

## Wie du die für dich passende Hypnoseausbildung findest



**Die passende Hypnoseausbildung zu finden ist leicht, wenn man sich die richtigen Fragen stellt.**

Wenn du dir nicht sicher bist, für welche Hypnoseausbildung du dich entscheiden sollst, wird dir dieser Leitfaden viel Zeit, Geld und Nerven sparen.

Viele Hypnoseinteressierte gehen bei der Suche nach der „perfekten“ Ausbildung recht unstrukturiert vor. Die möglichen Folgen:

1. Man fühlt sich rasch von dem großen Angebot an Hypnoseseminaren überfordert und kann sich einfach nicht für EINEN Kurs entscheiden. Nicht selten schiebt man dann die Entscheidung immer weiter auf, bis man die Idee, ein Hypnoseseminar zu besuchen, ganz verwirft.
2. Man entscheidet sich „aus dem Bauch heraus“ für ein Hypnoseseminar und stellt im Nachhinein fest, dass dieser Kurs gar nicht der richtige für einen war.

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>



Beide Szenarien sind leicht zu vermeiden, wenn man ein paar Punkte beachtet und sich im Vorfeld die richtigen Fragen stellt. Als Allererstes solltest du dir darüber im Klaren sein, ob du dich im weitesten Sinne für Showhypnose oder therapeutische Hypnose (Hypnosetherapie) interessierst. Möchtest du Hypnose primär dazu nutzen, um Menschen zu beeindrucken und die Kraft ihrer Gedanken erleben zu lassen? Oder geht es dir darum als (haupt- oder nebenberuflicher) Therapeut oder Coach bei deinen Patient:innen/Klient:innen rasch und nachhaltig positive Veränderungen zu erzielen? Wenn du dir über diesen Punkt im Klaren bist, bist du schon einen großen Schritt weiter.

Sollte es die Showhypnose sein, die dich fasziniert, kannst du schon jetzt unzählige Hypnoseseminare für dich ausschließen und deine Suche stark eingrenzen. Als Einsteiger:in würde ich dir einen Wochenend-Kurs (in Präsenz, also kein Webinar) empfehlen. Mehr bedarf es zunächst einmal nicht, um die Grundlagen der Hypnose (einschließlich verschiedener Schnellinduktionen und hypnotischer Phänomene) zu erlernen.

Wenn du dich hingegen für die therapeutische Hypnose interessierst, solltest du dir noch über ein paar weitere Punkte Gedanken machen. Hierzu zählen beispielsweise:

### **Möchtest du dich auf eine bestimmte Zielgruppe fokussieren?**

Mögliche Zielgruppen wären beispielsweise Kinder und Jugendliche. Oder schwangere Frauen und deren Partner:innen (Stichwort: Hypnobirthing).

### **Möchtest du eine bestimmte Hypnosetechnik lernen?**

Vielleicht hast du schon einmal Begriffe wie den Yager Code®, die Auflösende Hypnose®, die Rapid Transformation Therapy (RTT®), das Simpson Protokoll® oder dergleichen gehört und interessierst dich für eine dieser Hypnosetechniken. In diesem Falle brauchst du nur nach den entsprechenden Schlagwörtern zu googlen und wirst jeweils vermutlich nur einen einzigen Ausbilder (oder einige wenige) in Deutschland finden. Der Hintergrund ist der Folgende: Diese Techniken wurden von irgendjemandem „entwickelt“. Anschließend hat sich der „Erfinder“ die entsprechende Hypnosetechnik patentieren (bzw. rechtlich schützen) lassen. Für den Patentinhaber hat dies den großen Vorteil, dass fortan nur von ihm autorisierte Personen diese Technik lehren bzw. anwenden und damit werben dürfen. Ist das nun gut oder schlecht? Diese Frage lässt sich nicht ohne Weiteres beantworten. Wir können jedoch versuchen uns der Antwort auf Umwegen zu nähern:

Sind viele dieser patentierten Techniken wirksam?

Ja!

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>



Sind diese Techniken wirksamer als andere Hypnosetechniken?

