



## *Ausbildungen und Seminare 2024*

Verbindet sich im Einklang mit dem Herzen  
inneres wie äusseres Sehen,  
wird der Schleier der Illusion durchschaut  
und der Blickwinkel unendlich erweitert.

ALEXANDRA HERDT

## Liebe Leserin, lieber Leser, Ich freue mich, dass Sie sich für mein Angebot interessieren.

Zu Beginn eine kleine Geschichte:

Ein Strom floss von seinem Ursprung in fernen Gebirgen durch sehr verschiedene Landschaften und erreichte schließlich die Sandwüste. Genauso wie er alle anderen Hindernisse überwunden hatte, versuchte der Strom nun auch, die Wüste zu durchqueren. Aber er merkte, dass – so schnell er auch in den Sand fließen mochte – seine Wasser verschwanden. Er war jedoch überzeugt davon, dass es seine Bestimmung sei, die Wüste zu durchqueren, auch wenn es keinen Weg gab. Da hörte er eine verborgene Stimme, welche ihm zuflüsterte: "Der Wind durchquert die Wüste, und der Strom kann es auch."

Der Strom wandte ein, dass er sich doch gegen den Sand werfe, aber dabei nur aufgesogen würde; der Wind aber kann fliegen, und deshalb vermag er die Wüste zu überqueren.

"Wenn du dich auf die gewohnte Weise vorantreibst, wird es dir unmöglich sein, sie zu überqueren. Du wirst entweder verschwinden, oder du wirst ein Sumpf. Du musst dem Wind erlauben, dich zu deinem Bestimmungsort hinüberzutragen."

Aber wie sollte das zugehen? "Indem du dich von ihm aufnehmen lässt."

Diese Vorstellung war für den Fluss unannehmbar. Schließlich war er noch nie zuvor aufgesogen worden. Er wollte keinesfalls seine Eigenart verlieren. Denn wenn man sich einmal verliert, wie kann man da wissen, ob man sich je wiedergewinnt? "Der Wind erfüllt seine Aufgabe", sagte der Sand. "Er nimmt das Wasser auf, trägt es über die Wüste und lässt es dann wieder fallen. Als Regen fällt es hernieder, und das Wasser wird wieder ein Fluss."

"Woher kann ich wissen, ob das wirklich wahr ist?" "Es ist so, und wenn du es nicht glaubst, kannst du eben nur ein Sumpf werden. Und auch das würde viele, viele Jahre dauern; und es ist bestimmt nicht dasselbe wie ein Fluss." "Aber kann ich nicht derselbe Fluss bleiben, der ich jetzt bin?" "In keinem Fall kannst du bleiben, was du bist", flüsterte die geheimnisvolle Stimme. "Was wahrhaft wesentlich an dir ist, wird fortgetragen und bildet wieder einen Strom."

Und der Strom ließ seinen Dunst aufsteigen in die Arme des Windes, der ihn willkommen hieß, sachte und leicht aufwärts trug und ihn, sobald sie nach vielen Meilen den Gipfel des Gebirges erreicht hatten, wieder sanft herabfallen ließ. Der Strom lernte und wurde mit jedem Tag besser.

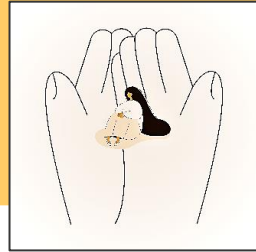
Diese Geschichte ist eine eindrückliche Metapher für Entwicklung. Alte Methoden und Strategien funktionieren ganz gut, man fließt gemächlich im Leben, so wie der Fluss sich in seinem sicheren Flussbett vorwärtsbewegt. Doch plötzlich fordert das Leben Veränderungen, alte Bewältigungsstrategien sind nicht mehr erfolgreich. Neue Strategien sind angesagt, machen aber Angst. Wir können nicht bleiben was wir sind, jedoch bleibt, was wahrhaftig und wesentlich ist.

