

ŠKOLA HIPNOTIČKOG PRIPOVIJEDANJA

Umijeće glasa, riječi i priča koje preokreću živote...

HIPNOZA HIPNOTERAPIJA REGRESOTERAPIJA

VODIČ KROZ ŠKOLOVANJE
2026./2027.



skola.felbar.net

Gdje priča susreće promjenu

*Prava moć razgovora nije u onome što izgovaramo, već
u onome što drugi dožive dok nas slušaju.*

Milton **H.** Erickson

Dobrodošli!

Pred vama je uvodni materijal za školovanje hipnoterapeuta i regresoterapeuta kroz hipnotičko pripovijedanje. Program ove edukacije povezuje osnove hipnoze i hipnoterapije, razgovornu hipnozu, rad s glasom, hipnotički jezik, dubinsko slušanje, emocionalnu mudrost i pripovijedanje.. Drugim riječima, usvajat ćete vještine i znanja svjesnosti i svjesne prisutnosti, dubokog slušanja i propitivanja, intuitivnog istraživanja i osnaživanja, emocionalnog podržavanja i iscjeljivanja.

Kao terapeut hipnotičkog pripovijedanja, vjerujem da svaka osoba već nosi novu priču u sebi. Moja uloga je da pomognem da se otkrije, ili preokrene iz stare priče, koja je gotova. Uvjerio sam se da se najveće promjene događaju kad osoba prestane analizirati – i počne slušati drugačiju verziju sebe. Terapija ne mora početi pitanjem "što nije u redu", nego sa znatiželjom: "A koja je priča koju još nitko nije ispričao?"

U potrazi za tim podsvjesnim, skrivenim i budućim pričama, spoznao sam da glas može biti terapija, ako zna kako nositi intuitivnu priču. A ta nova priča koja sjedne u podsvijest – bilo kao uvid, svjedočanstvo, otkriće ili namjera - ono je što mijenja sve ostalo.

Hipnotičko pripovijedanje je govor koji zna dotaknuti ono što je zaboravljeno, potisnuto, prešućeno – i izazvati promjenu, preokret, pomak. To je tehnika i metoda, zahvat i pristup za one koji žele zaustaviti trenutak i stvoriti prostor.

Za terapeute koji žele biti pripovjedači promjene, a ne autori tuđih rješenja. Za one koji znaju da jedna priča – ispričana u pravom trenutku, pravim glasom – može otvoriti vrata koja svijest već dugo drži zaboravljenim.

Zaključanim.

Otpisanim.



I dok će mnogim NLP-evcima ovaj program zazvučati kao "Milton metoda", a hipnoterapeutima kao da dolazi iz svijeta eriksonijanske hipnoze – ja bih volio da se hipnotičko pripovijedanje smjesti na novo mjesto: možda na ono "H." u Ericksonovu imenu (koje njemu znači Hyland). Na pola puta između hipnoze i NLP-a, terapije i coachinga, retorike i poetike, intuicije i logike – s puno emocije u svim bojama pripovijesti naših podsvijesti. U tom prostoru važnu ulogu ima i hipnotički mindfulness — prisutnost koja terapeutu omogućuje da ostane uz klijenta, osjeti trenutak i ne požuri ispred priče koja se tek počinje otvarati.

I zato stvaram Školu hipnotičkog pripovijedanja za budući naraštaj hipnoterapeuta koji koriste priču i sugestiju, glas i trans, intuiciju i hipnotički mindfulness kako bi zajedno s klijentom došli do uvida, preokreta priče i emocionalne cjelovitosti.

I dok moje riječi postaju Vaše riječi...
dobrodošli u trenutak
kada priča susreće promjenu.

Hrvoje Felbar



Napravite stanku: svjesni i prisutni.

*Zastani. Nema kamo ići ni što učiniti.
Postoji samo sve ono što možeš biti.*

Michael Brown

U Školi hipnotičkog pripovijedanja vodim praktični dio rada s mindfulnessom, kroz koji polaznici razvijaju i produbljuju vještine potrebne za primjenu hipnotičkih elemenata koje učimo tijekom programa. Mindfulness koristimo kao temelj za razvoj prisutnosti, samosvijesti i unutarnje stabilnosti terapeuta. Vjerujem da je upravo terapeut najvažniji instrument svakog terapijskog procesa te da kvaliteta njegove prisutnosti značajno utječe na kvalitetu rada s klijentom.

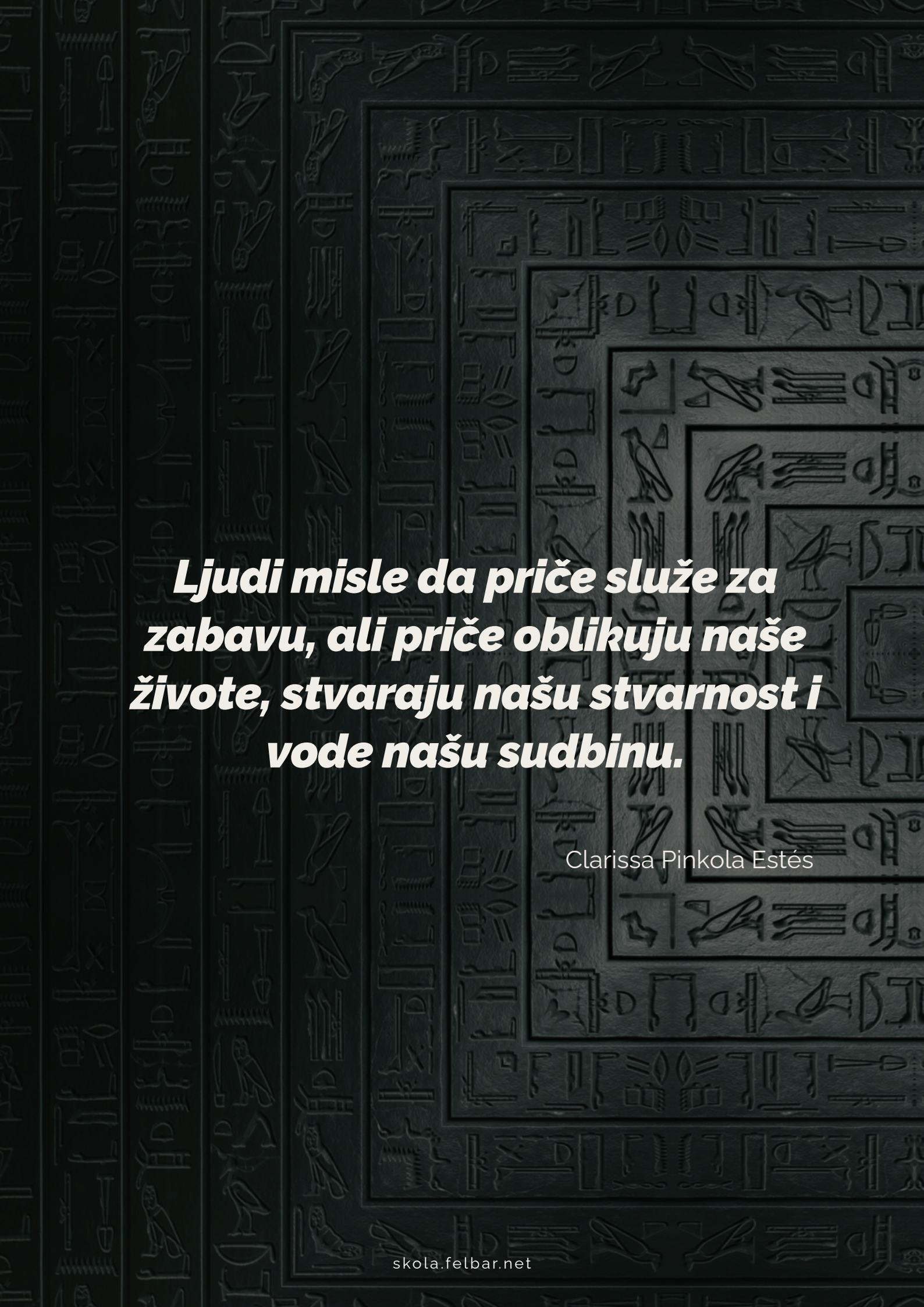
Moj je cilj pomoći polaznicima da kroz mindfulness jasnije osvijeste sebe, svoje misli, emocije i reakcije, kako bi mogli razlikovati ono što pripada njima od onoga što pripada klijentu. Takva razina svjesnosti omogućuje sigurniji i autentičniji ulazak u terapijski prostor, s više jasnoće, fokusa i profesionalne odgovornosti. Mindfulness pritom koristimo kao snažan alat za samoregulaciju i razvoj kapaciteta za prisutnost u radu s ljudima.

