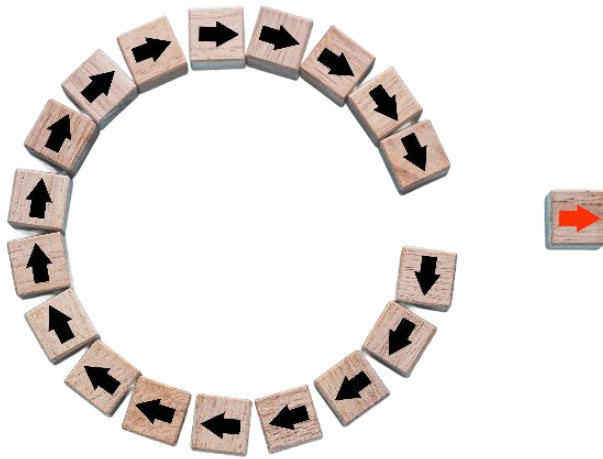


Seminare & Weiterbildungen 2026



Change the lane

Jeder neue Anfang kommt aus einem anderen Anfangs Ende.

Seneca



Liebe Leserin, lieber Leser

**Wenn wir auf unserem Weg nicht achtsam sind,
übersehen wir viele Kostbarkeiten, seien dies Fähigkeiten oder Potentiale.**

In Italien kursiert die Geschichte von einem Grafen, der sehr alt wurde, weil er ein Lebensgenießer par excellence war. Niemals verließ er das Haus, ohne sich zuvor eine Handvoll Bohnen einzustecken. Er tat dies nicht etwa, um die Bohnen zu kauen. Er nahm sie mit, um so die schönen Momente des Tages bewusster wahrzunehmen und um sie besser zählen zu können.

Für jede positive Kleinigkeit, die er tagsüber erlebte – zum Beispiel eine nette Konversation auf der Straße, das Lächeln seiner Frau und Lachen seiner Kinder, ein köstliches Mal, eine feine Zigarre, einen schattigen Platz in der Mittagshitze, ein gutes Glas Wein – kurz: für alles, was die Sinne erfreut, ließ er eine Bohne von der rechten in die linke Jackentasche wandern. Manche Begebenheit war ihm gleich zwei oder drei Bohnen wert.

Abends saß er dann zu Hause und zählte die Bohnen aus der linken Tasche. Er zelebrierte diese Minuten. So führte er sich vor Augen, wie viel Schönes ihm an diesem Tag widerfahren war und freute sich des Lebens. Und sogar an einem Abend, an dem er bloß eine Bohne zählte, war der Tag gelungen, hatte es sich zu leben gelohnt.“

HORST CONEN

Auch Therapie und Therapiemethoden befinden sich im stetem Wandel und Wachstum. Neue Wege und Methoden ermöglichen optimales Arbeiten mit Klientinnen und Klienten. Dies veranlasst mich ebenfalls, gewohnte Wege zu verlassen und neue zu beschreiten. Und ich bemühe mich, viele Bohnen für Ihre Therapeuten-Tasche zu geben.

Für das Jahr 2026 sind altbewährte Weiterbildungen wie die Polyvagal-Theorie und die Traumatherapie, sowie die Ausbildungen Reinkarnationstherapie und in Hypnose vorgesehen. Ich freue mich, Sie in einer Aus- oder Weiterbildung begrüßen zu dürfen!

Isabella C. Uhlmann

Polyvagaltheorie Vagusnerv – unser innerer Anker

**Wir denken gerne, dass unser Gehirn die Show steuert.
Aber in Wirklichkeit beginnt sie in unserem Körper,
in unserem Nervensystem.**

DEB DANA



Die heutige Zeit fordert die Menschen sehr. Für viele Menschen ist es zu viel. 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 Selbstheilungs nervs kennenlernen und wie Sie oder Ihre Klienten eine natürliche Balance zwischen Anspannung und Entspannung finden können.
- Mit gezielt geführten Herangehensweisen lernen Sie sich und Ihre "Zustände" kennen.
- Ergänzend sind Übungen der strukturellen Therapie.

Praktischer Teil:

- Sie lernen viele manuelle Techniken, welche sehr wertvoll als Eigenbehandlungsprogramm für Sie oder Ihre Klienten sind, kennen.
- Sie lernen, Zustände wie Entspannung und Ruhe etc. so unterstützen, dass eingefrorene Energien wieder in Bewegung kommen und somit bisherige Handlungs- und Verhaltensmuster verbessert werden.