Klienten suchen uns auf, weil sie IHREN Weg durch die Wüste finden möchten. Wir sind ihnen gute Reisebegleiter, weil wir das notwendige Werk- und Rüstzeug haben und dieses den Klienten zur Verfügung stellen können.

So hoffe ich, dass das Weiterbildungsprogramm 2024 Sie anspricht und Sie um die Wüste zu durchqueren das eine oder andere Werkzeug mitnehmen können.

Isabella C. Uhlmann

Wenn nichts mehr ist  
wie es war...



## Fundament und therapeutische Basis

### Trauma - Arbeit

#### Trauma verstehen

- Was ist ein Trauma und was geschieht bei einer Traumatisierung?
- Was geschieht im Körper bei Stress und wie funktioniert das Nervensystem?
- Einführung in die Neurobiologie – think limbic
- Schuld und Scham

#### Was ist zu tun, damit der Klient

- stabilisiert werden kann
- sich und seine Reaktionen besser verstehen lernt
- sich vom Trauma-Material distanzieren lernt /z.B. von Flashbacks)
- Zugang zu seinen Ressourcen findet
- ein schwieriges Ereignis in seine Lebensgeschichte integrieren kann
- seine Resilienz dauerhaft und nachhaltig stärken kann
- Antworten auf Sinnfragen findet
- damit er überhaupt versteht, dass er nicht verrückt ist?

#### Unterstützende Methoden wie

- Stabilisierungsübungen
- Entspannungstechniken
- Lifeline
- Arbeit mit dem inneren Kind
- Dissoziierungstechniken
- Ressourcenarbeit
- ergänzende Methoden

Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung. Für das Zertifikat benötigen Sie zusätzlich das Polyvagalseminar.

**Wann:** Modul I 25. - 27. Oktober 2024,  
Modul II 17. - 19. Januar 2025

**Kosten:** 1880.- Fr.

**Wo:** Lofthotel, Murg

Es gibt Dinge, die sind unbekannt.  
Und es gibt Dinge, die sind bekannt.  
Dazwischen gibt es Türen.

WILLIAM BLAKE



## Polyvagal-Theorie - Change of lane – somatic discovery

Die heutige Zeit fordert die Menschen sehr. Für viele Menschen ist es zuviel. Sie fühlen sich überfordert und verstehen sich selbst nicht mehr. Körperlicher und emotionaler Stress sind oft die Ursache für viele körperliche Symptome. Von Ärzten werden diese Symptome als "psychosomatisch" abgestempelt, was für den Klienten wenig weiterführend ist. Dabei gäbe es so einfache Möglichkeiten, um mit dem Stress umzugehen, so dass Seele und Körper gesund bleiben.

Für Therapeuten ist es hilfreich, den Zustand des Klienten zwischen Aktion, Entspannung und Erstarrung zu erkennen. Dadurch können Sie Ihren Klienten mit ganz spezifischen Vorgehensweisen dazu verhelfen, diesen Zustand einerseits durch Wissensvermittlung, und andererseits durch Körperarbeit zu regulieren, um ihre eigene Balance wieder zu erlangen.

Die Weiterbildung vermittelt Ihnen viele Erkenntnisse und wertvolle Tools, damit Sie mit traumatisierten (und auch mit nicht traumatisierten) Menschen noch effektiver arbeiten können.

### Lerninhalte:

- Anatomie, Physiologie des autonomen Nervensystems und das Verständnis, weswegen das Nervensystem für unser (Über)Leben und unsere Gesundheit so wichtig ist.
- Entwicklungs- und Bindungstrauma
- Hintergründe und Grundlagen der Polyvagaltheorie
- Wechselspiel zwischen körperlichem Geschehen und psychischen Erleben
- Weswegen sich Besserung oder Heilung manchmal nicht einstellt
- Wie Sie Ihren Klienten Impulse für mehr Selbstwirksamkeit geben können
- Das Potential des Selbstheilungsnerfs kennenlernen und wie Sie oder Ihre Klienten eine natürliche Balance zwischen Anspannung und Entspannung finden können.
- Resilienz trainieren