Kroz temeljne principe mindfulnessa učimo kako ostati prisutan, otvoren i usmjeren u odnosu s klijentom, bez preplavljenosti vlastitim sadržajima. Time dodatno osnažujemo hipnotičke vještine koje se podučavaju u školi te stvaramo prostor za njihovu dublju i prirodniju primjenu. Na taj način gradimo čvrste temelje za svjestan, etičan i kvalitetan terapijski rad, u kojem terapeut može biti stabilan oslonac procesu promjene i osobnog rasta klijenta.

I dok stanka postaje
Vaš put natrag k sebi...
dobrodošli u trenutak kada
mindfulness susreće hipnozu.

Svetlana Blažević





***Ljudi misle da priče služe za
zabavu, ali priče oblikuju naše
živote, stvaraju našu stvarnost i
vode našu sudbinu.***

Clarissa Pinkola Estés

Hipnoza

Postaješ ono o čemu najviše razmišljaš. Tvoj podsvjesni um oblikuje stvarnost iz tvojih najdubljih uvjerenja.

Joseph Murphy

Hipnoza je prirodno, budno stanje promijenjene i usmjerene pažnje. Osoba čuje, osjeća i prati proces, dok se njezina pažnja postupno okreće prema unutarnjem iskustvu — slikama, emocijama, tjelesnim osjetima, sjećanjima i značenjima.

U Školi hipnotičkog pripovijedanja hipnozu promatramo kao proces kojim se glasom u transu isporučuje sugestija koja potiče uvid, regulaciju i promjenu unutarnjeg iskustva. Trans je prirodno stanje promijenjenog fokusa i percepcije, a hipnoza je svjesna i namjerna primjena transa. Razlika između svakodnevnog transa i hipnoze nije prvenstveno u stanju, nego u namjeri, odnosu i načinu na koji se pažnja vodi prema određenom iskustvu ili cilju.

Jedan od načina razumijevanja hipnoze jest monoideja — zadržavanje pažnje na jednoj ideji, slici, emociji ili doživljaju dok ostali sadržaji privremeno blijede. Osoba se može potpuno povezati s iskustvom ili se od njega dovoljno odmaknuti da ga sagleda iz nove perspektive. Zato se u hipnozi razvijaju i koriste kapaciteti asociranosti i disociranosti.

U transu se aktivnost kritičkog faktora smanjuje, dok osoba ostaje budna, svjesna i sposobna prihvatiti ili odbiti ono što joj se predlaže. Sugestija tada može prijeći iz informacije u unutarnji doživljaj, povezati svjesne namjere s podsvjesnim procesima i otvoriti pristup novim odgovorima, resursima i mogućnostima promjene.

Kroz školovanje tijekom Osnovnih hipnotičkih vještina razvijat ćete sposobnost

- prepoznati i usmjeravati pažnju
- razumjeti odnos hipnoze, transa, monoideje i sugestije
- razlikovati asociranost i disociranost
- opažati znakove transa i pratiti klijentove reakcije
- stvarati rapport, sigurnost i hipnotičku suradnju
- koristiti glas, ritam, imaginaciju i sugestiju
- voditi klijenta kroz ulazak u trans, produbljivanje, iskustvo i povratak
- koristiti osnovne hipnotičke fenomene i samohipnozu



Hipnoterapija i regresoterapija

*Najveće otkriće moje generacije jest da ljudi
mogu promijeniti svoj život mijenjajući svoj stav.*

William James

Hipnoterapija i regresoterapija koriste hipnozu i trans za rad s unutarnjim iskustvom klijenta. Povezuju pažnju, emocije, tjelesne reakcije, slike, sjećanja, uvjerenja i sugestiju kako bi se klijent dublje povezao s onime što oblikuje njegov sadašnji život.

Hipnoterapija je terapijski pristup koji koristi hipnozu za razumijevanje, emocionalno oslobađanje i integraciju iskustva. Promjena se razvija kroz doživljaj u transu, a ne samo kroz racionalnu analizu. Terapeut prati klijentovu temu, emocije, unutarnje sukobe, vjerovanja i dijelove identiteta te pomaže povezati iskustvo s novim značenjem, osjećajem sigurnosti i većom mogućnošću izbora.

Hipnoterapijski rad može uključivati:

- emocionalnu regulaciju i osnaživanje
- rad s unutarnjim djetetom
- revivifikaciju i rad s ranijim iskustvima
- istraživanje vjerovanja, potreba i unutarnjih dijelova
- promjenu perspektive i integraciju
- stvaranje novih odgovora i unutarnjih resursa

Regresoterapija koristi hipnotički trans za povratak prema ranijim iskustvima koja su povezana sa sadašnjom temom klijenta. Polazište može biti emocija, tjelesni osjećaj, obrazac ponašanja, odnos ili unutarnja slika. Klijent kroz slike, osjećaje, senzacije i promjene perspektive istražuje događaje koji su ostavili emocionalni trag. Cilj nije samo prisjećanje, nego razumijevanje povezanosti između prošlog iskustva i današnjih reakcija, emocionalno razrješavanje i integracija.

Regresoterapijski sadržaj može se pojaviti kao: iskustvo iz ovoga života, susret s unutarnjim djetetom, simbolička ili metaforička priča, iskustvo prošlog života. Terapeut vodi klijenta kroz doživljaj kako bi on sam prepoznao značenje, uvid i novi odnos prema vlastitom iskustvu.

Oba pristupa temelje se na sigurnosti, terapijskom odnosu, svjesnoj prisutnosti, transu, glasu, sugestiji i klijentovoj aktivnoj ulozi. Hipnoterapija šire radi s emocijama, vjerovanjima, unutarnjim dijelovima i identitetom, dok regresoterapija naglašenije prati put prema ranijim iskustvima i njihovoj povezanosti sa sadašnjošću. Obje vode prema razumijevanju, regulaciji, integraciji i promjeni.

Hipnotičko pripovijedanje

*Riječi su najmoćniji lijek koji je
čovječanstvo ikada koristilo.*

Rudyard Kipling

Hipnotičko pripovijedanje autorski je pristup Škole koji povezuje hipnozu, glas, trans, sugestiju, intervju, priču i metaforu.

Terapeut sluša sadržaj klijentove priče, ali i ono što se otkriva ispod riječi: emocije, vrijednosti, unutarnje sukobe, prešućene potrebe i mogućnosti promjene.

