem Kurs im Jahr 2018 haben – es gibt bereits eine Warteliste – so melden Sie sich bitte mit dem Formular (s.u.) an. Ich werde Sie dann kontaktieren und auf dem Laufenden halten, ob bzw. wann genügend Teilnehmer zusammengekommen sind und Ihnen dann die Ausschreibung für eine verbindliche Anmeldung zuschicken.**

**Kursgebühr: 825 Euro** (3 Kurse à 275 Euro)

**Kurszeiten: Freitags 13:30 bis 19:00 Uhr und  
Samstags von 9:00 bis 18:00 Uhr** (Mittagspause).

Die Voraussetzungen der Weiterbildungsordnung der Bayerischen Landesärztekammer für Hypnose als „*Entspannungsverfahren*“ mit „*2 mal 8 Doppelstunden*“ (im Abstand von mindestens 3 bis 6 Monaten) werden erfüllt. Ich bin anerkannter Lehrtherapeut der Bayerischen Landesärztekammer, der DGH (Deutsche Gesellschaft für Hypnose) und der MEG (Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose).

**Kursort: Gruppenraum in meiner Praxis im Rückgebäude der Breisacherstraße 4**

Die Breisacherstraße ist vom Ostbahnhof 5 Gehminuten entfernt. Jede S-Bahn fährt über den Ostbahnhof; es gibt einen U-Bahnanschluss (U 5) sowie Busse und Straßenbahnen. Parkplätze sind gebührenpflichtig und kaum vorhanden (ein Parkhaus befindet sich in unmittelbarer Nähe in der Pariserstraße).

**Anmeldung:** Bitte das beigegefügte Formular ausfüllen und postalisch, per Fax (089 / 44769429) oder per mail (dr.h.ebell@t-online.de) zusenden.

Für Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen, kollegialen Grüßen

Hansjörg Ebell

## „Therapeutische Hypnose“

In jahrzehntelanger ärztlicher Tätigkeit (seit 1987 ausschließlich psychotherapeutisch) habe ich die psychischen und physiologischen Phänomene (z.B. Entspannung u.v.a.m.), die wir einer historischen Konvention folgend als "Hypnose" bezeichnen, für meine Arbeit als äußerst wertvoll und hilfreich schätzen gelernt. Ich sehe Hypnose und Selbsthypnose als Zugang zu einem erstaunlichen Potential der Entwicklungsgeschichte der menschlichen Spezies, von dem viele unserer Patienten in Medizin und Psychotherapie profitieren können.

Im Gegensatz zu einem weit verbreiteten Vor-Urteil bedarf es meist keiner spektakulären Effekte (wie durch das Schaustellerische der sog. "Bühnen-Hypnose" suggeriert), sondern es geht um eine sorgfältige Kommunikation und eher unauffällige Zusammenarbeit zwischen Therapeuten und Patienten auf der Beziehungsebene. Ich nenne es „Therapeutische Kommunikation“ - unterstützt durch einfache Hypnosetechniken (z.B. die Verwendung von ideomotorischen Phänomenen). Seit 1984 gebe ich dies in Hypnoseseminaren weiter.

### **Hypnose-Grundkurs** (3 aufeinander aufbauende Seminare à 8 Doppelstunden)

*Die Anforderungen der aktuell gültigen Weiterbildungsordnung der Bayerischen Landesärztekammer für Hypnose als „Entspannungsverfahren“ werden erfüllt; auch für die Abrechnung der EBM-Ziffer für Hypnose über die Kassenärztliche Vereinigungen. Entsprechende Bescheinigungen können ausgestellt werden.*

Anweisungen, die Aufmerksamkeit auf muskuläre Entspannung bzw. nach innen zu richten und diese Fokussierung im Sinne eines möglichst intensiven Erlebens durch Imaginationen zu vertiefen, sind wesentlich für die therapeutische Verwendung von Hypnosephänomenen bzw. von Suggestionen. In nachvollziehbaren Erfahrungsschritten wird Hypnose als Entspannungsverfahren bzw. als Anleitung zur Selbsthypnose vermittelt. Lernziel ist primär, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu machen (z.B. Schmerzkontrolle) und dies auch vermitteln zu können. In den ersten beiden Seminaren stehen „Loslassen können“ (Entspannung) und „nicht-willentliches Geschehen lassen“ zur Stärkung des Vertrauens in die eigenen homöostatischen Regulationskräfte im Fokus von Didaktik und Praxis. Aus der Selbsterfahrung und der Anwendung in ihrem jeweiligen Arbeitskontext werden für die Teilnehmer darüber hinaus vielfältige klinische Bezüge erwachsen, für die angemessene, komplexere hypnosystemische Ansätze thematisiert werden.

Ziel aller therapeutischen Maßnahmen ist ein individuelles, subjektiv zufriedenstellendes und objektiv angemessenes Gesamt-Therapiekonzept für den einzelnen Patienten. Um dabei den klinischen Stellenwert von Hypnose und Selbsthypnose über mögliche Entspannungseffekte hinaus zu ermitteln – selbstverständlich unter Einschluss von Medikamenten u.a. indizierten Therapiemaßnahmen – gilt es, die individuellen Erfahrungswerte des Betroffenen zu verwenden („utilisieren“) und persönliche Fähigkeiten („Ressourcen“) zu erschließen. Es ist aber auch wichtig, „Hindernisse“ für Besserung und Wohlbefinden zu identifizieren und ggf. zu bearbeiten. Da das Erleben (Leiden) und der Verlauf einer schweren Erkrankung oder Störung untrennbar mit dem Beziehungssystem (Partnerschaft, Familie, Arbeit u.a.) und den Themen des jeweiligen Lebensabschnitts sowie den Konflikten der Betroffenen verbunden ist, ergibt sich daraus oft die Indikation für eine intensive psychotherapeutische Zusammenarbeit im eigentlichen Sinn, um persönliche Entwicklungsprozesse zu fördern.

**Meine Kontaktdaten für einen möglichen Hypnose-Grundkurs 2018:**

**Termine:** z.B. **Juni, September und Dezember 2018**

**Kursgebühr:** 825 Euro (3 Kurse à 275 Euro)

Titel/Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Beruf/Funktion: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

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

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

Ort/Datum: \_\_\_\_\_

**Unterschrift:**

**Anmerkungen/Fragen:**

**Postalisch an:**            Dr. med. Hansjörg Ebell  
                                    Breisacherstr. 4 / Rückgebäude  
                                    D 81667 München

**oder:**

**Telefax:**                    +49 (0)89 44769429

**e-mail:**                     dr.h.ebell@t-online.de