### Praktischer Teil:

- Sie lernen viele manuelle Techniken, welche sehr wertvoll als Eigenbehandlungsprogramm für Sie oder Ihre Klienten sind, kennen.
  - Zustände wie Entspannung und Ruhe etc. so unterstützen, dass eingefrorene Energien wieder in Bewegung kommen und somit bisherige Handlungs- und Verhaltensmuster verbessert werden.
- So ausgeglichen und in sich ruhend haben Sie sich selten nach einem Seminar gefühlt.**

**Kosten:** 665.- Fr. inklusive ausführlichem Kursskript

**Wann und wo:** 10. / 11. Februar 2024 in Flums

**Voraussetzung:** Therapeutische Grundlagen

Hypnose-  
mehr als nur ein Hype!



## Hypnose-Ausbildung Intensivkurs (4 Wochenend-Module)

Hypnose zu lernen ist aus vielen Gründen eine gute Entscheidung. Ob Sie ein zweites Standbein suchen, oder Hypno-therapie als Erstausbildung machen: Hypnose zu lernen lohnt sich. Meine langjährige und breitgefächerte Erfahrung aus meiner täglichen Arbeit mit Hypnose fließen in den Unterricht ein und ermöglichen Ihnen, schlussendlich auf einen grossen Werkzeugkasten zurückgreifen zu können. Die Ausbildung ist vom SBVH (schweiz. Berufsverband für Hypnose) anerkannt. Die Ausbildung wird mit max. 10 TeilnehmerInnen durchgeführt.

### Faires Preis-Leistungsverhältnis

Im ibc lernen Sie die Hypnosetherapie von Grund auf, und Alles, was Sie benötigen um sich und anderen helfen zu können im geschützten Rahmen einer Kleingruppe von nur 10 TeilnehmerInnen. Dabei eignen Sie sich alle wichtigen Kompetenzen an, welche Sie für eine erfolgreiche Praxis benötigen.

### Hypnose kompakt: Lernen Sie die verschiedenen Ansätze der Hypnose

Sie lernen die verschiedenen Techniken und Möglichkeiten der Hypnose. Und Sie lernen die Techniken so, dass Sie diese auch beherrschen. Mit der Zeit werden Sie Ihren ganz eigenen und persönlichen Hypnosestil entwickeln. Dies ist jedoch nur möglich, wenn Ihnen die verschiedensten Ansätze und Möglichkeiten der Hypnotherapie vertraut sind. Ob dies nun die Hypnoanalyse ist, oder eher das suggestive Arbeiten, ob Sie eher nach Milton H. Erickson arbeiten oder Dave Elman bevorzugen... optimal ist, wenn Ihnen alle Richtungen und Stile vertraut sind. Dadurch können Sie sich immer dem individuellen Bedürfnis und Erleben des Klienten anpassen.

### Die Ausbildung in Hypnose im ibc ist in vielerlei Hinsicht speziell:

- Sie erhalten ein sehr ausführliches Kursskript, so dass Sie zuhause bequem noch einmal alles nachlesen können.
- Betreutes üben: Sie sind nicht sich selbst überlassen, sondern werden aktiv unterstützt und begleitet.
- Sie erhalten aktive Unterstützung, auch nach der Ausbildung.
- Die Ausbildung ist umfassend, so dass Sie alle Ansätze und Methoden gelernt und geübt haben.
- Sie lernen verschiedene Konzepte, so dass Sie in der Lage sind, selbst einen für den Klienten sinnvollen Therapieablauf zu gestalten, weil Sie über einen grossen Werkzeugkasten an verschiedenen Techniken und Methoden verfügen, und dass Sie Ihren persönlichen Stil finden können.
- Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt auf der Hypnoanalyse, dem Königsweg der modernen Hypnosetherapie.