Kroz trans, hipnotički mindfulness i dubinsko slušanje stvara se trenutak i prostor u kojem klijent može drukčije doživjeti vlastitu priču, pronaći novo značenje i osjetiti mogućnost preokreta.

Hipnotičko pripovijedanje je motivacijski govor za podsvijest.

Ovaj pristup povezuje:

- rad s podsviješću i transnim stanjima
- hipnotički mindfulness i emocionalnu prisutnost
- dubinski intervju i prepoznavanje klijentove priče
- glas, ritam, tišinu i hipnotičko govorenje
- jezik, sugestiju, metaforu i simboliku
- intuitivno oblikovanje priče prema konkretnom klijentu
- stvaranje sigurnosti i povjerenja u terapijskom odnosu

Primjena

Hipnotičko pripovijedanje primjenjuje se u hipnoterapiji i regresoterapiji, a njegove se komunikacijske vještine mogu koristiti i u coachingu, edukaciji, govorništvu i osobnom razvoju.

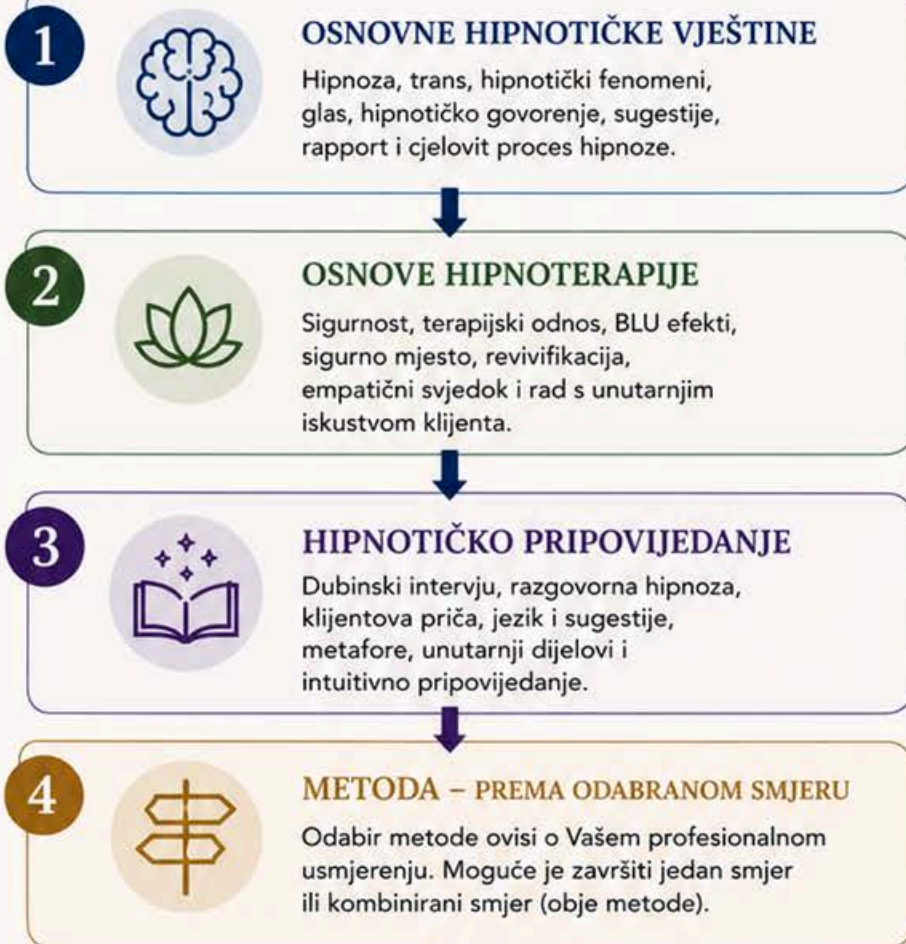
Hipnotičko pripovijedanje razvija sposobnost:

- da čujete priču koju klijent već nosi
- da prepoznate mjesto na kojem se priča zaustavila
- da riječima, glasom i sugestijom otvorite novu perspektivu
- da stvorite priču koja proizlazi iz klijenta i njegova iskustva
- da vodite promjenu bez nametanja gotovog rješenja

PUT ŠKOLOVANJA

MODULI I RAZVOJNE CJELINE

4 GLAVNA MODULA



A

SMJER HIPNOTERAPIJE
Hipnoterapijska metoda
JUNAKOVO PUTOVANJE

Metoda usmjerena na razvoj, učenje novih obrazaca, osnaživanje i stvaranje željenih promjena kroz strukturiran terapijski proces.

B

SMJER REGRESOTERAPIJE
Regresoterapija kroz:

- ovoživotnu regresiju
- prošloživotnu regresoterapiju

Metoda usmjerena na otkrivanje uzroka problema kroz iskustveni rad, revivifikaciju i regresiju (ovaj ili prošli život).

RAZVOJNE CJELINE KOJE PRATE CIJELO ŠKOLOVANJE



1. MINDFULNESS

Prisutnost, svjesnost i unutarnja stabilnost kao temelj kvalitetnog rada s klijentom.



2. SAMOHIPNOZA

Razvijanje sposobnosti samoregulacije, fokusiranja, opuštanja i osobne transformacije.



3. HIPNOTIČKI MINDFULNESS

Integracija hipnoze i svjesnosti za dublje razumijevanje uma, emocija i procesa promjene.



4. EMOCIONALNA MUDROST

Razumijevanje emocija, empatija i zrela komunikacija kao osnova terapijskog odnosa i osobnog rasta.

ŠTO DOBIVATE KROZ ŠKOLU



SVE SNIMKE PREDAVANJA DOSTUPNE TRAJNO



VJEŽBE U PARU I GRUPNE VJEŽBE



PRAKTIČNI ZADACI I RAD S KLIJENTIMA



BONUS SUSRETI I DODATNI MATERIJALI



INDIVIDUALNI RAD (ZA RT I KOMBINIRANI SMJER)



MENTORSKO PRAĆENJE



SUPERVIZIJSKO PRAĆENJE (6 MJESECI NAKON ZAVRŠETKA)



CERTIFIKAT I MOGUĆNOST HUPED/IPED LICENCE (HIPNOZA/ HIPNOTERAPIJA)