Kosten: 665 CHF inklusive ausführlichem Kursskript

Wann und wo: 30./31. August 2025 im Lofthotel in Murg

oder

30./31. Mai 2026 im Lofthotel in Murg

Voraussetzung: Therapeutische Grundlagen

**Wer aufhört, besser werden zu wollen,
hört auf, gut zu sein.**

MARIE VON EBNER-ESCHENBACH



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,
- Wut und Rage

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.

Modul I 9. - 11. Januar 2026

Modul II 6.- 8. März 2026

Kosten: 1880 CHF inkl. ausführlichem Kursskript

Beachten Sie das kostengünstigere Package

Hypnose, mehr als nur ein Hype

**Es gibt Dinge, die Du weisst,
ohne zu wissen, dass Du sie weisst.**

MILTON H. ERICKS



Hypnose zu lernen ist aus vielen Gründen eine gute Entscheidung. (Intensivkurs 4 Wochenend-Module)

Ob Sie ein zweites Standbein suchen, oder Hypnosetherapie 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.

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: 5./6. Sept. 2026
Mod. III: 5./6. Dez. 2026

Mod. II: 17./18. Okt. 2026
Mod. IV: 23./24. Jan. 2027

Kosten: 3140.- (Ratenzahlung möglich) inkl. ausführlichem Skript

Wo: Lofttotel Murg

Beachten Sie die kostengünstigeren Packages.

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

SÖREN KIERKEGARD



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 der aktiven Imagination nach C.G. Jung

Innere Bilder – hoch wirksam

Die Wirksamkeit von Imaginationsverfahren 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 benutzte in seinen Therapien ebenfalls innere Bilder um mit dem Unterbewusstsein in Kontakt zu kommen um seelische Verletzungen zu heilen.

Hoher Selbsterfahrungswert

Die Ausbildung bietet einen hohen Selbsterfahrungswert und ist praxistauglich. So, dass Sie das Gelernte nach der Ausbildung sofort anwenden können.

Wann und wo: Modul I 13.-15. März 2026 im Lofthotel in Murg
Modul II 24.-26. April 2026 im Lofthotel in Murg

Kosten: 2240 CHF inkl. ausführlichem Skript

Liebe Leserin, lieber Leser,

ich bedanke mich für Ihr Interesse und hoffe, dass Sie mein vorliegendes Weiterbildungsprogramm ansprechend finden. Da ich mit Kleingruppen von max. 9-10 TN arbeite, ist die Teilnehmerzahl limitiert.

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

Sie wollen ein Seminar wiederholen?

Für 25% des Gesamtpreises können Sie ein Seminar in Murg wiederholen. Kontaktieren Sie mich, gern gebe ich Ihnen Auskunft.

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. Sie bildet jedoch keinen Ausbildungs- oder Seminarkostenanteil. Ansonsten gelten die aufgeführten Rücktrittsbedingungen.

Bitte lesen Sie die AGB auf meiner Webseite.

Packages: (gelten nur im ibc)

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

APAMED: Bitte beachten Sie mein Seminarangebot in der Apamed: Hypnose, Reinkarnations-therapie, Polyvagal-Theorie, Traumatherapie.



- | | | |
|-----------------------|------------------------------------|---|
| ☐ | Trauma – Therapie 2026 | Modul I: 9.-11. Jan. 26
Modul II: 6.-8. März 26 |
| ☐ | Reinkarnationstherapie 2026 | Modul I 13.-15. März 26
Modul II 24.-26. April 26 |
| ☐ | Polyvagal-Seminar | 30./31. Mai 2026 |
| ☐ | Hypnose-Ausbildung: | Mod. I: 5./6. Sept. 2026
Mod. II: 17./18. Okt. 2026
Mod. III: 5./6. Dez. 2026
Mod. IV: 23./24. Jan. 2027 |

Name, Vorname _____

Strasse _____ Geb. Datum _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____ Mail _____

Datum _____ Ort _____

Unterschrift _____

Bei Seminaren ab 1000 CHF ist eine Annullationskostenversicherung inkludiert, welche jedoch keinen Bestandteil des Kurspreises bildet, sondern kulanterweise für Sie abgeschlossen wird.

Beachten Sie bitte die Rücktrittsbedingungen, die Anmeldung ist verbindlich und lesen Sie die AGB auf der Webseite: 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

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

www.rueckfuehrungen.ch