**Wann:** Mod. I: 13./14. Jan.24 (Flums) Mod. II: 23./24. März 24 (Lofthotel, Murg)  
Mod. III: 127./28. April 24, (Lofthotel Murg) Mod. IV: 25./26. Mai 24 (Lofthotel, Murg)

**Kosten:** 3140.- (Ratenzahlung möglich) inkl. ausführlichem Skript (inkl. Annullationskostenversicherung, welche jedoch keinen Bestandteil des Kurspreises bildet, sondern kulanterweise für Sie abgeschlossen wird.)

**Wo:** Flums und Lofthotel Murg

**Beachten Sie die kostengünstigeren Packages.**

Leben lässt sich nur rückwärts verstehen,  
muss aber vorwärts gelebt werden.

SÖREN KIERKEGARD



## Reinkarnationstherapie

### Rückwärts gehen, um vorwärts zu kommen

Mit Reinkarnationstherapie lernen Sie eine der effektivsten Methoden, um Menschen in ihren Prozessen sinnvoll zu unterstützen.

#### Gute Gründe sprechen für die Ausbildung in Reinkarnationstherapie

- Die Reinkarnationstherapie ist sehr populär und erfreut sich enormer Nachfrage.
- Sie ist eine praxisnahe Möglichkeit für Quereinsteiger und praktizierende Therapeuten.
- Einzigartige Kombination aus verschiedenen Therapiemethoden vereint in einem.
- Sie ist eine der effektivsten Methoden, welche schnell zu sichtbaren und nachhaltigen Ergebnissen führt.

#### Die Kombination macht es aus

Bei der Reinkarnationstherapie handelt es sich zwar um eine trendige Therapiemethode, vielmehr ist jedoch zu betonen, dass es sich um ein ganzheitliches und philosophisches Konzept handelt. Die Reinkarnationstherapie wie ich sie anwende und unterrichte, ist eine Mischung aus:

- Ego-States-Therapie
- Hypnosetherapie, respektive der Regression
- Elementen der Trauma-Therapie
- Elementen von Impacttechniken und der aktiven Imagination nach C.G. Jung

#### Innere Bilder – hoch wirksam

Die Wirksamkeit von Imaginationenverfahren ist längst bewiesen. Die Menschen wissen seit Jahrhunderten um die Heilkraft der inneren Bilder, denken Sie z.B. an den Tempelschlaf in der Antike, schamanische Reisen etc. C.G. Jung benutze in seinen Therapien ebenfalls innere Bilder um mit dem Unterbewusstsein in Kontakt zu kommen um seelische Verletzungen zu heilen.

#### Hoher Selbsterfahrungswert

Die Ausbildung findet in Kleingruppen von max. 10 TeilnehmerInnen statt. Dies bietet einen hohen Selbsterfahrungswert und ist praxistauglich. So, dass Sie das Gelernte nach der Ausbildung sofort anwenden können.

**Wann:** Modul I: 9./10. März 24  
Modul II: 4./5. Mai 24  
Modul III: 22./23. Juni 24

**Wo:** im Lofthotel Murg

**Kosten:** 3320.- Fr. inkl. ausführlichem Skript (inkl. Annullationskostenversicherung, welche jedoch keinen Bestandteil des Kurspreises bildet, sondern kulanterweise für Sie abgeschlossen wird.)

**Beachten Sie die kostengünstigeren Packages.**

Wer vom Ziel nichts weiss,  
kann den Weg nicht haben,  
wird im selben Kreis all sein Leben traben.

CHRISTIAN MORGENSTERN



## Chakren – Arbeit: Ruhe – Stille - ankommen

Chakrenarbeit ist eine energetische und ganzheitliche Arbeit. Sie wirkt sich auf Körper, Seele und Geist aus. Das Arbeiten mit Chakren ist sehr meditativ und still. Diese Arbeit ist sehr effektiv und unterstützt therapeutische, respektive seelische Prozesse.