Temeljni principi edukacije

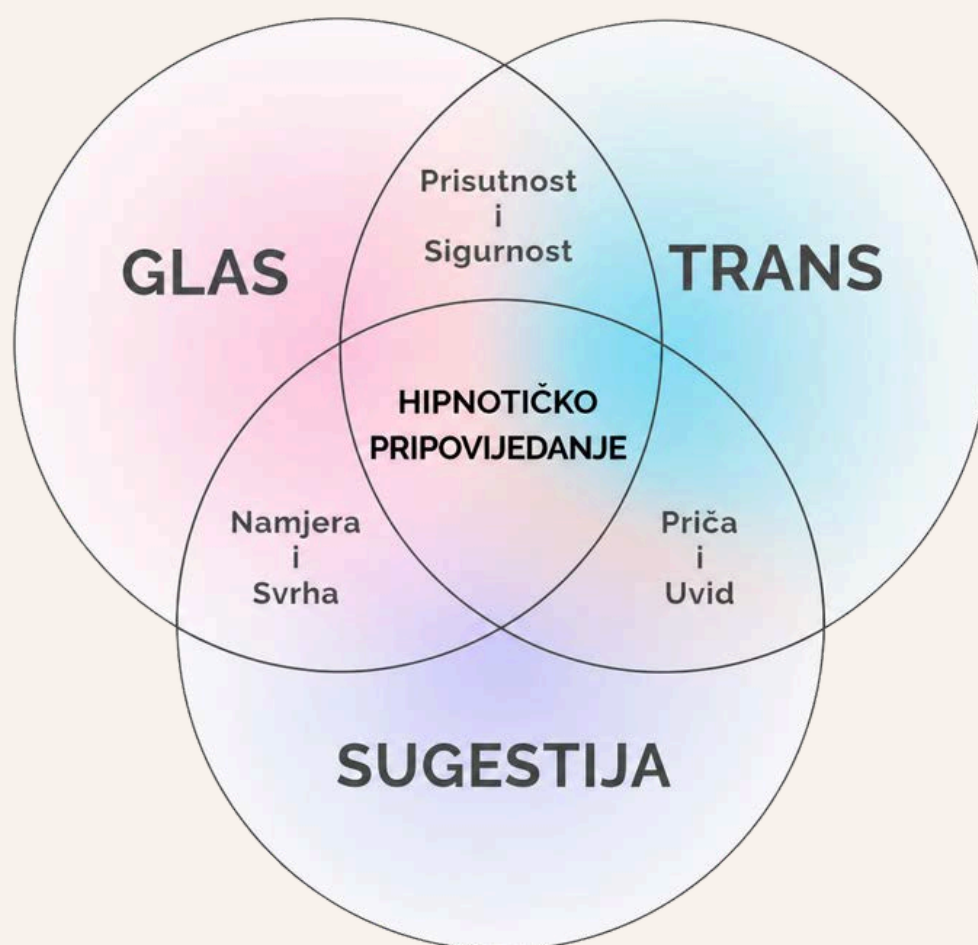
Škola hipnotičkog pripovijedanja polazi od povezanosti transa, svjesne prisutnosti, sigurnosti, glasa, sugestije i priče.

Trans usmjerava pažnju prema unutarnjem iskustvu i mijenja način na koji osoba doživljava tijelo, vrijeme, misli, emocije, slike i značenja. Razvija se kroz indukciju, razgovor, glas, ritam, imaginaciju, sugestiju i pripovijedanje. Svjesna prisutnost omogućuje terapeutu da prati klijentove reakcije, prilagođava vođenje i ostane povezan s razvojem procesa.

Mindfulness razvija sposobnost opažanja misli, emocija, tjelesnih senzacija i odnosa prema vlastitom iskustvu. Hipnotički mindfulness povezuje tu svjesnost s glasom, usmjeravanjem pažnje, transom i terapijskim odnosom. Emocionalna mudrost pomaže prepoznati potrebe, vrijednosti, granice i iskustva koja se otkrivaju kroz emocije.

Empatični svjedok i sigurno mjesto stvaraju unutarnji i odnosni oslonac za dublji terapijski rad. Terapeut pažnjom, razumijevanjem i stabilnošću prati klijentove emocije, tjelesne reakcije, slike i riječi te pomaže da iskustvo bude doživljeno, razumljeno i povezano u cjelinu. Klijent postupno razvija vlastiti unutarnji glas podrške, a sigurno mjesto postaje polazište za susret s osjećajima, sjećanjima i unutarnjim dijelovima koji traže prihvatanje i integraciju.

U središtu školskog pristupa nalazi se hipnotičko pripovijedanje, koje nastaje na sjecištu triju elemenata: glasa, transa i sugestije.



Glas prenosi odnos, ritam, emociju i smjer procesa. Trans pretvara riječi i slike u doživljaj. Sugestija usmjerava pažnju, povezuje iskustvo i podržava stvaranje novog značenja. Iz njihova povezivanja nastaje priča koja može:

opuštati – usmjeravati pažnju i regulirati napetost

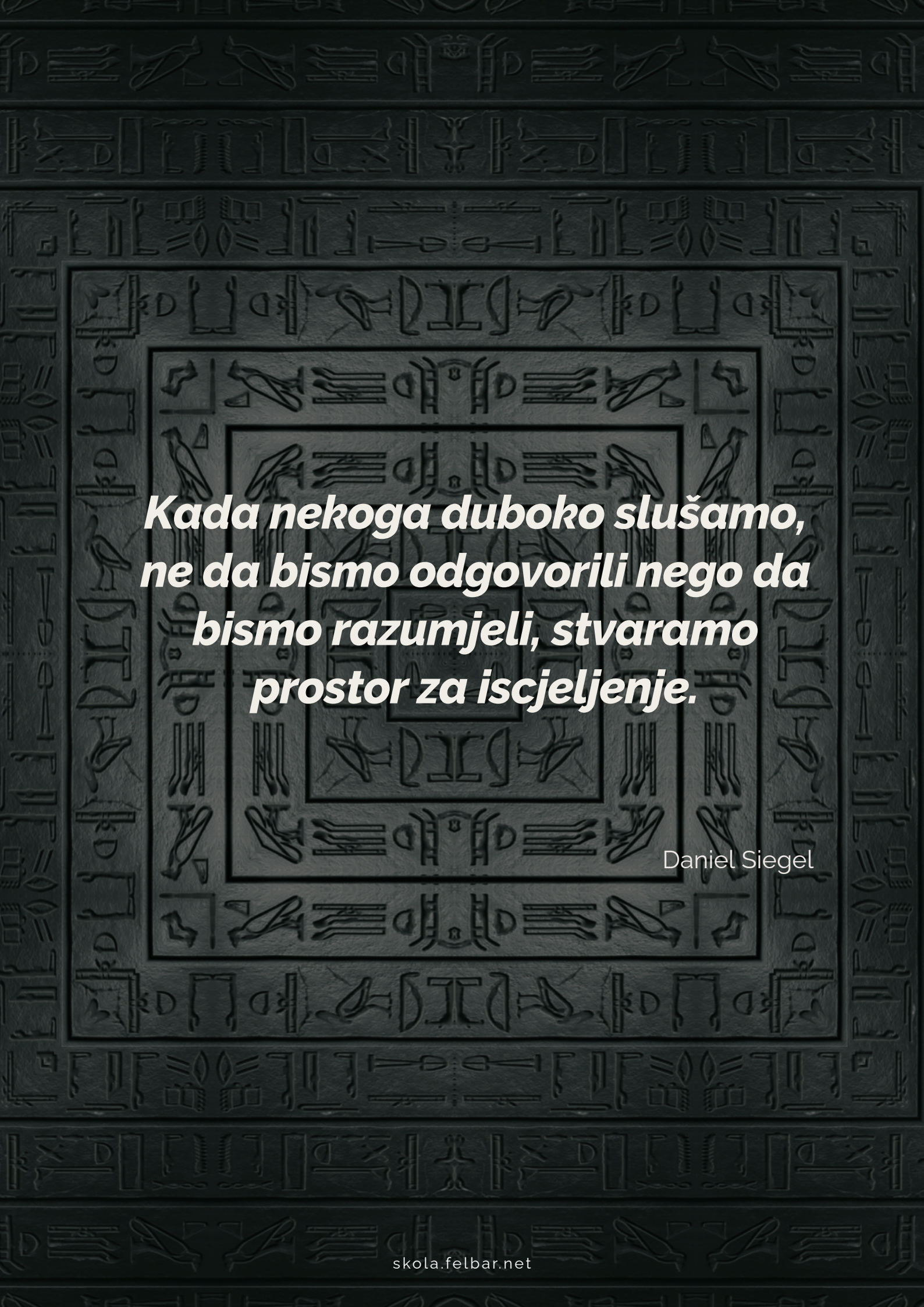
osnaživati – aktivirati vrijednosti, vrline i unutarnje resurse

istraživati – otvarati pristup emocijama, obrascima, sjećanjima i simbolima

iscjeljivati – podržavati prihvatanje, promjenu značenja i integraciju iskustva

Priča se oblikuje iz dubinskog intervjua, klijentovih riječi, emocionalnog iskustva i cilja rada. Terapeut povezuje ono što čuje, opaža i razumije u vođenje prilagođeno konkretnom klijentu i trenutku procesa.