Ich denke, nein, bzw. nicht unbedingt. Viele dieser Techniken sind einander sehr ähnlich und nicht selten einfach nur eine Variation klassischer Standardtechniken. Irreführend finde ich persönlich, wenn diese Techniken so angepriesen werden, als seien sie das Nonplusultra. Als bräuchte es nur diese EINE Technik, um ALLE Patient:innen (ALLE möglichen Themen) erfolgreich behandeln zu können. Das entspricht nicht meiner Erfahrung und ich habe zahlreiche dieser Kurse besucht.

Fakt ist: Es gibt verschiedene Hypnosetechniken, die sich immer wieder aufs Neue bewähren und die ich täglich bei meinen Patient:innen anwende. Es gibt darunter jedoch keine Technik, die wirklich auf ALLE Patient:innen und Themen gleichermaßen anwendbar ist.

**Aus meiner Sicht kann man als Hypnosetherapeut:in nur dann nachhaltig erfolgreich sein, wenn man verschiedene Hypnosetechniken beherrscht und individuell auf seine Patient:innen/Klient:innen eingeht.**

Interessierst du dich für eine bestimmte Technik, um deine Tool-Box um eine weitere Technik zu erweitern? Super, dann leg am besten sofort los!

Interessierst du dich für eine bestimmte Technik, um zukünftig all deine Patient:innen nur mit dieser einen Technik zu behandeln? Dann sei dir bitte bewusst, dass du nicht für all deine Patient:innen/Klient:innen das bestmögliche Ergebnis erzielen wirst.

**Wie möchtest du am liebsten mit deinen Patient:innen/Klient:innen arbeiten?**

Möchtest du eher skriptbasiert bzw. nach einem vorgegebenen Schema arbeiten? Oder liebst du es deiner Intuition zu vertrauen (folgen) und möchtest eher das freie therapeutische Arbeiten in hypnotischer Trance erlernen?

Ersteres hat den Vorteil, dass du einen mehr oder weniger festen Ablauf hast. Der Nachteil jedoch ist, dass die Technik unter Umständen recht starr und unflexibel ist. Sie lässt sich somit ggf. nur bedingt an die individuellen Bedürfnisse des Patienten/Klienten anpassen. Bei der freien Arbeit in hypnotischer Trance hingegen gehst du sehr individuell auf den Patienten/Klienten ein, musst jedoch auch in deinem Denken flexibel sein und lernen deiner Intuition zu vertrauen.

Anmerkung: Für mich ist das freie therapeutische Arbeiten in hypnotischer Trance die Königsdisziplin. Nichtsdestotrotz sollte jeder ambitionierte Hypnosetherapeut auch eine definierte Auswahl an praxisbewährten skriptbasierten Methoden beherrschen.

**Möchtest du dich auf ein bestimmtes Thema spezialisieren?**

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>



Möglicherweise liegt dir ein bestimmtes Thema besonders am Herzen und du weißt schon jetzt, auf welches Problem du dich langfristig spezialisieren möchtest. In diesem Falle solltest du dir einen Ausbilder suchen, der bereits erfolgreich in diesem Bereich tätig ist.

### **Heilung in nur einer einzigen Sitzung**

Auch wenn die Hypnosetherapie ein hocheffektives Verfahren ist, mit dem sich nachweislich hervorragende Ergebnisse in oft nur wenigen Sitzungen erzielen lassen: Sei bitte vorsichtig, wenn damit geworben wird, dass du nach erfolgreicher Ausbildung all deine Patient:innen/Klient:innen in einer einzigen Sitzung heilen wirst. Ja, es gibt Themen, die sich in einer einzigen Sitzung nachhaltig auflösen. Bei komplexeren Problemen (emotionalen Verletzungen, Traumen usw.) bedarf es jedoch nahezu immer mehrerer Sitzungen.