### Direkter Einfluss auf Körper

Die Chakren stehen in enger Verbindung zu unserem Nervensystem. Das vegetative Nervensystem steuert eine Vielzahl von Körperfunktionen wie Blutdruck, Atmung, Herzfrequenz, Verdauung etc. Störungen im Energiesystem beeinflussen über Gedanken und Gefühle unser vegetatives Nervensystem. Mit einem bewussten Lebensstil, geprägt von einem achtsamen Umgang mit unserem Körper und einer liebevollen Zuwendung unserer Seele, können wir unsere Chakren ausgleichen und sie in harmonischer Balance halten.

### Heilsame Resonanz

Die Chakra-Arbeit nutzt diese heilsamen Resonanzen, um die Heilung der Chakren zu unterstützen und zu erleichtern. Zwei Wirkmechanismen spielen dabei eine besondere Rolle: Einerseits handelt es sich um reine Schwingungsinformationen, welche das Energiesystem gewissermassen an seinen ursprünglich heilen Zustand erinnern und andererseits wirkt sich die Resonanz auf energetische Blockaden wie ein "Fleckenentferner" aus. Die Schwingungsmuster werden durch den sanften, und dennoch starken Einfluss der Resonanzschwingung ins Bewusstsein gebracht. Energetische Blockaden lockern sich, darunterliegende seelische Themen werden bewusst und können dadurch losgelassen werden.

### Seminarinhalt

- Stärkung der sensitiven Wahrnehmung
- Grundlehre der Schichten und Ebenen der Aura
- Aurafarben und ihre Bedeutung
- Einführung in die Chakrenlehre
- Qualität jedes Chakras verstehen
- Gegenüberstellung des Komplementärchakras
- Erfühlen, erspüren und ertasten der Aura und der Chakren
- Aurareinigung mittels verschiedenen Techniken
- meditative oder schamanische Reisen ausgelöst durch die Chakrenarbeit

**Wann und wo:** 5. – 6. Oktober 2024 im Lofthotel Murg

**Kosten:** 665.- Fr. inklusive ausführlichem Skript.

Es könnte auch  
einfacher gehen



## Kompetenzen erweitern

Manchmal verlieren wir in der Therapie den roten Faden, oder „es“ macht etwas mit uns. Dies ist im therapeutischen Alltag normal, das kommt einfach vor. Da ist es hilfreich, wenn jemand von „ausen“ weiterführende Inputs und Möglichkeiten geben kann. Dies kann in einer Einzelsupervision geschehen, oder noch besser: in der Gruppe. Denn da könnten alle profitieren... denn wir begegnen immer wieder ähnlichen Schwierigkeiten.

### Supervision in der Gruppe per Zoom

- Gemeinsam in einer Gruppe Sitzungen besprechen
- Lösungen finden - Möglichkeiten erarbeiten
- Kreativ sein - tiefer gehen

#### **Supervisionsabende für RT 2 Abende für 100.00 Fr.**

13. Februar 1845 - 2100 Uhr,

12. Sept. 2017, 1845 - 2100 Uhr

#### **Supervisionsabende für Hypnose 2 Abende für 100.00 Fr.**

3. September 2024, 1845 - 2100 Uhr,

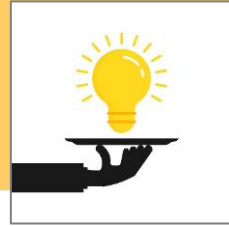
22. Oktober 2024, 1845 - 2100 Uhr

### Persönliche Supervision

- Effektiv und schnell - kostengünstig
- Ich erhalte die Sitzung(en) als Word-Dokument
- Dies ermöglicht mir einen schnellen Überblick
- Wir machen einen Telefontermin ab und besprechen die Sitzung(en)
- Ich verrechne zu meinen normalen Sitzungstarif nach Minuten ab



## Ganz allgemein



Liebe Leserin, lieber Leser,  
ich bedanke mich für Ihr Interesse und hoffe, dass Sie mein vorliegendes Weiterbildungsprogramm ansprechend finden. Da ich mit Kleingruppen arbeite, ist die Teilnehmerzahl limitiert.