Da bismo razvili hipnoterapeuta koji djeluje kao empatični svjedok i zajedno s klijentom stvara sigurno mjesto, u Školi razvijamo vještine svjesne prisutnosti, hipnotičkog mindfulnessa i emocionalne mudrosti, glasa i hipnotičkog govorenja, stvaranja rapporta, vođenja dubinskog intervjua te oblikovanja transformativnih priča.



***Kada nekoga duboko slušamo,
ne da bismo odgovorili nego da
bismo razumjeli, stvaramo
prostor za iscjeljenje.***

Daniel Siegel



I . Svjesna prisutnost

Svjesna prisutnost ili mindfulness (pomnost, usredotočena svjesnost) razvija sposobnost usmjeravanja pažnje na ono što se upravo događa u tijelu, mislima, emocijama i odnosu. Polaznik uči zastati, prepoznati vlastito stanje i ostati povezan sa sobom dok prati klijenta.

Mindfulness stabilizira pažnju i gradi unutarnji oslonac terapeuta. Dah, tjelesni osjeti, misli i emocije postaju izvori svjesnog opažanja, a redovitom praksom razvija se sposobnost prepoznavanja trenutka između impulsa i reakcije.

Hipnotički mindfulness prenosi svjesnu prisutnost u rad s drugom osobom. Glasom, pitanjima, odnosom i usmjeravanjem pažnje terapeut vodi klijenta prema dubljem kontaktu sa sobom. Klijent opaža tjelesne reakcije, misli i emocije te postupno razvija sposobnost istodobnog doživljavanja i svjedočenja vlastitom iskustvu. Takav način rada povezuje mindfulness i trans. Pažnja se produbljuje, unutarnji sadržaji postaju izraženiji, a terapeut prati promjene u klijentovu tijelu, glasu, emocijama i načinu na koji oblikuje priču o sebi.

U Školi negujemo **emocionalnu mudrost** — sposobnost koja povezuje emocionalnu inteligenciju, iskustvo i intuiciju, usmjerenu pažnju, jasnu namjeru i terapeutsko prisustvo. Emocionalna mudrost razvija se kroz put od reaktivnosti prema prisutnosti, svjesnosti i proaktivnom izboru. Emocija najprije postaje iskustvo koje osoba može nositi, zatim informacija koju može razumjeti, a potom energija koju može usmjeriti prema svojim potrebama, vrijednostima i odlukama.

Što ćete naučiti?

- razvijati mindfulness kroz pažnju na dah, tijelo, misli i emocije
- prepoznati vlastite reakcije i zadržati stabilnost u radu s klijentom
- razlikovati emocionalnu prisutnost, svjesnost i proaktivni izbor
- koristiti glas i vođenje pažnje u hipnotičkom mindfulnessu
- pratiti klijentovo iskustvo kroz tjelesni, misaoni i emocionalni kanal
- primjenjivati svjesnu prisutnost u hipnozi, razgovoru i terapijskom odnosu

II. Glas i hipnotičko govorenje



Prije nego što slušatelj u potpunosti razumije riječi, glas već prenosi stanje, odnos i namjeru. U hipnozi glas postaje jedan od glavnih instrumenata za usmjeravanje pažnje, stvaranje rapporta i vođenje iskustva. Intonacija, intenzitet, tempo, ritam, stanke, boja glasa i dah određuju kako će riječi biti primljene i doživljene.

Hipnotički glas prilagođava se klijentu, trenutku i namjeni procesa. Može usporiti ritam i podržati opuštanje, pojačati energiju i osjećaj snage, pratiti istraživanje unutarnjeg iskustva ili podržati prihvaćanje i integraciju.

U Školi razvijamo sposobnost razlikovanja i primjene beta, alfa i theta glasa. Beta glas podržava budnost, jasnoću i usmjerenost. Alfa glas produbljuje opuštanje, imaginaciju i unutarnju pažnju. Theta glas prati dublji trans, simboličko iskustvo i emocionalno povezivanje.

Hipnotičko govorenje povezuje glas, riječi, sugestiju i namjeru. Sugestija se ne prenosi samo sadržajem rečenice, nego i načinom na koji je izgovorena. Ritam, naglasak, ponavljanje, stanka i promjena tonaliteta usmjeravaju pažnju te pomažu da riječi prijeđu iz informacije u doživljaj.

Što ćete naučiti?

- razvijati jasnoću, nosivost i izražajnost glasa
- razlikovati i primjenjivati beta, alfa i theta glas
- koristiti dah, ritam, tempo, intonaciju i stanku
- glasom stvarati rapport i usmjeravati pažnju
- prilagođavati govor klijentu, trenutku i namjeni procesa
- povezivati glas, sugestiju i priču u cjelovito hipnotičko vođenje
- razviti vlastiti prepoznatljiv hipnotički glas i govorni stil



III. Dubinski intervju

Dubinski intervju započinje uspostavljanjem rapporta, sigurnosti i jasnog smjera rada. Kroz pažljivo slušanje, pitanja, glas i ritam razgovora terapeut prati kako klijent oblikuje svoju temu i što se postupno otkriva ispod sadržaja priče.

Intervju istražuje tri razine klijentove priče:

dogadjaj — što se dogodilo

doživljaj i značenje — kako je osoba iskustvo osjetila i protumačila

nesvjesna priča o sebi — što je iz iskustva zaključila o sebi, drugima i životu

Terapeut prati riječi koje se ponavljaju, promjene u glasu i disanju, emocionalne reakcije, unutarnje slike, metafore, vrijednosti, potrebe i mjesta na kojima se priča zaustavlja ili mijenja smjer. Pitanja produbljuju klijentov kontakt s vlastitim iskustvom i otvaraju prostor za uvid. Razgovor se tako prirodno povezuje s transom, a klijentove riječi postaju temelj za sugestije, metafore, hipnotičke priče i daljnji terapijski rad.

Klijent može ulaziti u trans dok govori, sluša, zastaje, prisjeća se ili zamišlja. Dubinski intervju vodi od poznate priče prema onome što se tek otkriva i pomaže terapeutu prepoznati pravi trenutak, pitanje i smjer procesa.

Što ćete naučiti?

- graditi rapport, sigurnost i hipnotičku suradnju
- istraživati događajnu, značenjsku i nesvjesnu razinu klijentove priče
- prepoznavati znakove transa tijekom razgovora
- postavljati pitanja koja otkrivaju emocije, potrebe, vrijednosti, vjerovanja i identitet
- pratiti govor, glas, disanje i emocionalne promjene klijenta
- prepoznavati ključne riječi, slike i metafore
- oblikovati sugestije iz klijentova vlastitog jezika

IV. Priča

Priča povezuje glas, jezik, sugestiju, emociju i trans u cjelovito iskustvo. Slušatelj prati događaj, slike i značenja, dok se njegova pažnja istodobno usmjerava prema vlastitim osjećajima, sjećanjima i unutarnjim odgovorima.

U hipnotičkom pripovijedanju priča nastaje iz klijentovih riječi. Terapeut sluša kako klijent opisuje sebe, druge ljude, problem i željenu promjenu. Pritom prepoznaje ponavljajuće motive, metafore, unutarnje sukobe, vrijednosti i mjesta na kojima se pripovijest zaustavlja.

