



## Seminare & Weiterbildungen 2025

**Die Energie folgt dem Denken;  
wir bewegen uns auf das zu, was wir uns vorstellen,  
aber nicht darüber hinaus.  
Was wir annehmen, erwarten oder glauben,  
färbt und schafft unsere Erfahrung;  
indem wir unsere Erwartungen ändern,  
verändern wir unser Lebenserfahrung in allen Aspekten.  
Lebe mit grossen Erwartungen,  
und grosse Dinge geschehen.**

ART FETTIG

## Liebe Leserin, lieber Leser



Ein alter Indianer sass mit seinem Enkelsohn am Lagerfeuer. Die Nacht hatte sich über das Land gesenkt und das Feuer knackte und krachte, während die Flammen hoch hinaus in den Himmel züngelten.

Nach einer langen Weile des Schweigens sagte der Alte zu seinem Enkel: „Weißt du, manchmal fühle ich mich, als wenn zwei Wölfe in meinem Herzen miteinander kämpfen würden. Einer der beiden ist rachsüchtig, aggressiv und grausam. Der andere hingegen ist liebevoll, sanft und mitfühlend.“

„Welcher der beiden wird den Kampf um dein Herz gewinnen?“ fragte der Junge.

„Der Wolf, den ich füttere.“ antwortete der Alte.

Welchen Wolf füttern Sie? Wir alle haben zwei Wölfe in uns, Sie und ich. Ich denke, es ist menschlich, dass wir manchmal den falschen Wolf füttern, aus welchen Gründen auch immer. Nur, dieser kann uns im Leben ziemliche Probleme bescheren. Mit gekonnt ausgeführten Therapien können Sie Ihren Klienten helfen, beide Wölfe kennen zu lernen.

Therapie und Therapiemethoden befinden sich im stetem Wandel und Wachstum, was mich ebenfalls dazu veranlasst mitzuwachsen und diese Veränderungen in meinem Arbeiten zu integrieren.

Die Nachfrage nach ganzheitlichen Therapiemethoden und Therapeuten wächst. Traumatisierte Menschen suchen ebenso Unterstützung wie Mobbingopfer. Beziehungsthemen bilden einen weiteren Schwerpunkt und immer mehr Klienten möchten ihr Potential und Fähigkeiten entdecken. Irgendwo las ich, dass man sich gar nicht immer verändern müsse, sondern sich entfalten. Dies setzt jedoch voraus, dass man seine Fähigkeiten und Talente kennt, und seine beiden Wölfe.

Für das Jahr 2025 sind altbewährte Weiterbildungen wie die Polyvagal-Theorie und die Traumatherapie, sowie die Ausbildung in Hypnose vorgesehen. Die Reinkarnationstherapie- Ausbildung wird 2024 zum letzten Mal als Wochenendkurs durchgeführt. Ich würde mich freuen, Sie in einer Weiterbildung oder einem Seminar begrüßen zu dürfen!

**Isabella C. Uhlmann**

## Change of lane – somatic discovery - Polyvagalthorie



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 Polyvagalthorie
- 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 Selbstheilungsnervs 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.

**So ausgeglichen und in sich ruhend haben Sie sich selten nach einem Seminar gefühlt.**

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

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

**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 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 9 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 Hypnostil 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 Kurskript, 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: 25./26. Okt. 2025                      Mod. II: 29./30. Nov. 2025  
Mod. III: 17./18. Jan. 2026                      Mod. IV: 28. Feb. – 1. März 2026

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

**Wo:** Lofttotel Murg

**Beachten Sie die kostengünstigeren Packages.**

# Traumatherapie – wenn nichts mehr ist, wie es war



## Fundament und therapeutische Basis

### 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 31. Okt. – 2. Nov. 2025,  
Modul II 5.- 7. Dezember 2025

**Kosten:** 1880 CHF

**Wo:** Lofthotel, Murg



**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
- Hypnose-therapie, 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 benutze 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: 8. – 10. Oktober 2025

Modul II: 19. – 21. November 2025 in Jona, APAMED.

Siehe APAMED: [www.apamed.ch](http://www.apamed.ch)

## 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. 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) erhalten Sie auf den Gesamtpreis eine Reduktion von 200.00 Fr.

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

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](mailto:info@rueckfuehrungen.ch)

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



## Anmelden



- Trauma – Therapie 2024**  
Modul I: 25. – 27. Okt. 24  
Modul II: 17. - 19. Jan. 25  
**oder**
- Trauma – Therapie 2025**  
Modul I 31. Okt. – 2. Nov. 2025,  
Modul II 5. - 7. Dezember 2025
- Polyvagal-Seminar**  
30./31. August 2025
- Hypnose-Ausbildung:**  
Mod. I: 25./26. Okt. 2025  
Mod. II: 29./30. Nov. 2025  
Mod. III: 17./18. Jan. 2026  
Mod. IV: 28. Feb. – 1. März 2026

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 % Gesamtbetrages,  
30 – 15 Tage vor Kursbeginn 50 % des Gesamtbetrages und  
14– 0 Tage vor Kursbeginn 100 % des Gesamtbetrages