Sie wollen einen Seminartag und sich weiterzubilden, um zu vertiefen etc?  
Gern führe ich nach Absprache mit Ihnen solche 1-Tages-Workshops durch. Nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

### **Rücktrittsversicherung:**

Da vor allem bei den mehrtägigen Seminaren nicht kurzfristig Ersatz für einen ausfallenden Teilnehmer gefunden werden kann, ist für Seminare ab 1000.-- Fr. eine Annullationskostenversicherung bei AXA im Preis inbegriffen. Diese kommt, ähnlich wie Sie dies von Reiserücktrittsversicherungen kennen, für unvorhergesehene Verhinderungsgründe wie Krankheit, Unfall etc. auf. Ansonsten gelten die aufgeführten Rücktrittsbedingungen.  
Bitte lesen Sie die AGB auf meiner Webseite.

### **Packages: (gelten nur im ibc)**

Buchen Sie von Beginn an Reinkarnationstherapie, Polyvagalthorie und Trauma-Therapie, erhalten Sie auf den Gesamtpreis eine Reduktion von 300.00 Fr.

Buchen Sie von Beginn an Reinkarnationstherapie und Hypnose erhalten Sie auf den Gesamtpreis eine Reduktion von 260.00 Fr.

Buchen Sie von Beginn an Hypnose und Trauma-Therapie (inkl. Polyvagalthorie) erhalten Sie auf den Gesamtpreis eine Reduktion von 200.00 Fr.

**APAMED: Bitte beachten Sie mein Seminarangebot in der Apamed: Schlafseminar, Hypnose, Reinkarnationstherapie, Polyvagal-Theorie und Chakra - Seminar**

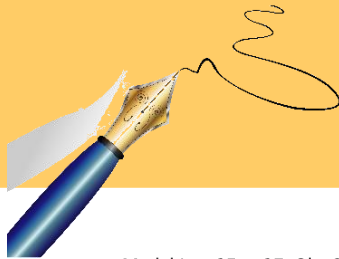
Haben Sie Fragen: Kontaktieren Sie mich – gern gebe ich Ihnen Auskunft.

Isabella C. Uhlmann  
Unterdorf 18  
8718 Schänis  
081 710 54 52  
info@rueckfuehrungen.ch



[www.rueckfuehrungen.ch](http://www.rueckfuehrungen.ch)

# Anmelden



- Trauma (Master)      Modul I: 25. – 27. Okt. 24  
  Modul II: 17.- 19. Jan. 25
- Polyvagal-Seminar      10. / 11. Feb. 24
- Chakra-Seminar      5./6. Okt. 24
- Reinkarnationstherapie-  
Ausbildung      Modul I: 9./10. März 24  
                                Modul II: 4./5. Mai 24  
                                Modul III: 22./23. Juni 24
- Hypnose-Ausbildung:      Mod. I: 13./14. Jan.24,  
  Mod. II: 23./24. März 24  
  Mod. III: 27./28. April 24  
  Mod. IV: 25./26. Mai 24
- Supervisionsabende RT      13. Feb. und 3. Sept. 24 (nur zusammen buchbar)
- Supervisionsabende Hypnose      12. März und 22. Okt. 24 (nur zusammen buchbar)

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

Strasse \_\_\_\_\_ Geb. Datum \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

**Beachten Sie bitte die Rücktrittsbedingungen, die Anmeldung ist verbindlich.  
und lesen Sie die AGB auf der Webseite: [www.rueckfuehrungen.ch](http://www.rueckfuehrungen.ch).**

Bei Stornierung erhebe ich folgende Stornogebühren:  
Bis 61 Tage vor Kursbeginn 5% des Gesamtbetrages.,  
60 – 31 Tage vor Kursbeginn 25 % des Gesamtbetrages,  
30 – 15 Tage vor Kursbeginn 50 % des Gesamtbetrages und  
14–0 Tage vor Kursbeginn 100 % des Gesamtbetrages