Dubinski intervju otkriva događajnu, značenjsku i nesvjesnu razinu priče. Iz toga nastaju sugestije, metafore i narativi prilagođeni konkretnom klijentu i trenutku procesa.

Glas nosi iskustvo, jezik mu daje oblik, trans ga produbljuje, a sugestija usmjerava prema novom značenju. Klijent priču ne prima samo kao sadržaj: on je vidi, čuje, osjeća i povezuje s vlastitim životom.

Hipnotička priča može:

- opuštati — usmjeravati pažnju i regulirati napetost
- osnaživati — aktivirati vrijednosti, sposobnosti i unutarnje resurse
- istraživati — otvarati pristup emocijama, sjećanjima, obrascima i simbolima
- iscjeljivati — podržavati prihvatanje, preokret značenja i integraciju iskustva

Priča tako postaje sredstvo kroz koje klijent može prepoznati novu perspektivu, osjetiti mogućnost promjene i početi oblikovati drukčiju priču o sebi.

Što ćete naučiti?

- prepoznati događajnu, značenjsku i unutarnju razinu klijentove priče
- koristiti dubinsko slušanje i intervju
- preuzimati klijentove riječi, slike i metafore u terapijsko vođenje
- oblikovati priče za opuštanje, osnaživanje, istraživanje i iscjeljivanje
- stvarati metafore koje odgovaraju klijentovoj temi
- razvijati intuitivno pripovijedanje u stvarnom vremenu
- povezati priču s hipnoterapijskim ili regresoterapijskim procesom

Od uvida do promjene

U završnom modulu polaznici povezuju znanja i vještine iz cijelog školovanja u cjelovit rad s klijentom. Trans, hipnotički mindfulness, empatični svjedok, sigurno mjesto, dubinski intervju, glas, sugestija i priča postaju dijelovi metode koja klijenta vodi od početne teme prema iskustvu, razumijevanju i promjeni. Polaznik odabire hipnoterapijski ili regresoterapijski smjer, a kombinirani program uključuje obje metode.

Hipnoterapijska metoda Junakovo putovanje

Junakovo putovanje strukturira hipnoterapijski proces kroz pet povezanih etapa. Opuštanje usmjerava pažnju, regulira napetost i gradi osjećaj sigurnosti i suradnje.

Oснаživanje povezuje klijenta s njegovim vrijednostima, vrlinama, sposobnostima i iskustvima uspjeha.

Istraživanje vodi prema emocijama, vjerovanjima, unutarnjim sukobima, obrascima i dijelovima identiteta povezanim s klijentovom temom.

Iscjeljivanje podržava prihvaćanje, promjenu značenja, dovršavanje unutarnjeg dijaloga i povezivanje iskustva u cjelinu.

Integracija prenosi novo razumijevanje u svakodnevni život, odnose, odluke i djelovanje.

Svaki susret nastavlja se na prethodni, a metoda prati klijenta od početne namjere prema novom iskustvu sebe i vlastitih mogućnosti.

Ovoživotna i prošloživotna regresoterapija

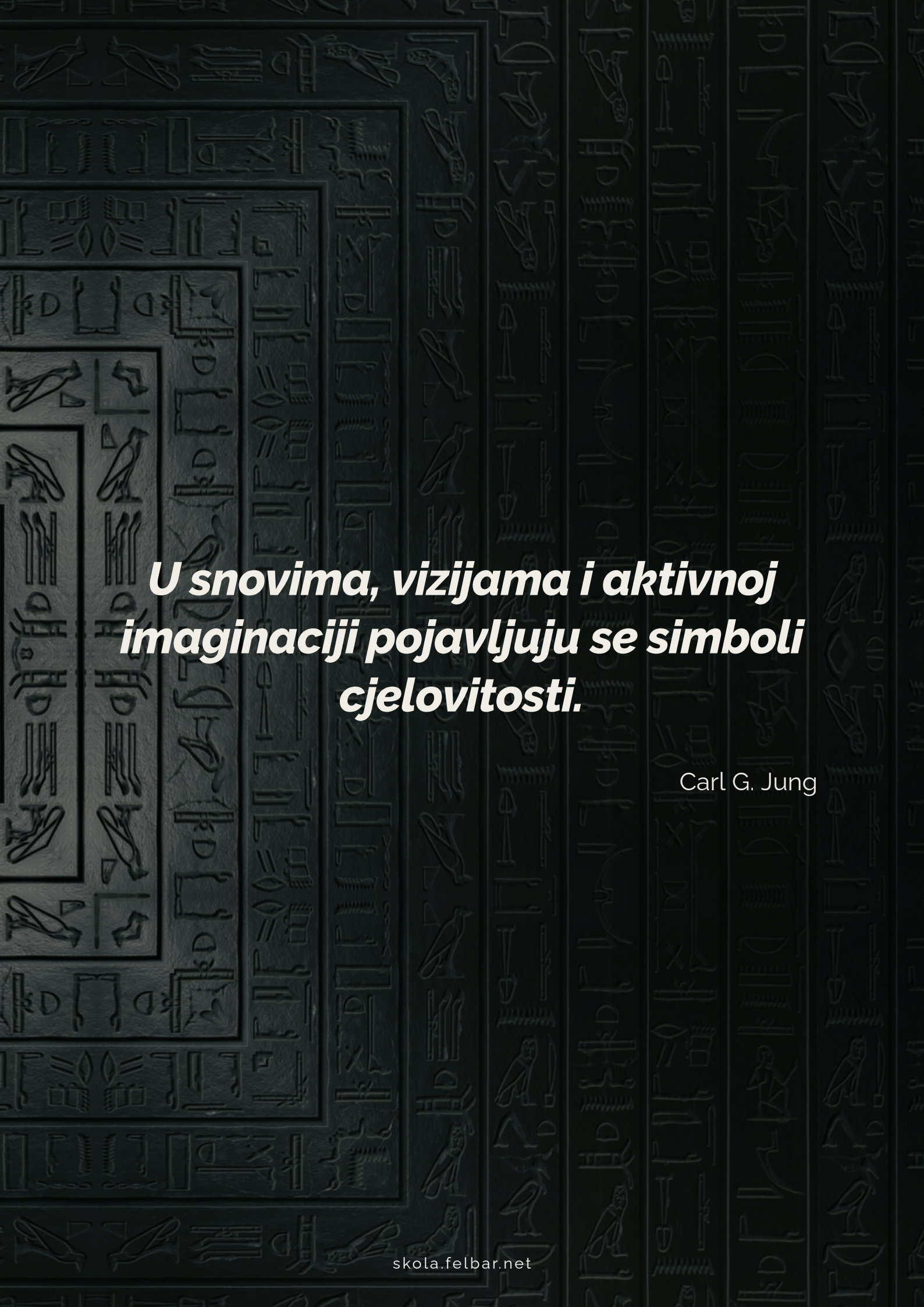
Regresoterapijski proces polazi od emocije, tjelesne reakcije, unutarnje slike ili obrasca prisutnog u sadašnjem životu. Klijent uz vođenje prati nit iskustva prema ranijem događaju, odnosu, zaključku ili dijelu identiteta povezanom s njegovom sadašnjom temom.