### **Die Wahl des Ausbilders**

Achte bei der Auswahl des Ausbilders darauf, dass dieser über ausreichend praktische Erfahrung im Bereich der Hypnosetherapie verfügt. Hypnosetherapie bei jemandem zu lernen, der selbst nicht als Hypnosetherapeut:in tätig ist (oder zumindest war), macht aus meiner Sicht wenig Sinn. Wie soll diese Person wissen können, welche Techniken wirklich in der Praxis funktionieren?

Zudem halte ich es für sehr sinnvoll, wenn der Ausbilder selbst eine Heilerlaubnis besitzt, d.h. Heilpraktiker, Heilpraktiker für Psychotherapie, Arzt oder Psychotherapeut ist. Auch wenn du selbst später als Hypnosecoach tätig werden möchtest, wirst du im Rahmen der Ausbildung hiervon profitieren. (Anmerkung: Wenn du gerne wissen möchtest, was den Hypnosecoach vom Hypnosetherapeuten unterscheidet, lies auch meinen [Blogbeitrag](#) dazu.)

### **Praxisorientierte Ausbildung**

Achte bei der Auswahl des Kurses auf einen hohen Praxisanteil. Viele Seminaranbieter:innen vermitteln ihren Teilnehmer:innen ein dickes Theoriepaket, vergessen dabei jedoch das Wesentliche: die Praxis.

Wenn man lernen möchte, effektiv zu hypnotisieren, führt kein Weg an praktischen Übungen vorbei. So wie man eine Sprache am besten lernt, wenn man sie spricht, wollen auch die theoretischen Grundlagen der Hypnose in der Praxis angewendet werden, um sich wirklich zu einer neuen Fähigkeit entwickeln zu können.

### **Präsenzveranstaltung oder Onlineausbildung?**

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>



Hypnose-Beginner:innen würde ich stets eine Präsenzveranstaltung empfehlen. Bereits erfahrene Hypnosetherapeut:innen hingegen können ggf. auch in einer Onlineausbildung zusätzliche Techniken erlernen. Die Grundlagen sollten hier jedoch bereits gefestigt sein.

## **Ausbildungsstruktur und zeitlicher Umfang der Ausbildung**

Um eine einzelne Technik oder in einem Hypnose-Grundkurs zunächst einmal die Grundlagen der Hypnose (einschließlich verschiedener Schnellinduktionen und hypnotischer Phänomene) zu erlernen, reicht in der Regel ein Wochenendseminar aus. Suchst du hingegen eine umfassende Hypnoseausbildung, solltest du dir ein paar zusätzliche Gedanken machen:

Bevorzugst du eine Kompaktausbildung, in der du in einem einzigen zusammenhängenden Seminar alles Notwendige erlernst, um anschließend selbst als haupt- oder nebenberuflicher Hypnosetherapeut/Hypnosecoach tätig werden zu können? Oder interessierst du dich eher für eine modulare Ausbildung, in der du nach und nach mehrere aufeinander aufbauende Kurse belegst?

Solltest du dich für einen Kompaktkurs interessieren: Aus meiner Sicht lassen sich die wirkungsvollsten Hypnosetherapie-Techniken (zusammen mit den Grundlagen der Hypnose) in einer intensiven Woche erlernen.

## **Teilnehmerzahl**

Neben den Kursinhalten und der Auswahl des Ausbilders kann auch die Gruppengröße ein Kriterium sein, welches man beachten sollte. Kleine Gruppen (bis maximal 20 Personen) haben in der Regel den Vorteil, dass der Ausbilder deutlich intensiver auf jeden einzelnen Teilnehmer und dessen Bedürfnisse eingehen kann, während man in großen Gruppen eher mal in der Masse untergeht (vor allem, wenn man eher zurückhaltender und schüchterer Natur ist).

## **Unterstützendes Ausbilder-Team vor Ort**

Woher weißt du am Anfang, ob du alles richtig gemacht hast? Durch Feedback. Da es keinem Ausbilder möglich ist, sich bei den praktischen Übungen selbst um alle Teilnehmer:innen zu kümmern, ist es sehr wichtig, dass er vor Ort von einem erfahrenen Team unterstützt wird. Nur, wenn du während des Kurses ehrliche Rückmeldung bekommst, weißt du am Ende der Ausbildung sicher, was du kannst.

