Dr. med. Hansjörg Ebell
Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Breisacherstr. 4 / Rückgebäude
81667 München
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: **29./30. Januar, 9./10. April und 2./3. Juli 2027**
Kursgebühr: **900 Euro** (3 Kurse à 300 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 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 beigefügte Formular ausfüllen und postalisch oder per mail schicken.

Nach schriftlicher Bestätigung meinerseits (begrenzte Teilnehmerzahl!) wird Ihre Anmeldung durch die **Zahlung einer Kursgebühr (300 Euro) verbindlich**. Der Restbetrag (600 Euro) ist im Januar 2027 vor Kursbeginn fällig.

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 (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 im therapeutischen Kontext keiner manipulativen Techniken und spektakulärer Effekte wie bei der Bühnenhypnose. Es geht um eine sorgfältige, intersubjektive Kommunikation, um eine eher unauffällige Zusammenarbeit auf der Beziehungsebene, um „Therapeutische Kommunikation“ – unterstützt durch einfache Hypnosetechniken (z.B. Entspannungsanleitungen und ideomotorische Phänomene). Seit 1984 vermittle ich dies in Hypnoseseminaren.

Hypnose-Grundkurs (drei 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 stelle ich die entsprechenden Bescheinigungen aus.

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. Primäres Lernziel ist, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu machen (z.B. Schmerzkontrolle) und dies auch vermitteln zu können. In den ersten beiden Seminaren stehen „Loslassen können“ (Entspannung) und „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 unsere Patient:innen. 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, individuelle Erfahrungswerte des Betroffenen zu verwenden („utilisieren“) und persönliche Fähigkeiten („Ressourcen“) zu erschließen. Es ist aber auch wichtig, „Hindernisse“ (bewusste und unbewusste) 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 sind, ergibt sich daraus oft die Indikation für eine intensive psychotherapeutische Zusammenarbeit im eigentlichen Sinn, um persönliche Entwicklungsprozesse zu fördern.

© Dr. med. Hansjörg Ebell Internet: **www.doktorebell.de**

<u>Hiermit melde ich mich verbindlich zum Hypnose-Grundkurs 2027 an:</u>

Termine: **29./30. Januar, 9./10. April und 2./3. Juli 2027**
Kursgebühr: 900 Euro (3 Kurse à 300 Euro)

Titel/Name/Vorname: _____

Beruf/Funktion: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ort/Datum: _____

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten für die Organisation des Kurses gespeichert und genutzt werden (z.B. für eine Teilnehmerliste, an Ärztekammern zur Vergabe von Fortbildungspunkten und Weiterbildungsbescheinigungen). Ich kann meine Einwilligung jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen.

Unterschrift:

Anmerkungen/Fragen:

Postalisch: Dr. med. Hansjörg Ebell
Breisacherstr. 4 / Rückgebäude
D 81667 München
oder
E-mail: dr.h.ebell@t-online.de