U ovoživotnoj regresoterapiji istražuju se iskustva iz ovog života, uključujući odnose, djetinjstvo, emocionalne prijelomne trenutke i obrasce koji se ponavljaju. U prošloživotnoj regresoterapiji klijent prati iskustva koja se u transu pojavljuju kao događaji, odnosi i priče prošlog života te istražuje njihovo emocionalno značenje i povezanost sa sadašnjošću. Proces se razvija kroz doživljavanje, razumijevanje, emocionalno razrješavanje, promjenu perspektive i integraciju. Klijent prepoznaje kako je iskustvo oblikovalo njegove reakcije i razvija novi odgovor koji može živjeti u sadašnjosti.

Zajednička osnova metoda

Obje metode koriste trans, svjesnu prisutnost, sigurnost, glas, sugestiju, intervju i priču.

Razlikuju se prema putu kojim vode klijenta, a povezuje ih isti cilj: da uvid postane iskustvo, iskustvo dobije novo značenje, a novo značenje postane promjena u svakodnevnom životu.



***U snovima, vizijama i aktivnoj
imaginaciji pojavljuju se simboli
cjelovitosti.***

Carl G. Jung



Što ćete naučiti kroz školovanje?

Kroz program ćete razvijati sposobnost da:

- razumijete hipnozu, trans, sugestiju, kritički faktor te odnos svjesnih i podsvjesnih procesa
- prepoznajete znakove transa i pratite klijentove emocionalne, tjelesne i govorne reakcije
- stvarate rapport, osjećaj sigurnosti i jasnu hipnotičku suradnju
- vodite klijenta kroz pripremu, indukciju, produbljivanje, terapijski proces i povratak u sadašnjost
- razvijate svjesnu prisutnost, samoregulaciju i stabilnost u radu s klijentom
- zauzimate poziciju empatičnog svjedoka i zajedno s klijentom stvarate sigurno mjesto
- radite s emocijama, potrebama, vrijednostima, vjerovanjima, unutarnjim dijelovima i identitetom
- koristite revivifikaciju i pratite povezanost ranijih iskustava sa sadašnjim obrascima
- prepoznajete klijentovu temu, jezik i unutarnju priču te ih povezujete s daljnjim terapijskim radom
- koristite glas, sugestiju, metaforu i pripovijedanje u skladu s ciljem procesa
- vodite hipnoterapijski ili regresoterapijski proces od početne teme do uvida, integracije i promjene
- samostalno pripremite, provedete i procijenite cjelovitu hipnotičku seansu

Cilj školovanja je, uz samo poznavanje tehnika, i sposobnost da ih povežete u siguran, prisutan i klijentu prilagođen terapijski proces.

Način rada

Školovanje se odvija kroz predavanja, demonstracije, iskustvene procese, praktične vježbe, snimljene zadatke, rad u paru i samostalni rad s klijentima. Većina nastave održava se online putem Zooma, dva puta tjedno u večernjem terminu od 19 do 21 sat. Program uključuje i subotnje online radionice te vikend rada uživo u Zagrebu. Rad u manjim grupama omogućuje praćenje razvoja svakog polaznika, povratne informacije i povezivanje teorije s konkretnom primjenom. Polaznici koji propuste susret mogu sadržaj nadoknaditi gledanjem snimke.



Program uključuje:

- redovitu online nastavu
- iskustvene i praktične vježbe
- dvije subotnje online radionice
- jedan vikend uživo u Zagrebu
- vježbe u paru i manjim grupama
- rad na vlastitoj temi
- bonus susrete i dodatne materijale
- mentorsko i supervizijsko praćenje

Polaznici regresoterapijskog i kombiniranog smjera imaju dodatne subotnje radionice, individualni rad i proširene praktične obveze.

Certificiranje

Program razlikuje završetak nastavnog dijela od pune praktične osposobljenosti.

Osnovne hipnotičke vještine

Nakon odslušanog programa i uspješno izvršenog završnog zadatka polaznik dobiva certifikat o završenom programu Osnovnih hipnotičkih vještina i titulu "hipnotizer".

Smjer hipnoterapije ili regresoterapije

Nakon završetka nastavnog dijela, prisustva i izvršenih školskih obveza polaznik dobiva certifikat o završenom edukacijskom programu odabranog smjera. Diploma se stječe nakon praktičnog rada sa stvarnim klijentom, mentorskog kontakta i procjene rada. Hipnoterapijski smjer uključuje praktičnu primjenu metode Junakovo putovanje, a regresoterapijski smjer primjenu ovoživotne i prošloživotne regresoterapije.

Licenciranje

Certifikat i diploma škole potvrđuju završenu edukaciju i izvršene obveze unutar programa Škole hipnotičkog pripovijedanja.

Završena edukacija može biti osnova za podnošenje zahtjeva za dodatnu HUPED licencu za odgovarajuću djelatnost, prema uvjetima i pravilima koje ta organizacija primjenjuje u trenutku prijave.

Licenca se stječe odvojeno od završetka škole i može uključivati dodatnu dokumentaciju, članstvo, dokaz o edukaciji, praktičnom radu, superviziji ili druge uvjete koje određuje izdavalatelj licence.



GLAS KOJI VAS VODI NAPRIJED HRVOJE FELBAR

PROFESOR ENGLSKOG JEZIKA I KNJIŽEVNOSTI I FONETIKE
UČITELJ HIPNOTIČKOG GOVORENJA
HIPNOTERAPEUT
OSNIVAČ I VODITELJ ŠKOLE

GLAS KOJI VAS VODI UNUTRA SVETLANA BLAŽEVIĆ

INSTRUKTOR HIPNOZE I HIPNOTIČKOG MINDFULNESSA
MINDSET COACH
HIPNOTERAPEUT
KOAUTORICA PROGRAMA ŠKOLE



Što kažu polaznici o Felbaru

Hrvoje znanje prenosi s lakoćom, a njegov glas umiruje, vodi i ulijeva sigurnost. Kroz predavanja i iskustveni rad naučila sam kako se vratiti sebi, prepoznati vlastite obrasce i primijeniti naučeno u svakodnevnom životu.

Ana

Hrvoje znanje prenosi s lakoćom, uz pristupačnost, jasna pojašnjenja i humor. Kroz njegov rad osvijestila sam vlastite obrasce i naučila bolje razumjeti svoje reakcije. Znanje se prirodno prenijelo u moj svakodnevni i profesionalni rad.

Karmen

„Kreativnost u izražaju, hipnotički glas, toplina i lakoća, a istodobno duboko iskustvo. Stekla sam alate kojima mogu podržati sebe u zahtjevnim trenucima, ali i konkretne alate za rad s klijentima jer sam i sama psihoterapeutkinja.“

Vedrana



Što kažu polaznici o Svetlani

„Svetlana ima nježno, a istodobno jasno strukturirano vođenje. Kroz rad sam došla do novih uvida te dobila mnogo alata i smjernica koje mogu svakodnevno koristiti.“

N.N.

„Nakon rada više ne reagiram automatski i jednakim intenzitetom kada osjetim da su moje granice narušene. Lakše prepoznajem što se u meni pokreće, mogu zastati i razlikovati sadašnju situaciju od ranijih iskustava. Danas svoje granice češće štitim mirnije, jasnije i primjerenije.“

Jasna

„Rad sa Svetlanom nježno, ali precizno pomiče svjetlo prema svim slojevima unutarnjeg bića i osvjetljava ono što traži biti viđeno. Intuitivno prepoznaje potrebu osobe te kroz priču, simboliku i pomno birane riječi pomaže da se na ono što je nekada bio problem počne gledati iz drukčije perspektive.“

Matijana



Česta pitanja

1. Kome je namijenjena ova škola?

Škola je namijenjena svima koji žele koristiti hipnozu, glas i priču u terapijskom, edukativnom, coaching ili komunikacijskom radu. Dobrodošli su terapeuti, coachevi, edukatori, voditelji, govornici i svi koji žele razviti vještine rada s ljudima, kao i polaznici koji tek ulaze u područje hipnoze i osobnog razvoja.