## **Nachbetreuung**

Bietet dein Ausbilder eine Form der Nachbetreuung? Falls ja: Wie sieht diese aus? Nicht selten werden Kursteilnehmer:innen nach dem Seminar alleingelassen. Das

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>



halte ich für ungut, denn gerade die ersten Wochen nach Ausbildungsabschluss sind oft entscheidend für den weiteren Erfolg, wenn es darum geht, ins Tun zu kommen und eine eigene Praxis zu gründen.

Im Rahmen der Nachbetreuung können beispielsweise:

- Fragen, die sich zwischenzeitlich ergeben, besprochen werden
- persönliche Ziele festgelegt und ein Plan, um diese zu erreichen, erstellt werden
- einzelne Techniken noch weiter vertieft werden

## **Unterstützung bei der Praxisgründung**

Effektive Hypnosetechniken zu beherrschen ist die unabdingbare Voraussetzung, um eine erfolgreiche Praxis für Hypnosetherapie aufzubauen. Doch damit allein ist es noch nicht getan, denn die Patient:innen/Klient:innen müssen ja auch erst einmal auf dich aufmerksam werden. Gerade, wenn du in diesem Punkt noch unerfahren bist, solltest du bei der Auswahl des Ausbilders auch darauf achten, dass dich dieser nach dem Kurs nicht alleinlässt, sondern dich beim Aufbau deiner eigenen Praxis mit wertvollen Tipps versorgt und/oder aktiver Unterstützung begleitet. Gerade bei der Praxisgründung gibt es viele Punkte zu beachten, also nutze die Erfahrung deines Ausbilders. Er ist den Weg schon gegangen und kann dir sicher wertvolle Tipps zum Thema Webseitengestaltung, Preisgestaltung usw. geben. Gute Ausbilder:innen unterstützen dich gerne beim Aufbau einer erfolgreichen Praxis, denn es gibt keine bessere Werbung als Erfolgsgeschichten ehemaliger Kursteilnehmer:innen.

## **Der Kurspreis**

Der Kurspreis sollte nicht das Haupt-Entscheidungskriterium sein. Wichtiger ist, dass die gelehrt Inhalte auch wirklich dem entsprechen, was du gerne lernen möchtest, und der Ausbilder nicht nur fachlich kompetent ist, sondern auch zu dir passt. Bist du eher ein Tony-Robbins-Typ und suchst einen Ausbilder, der dich mitreißt? Oder liegt dir eine ruhigere Gangart mehr?

Bitte nicht falsch verstehen: Ein höherer Preis ist kein Garant für eine qualitativ bessere Ausbildung! Mir ist an dieser Stelle nur wichtig, dass es wenig Sinn macht, sich für einen Kurs zu entscheiden, der eigentlich gar nicht zu einem passt, nur weil er preiswerter ist.

## **Stornobedingungen und Geld-zurück-Garantie**

Sicherlich ebenfalls nicht der ausschlaggebende Faktor, und doch sollte man sich bei Buchung auch der Stornobedingungen bewusst sein. Vor allem, wenn der Kurs erst in einigen Wochen oder gar Monaten stattfindet, ist es immer möglich, dass man aus persönlichen oder gesundheitlichen Gründen an dem Termin verhindert ist. Ist eine

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>



Stornierung kostenfrei oder kostenpflichtig? Gibt es die Möglichkeit zur kostenlosen Umbuchung auf einen anderen Termin? Bietet der Ausbilder unter Umständen sogar eine Geld-zurück-Garantie für den Fall, dass du mit den Erfahrungen während des Kurses nicht zufrieden bist? Dies minimiert dein Risiko maximal und sagt dir schon einmal, dass der Kursleiter auch wirklich von dem überzeugt ist, was er in seiner Kursbeschreibung anpreist.

**Mehr Infos zur Intensivausbildung Hypnotherapie findest du hier:**

<https://dr-carsten-buse.de/project/intensivausbildung-therapeutische-hypnose/>