2. Trebam li imati predznanje iz hipnoze?

Predznanje nije potrebno. Program počinje temeljnim vještinama i postupno vodi prema složenijem radu s klijentima. Polaznici koji imaju iskustvo u terapiji, edukaciji ili radu s ljudima mogu nova znanja povezati sa svojom praksom.

3. Koliko traje školovanje i kako izgleda dinamika rada?

Školovanje traje približno osam mjeseci. Program uključuje četiri glavna modula, dvije subotnje online radionice, jedan vikend uživo u Zagrebu, praktične vježbe, bonus susrete i mentorsko praćenje. Snimke predavanja i glavni materijali ostaju trajno dostupni.

4. Koliko vremena tjedno trebam odvojiti?

Redovita nastava traje četiri sata tjedno. Za gledanje snimki, ponavljanje, vježbe, pisanje zadataka i rad s kolegama preporučujemo dodatnih jedan do dva sata tjedno. Tijekom praktičnog i diplomskog rada potrebno je odvojiti dodatno vrijeme za pripremu i rad s klijentima.



Česta pitanja

5. Što dobivam završetkom škole?

Nakon završenog nastavnog programa i izvršenih obveza dobivate certifikat Škole hipnotičkog pripovijedanja. Diploma se stječe nakon praktičnog rada sa stvarnim klijentom, mentorskog kontakta i supervizije. Završena edukacija može biti osnova za prijavu za dodatnu HUPED licencu, prema njihovim aktualnim uvjetima.

6. Koja je cijena školovanja i mogu li plaćati na rate?

Aktualne cijene, uvjeti ranih prijava i mogućnosti plaćanja objavljeni su na web stranici: skola.felbar.net. Ovisno o programu, moguće je plaćanje jednokratno, u nekoliko rata ili na najviše dvanaest mjesečnih rata.

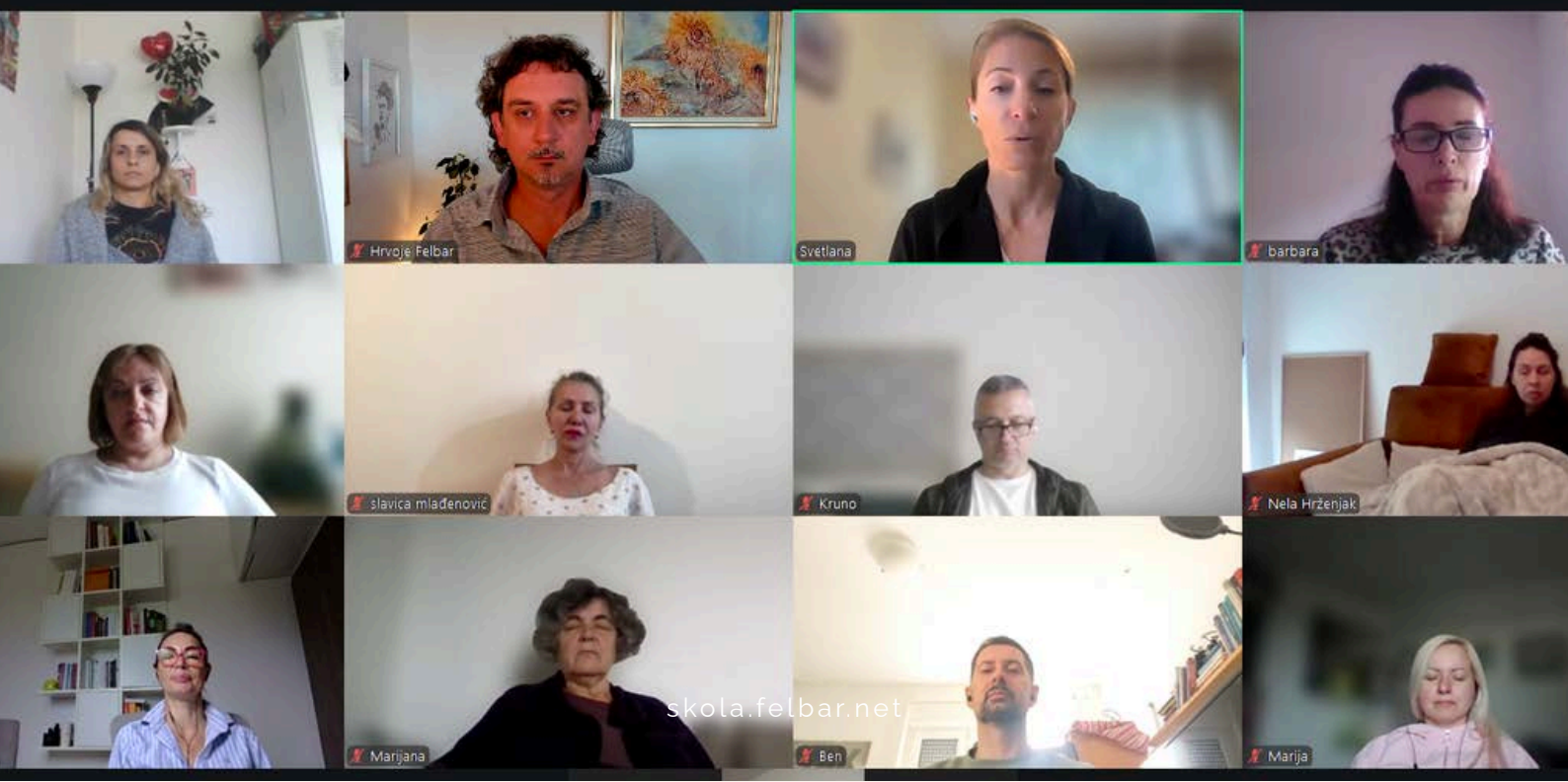
7. Hoću li moći raditi s klijentima nakon škole?

Program je usmjeren prema praktičnoj osposobljenosti. Učit ćete kako pripremiti klijenta, uspostaviti odnos i sigurnost, voditi hipnotički proces, koristiti glas, sugestiju i priču te pratiti emocionalne i tjelesne reakcije klijenta.

8. Kada i kako se mogu prijaviti?

Prijave se ispunjavaju putem obrasca na: skola.felbar.net/upisi

Nakon prijave kontaktirat ćemo Vas radi upoznavanja, odgovora na pitanja i dogovora o sljedećim koracima. Broj mjesta ograničen je radi kvalitete praktičnog rada, povratnih informacija i odnosa s polaznicima.



PUT ŠKOLOVANJA

DATUMI I SATNICA



SMJER HIPNOTERAPIJE
Junakovo putovanje



8 večernjih online susreta

Metoda usmjerena na osobni razvoj, stvaranje novih obrazaca i željene promjene.



SMJER REGRESOTERAPIJE
Regresoterapija (prošlost i prošli životi)



- subotnje radionice (3 x 6 sati)
- individualni rad i dodatni zadaci

Metoda usmjerena na otkrivanje uzroka problema kroz iskustveni rad, revivifikaciju i regresiju.

UZ PROGRAM UKLJUČENO JE



***Prava promjena se događa kad
prestanemo slušati riječi svijeta i
počnemo slušati riječi koje nas
vode iznutra.***

Stephen Gilligan

**Upoznajmo se prije upisa
Programi, cijene i prijave
skola.felbar.net**