

NLP - Schnupperseminar für die Ernährungsberatung - speziell bei Adipositas

Termin: 9. / 10. November 2018

Zeit: Fr. 10.00 - 17.30 Uhr, Sa. 9.00 - 15.00 (14 UE)

Ort: Gut Karlshöhe, Karlshöhe 60d, 22175 Hamburg

Kosten: 340 € / 310 € (inkl. Seminarverpflegung).

Ein Rabatt wird gewährt, wenn der Rechnungsempfänger Mitglied in einem dieser Verbände ist: VDOE, QUETHEB, VDD, VFED und FET



Referentin: Dipl. oec. troph. Cornelia Ludwig

Selbständige zertifizierte Ernährungsberaterin VDOE mit Schwerpunktpraxis für Essstörungen, Mitarbeit im Fachausschuss Essstörungen Hamburg, Dozentin für Essstörungen, NLP-Practitioner, EASY WEIGHT®-Kursleiterin, Buchautorin, seit 28 Jahren tätig im Bereich Ernährung und Psyche. www.cornelia-ludwig.de

Ziel:

Das Neurolinguistische Programmieren (NLP) ist ein Konzept für Kommunikation und Veränderung sowie eine daraus abgeleitete Methode für Kurzzeittherapie, welche sehr gut in die Ernährungsberatung eingebettet werden kann – speziell bei Adipositas und Essstörungen.

Das Seminar gibt die Möglichkeit, Methoden aus dem NLP kennenzulernen. Mit Hilfe von Vortrag, Rollenspielen und Visualisierungsübungen werden Möglichkeiten des Einsatzes dieser Methode für sich selbst sowie für die Beratung vermittelt. Ziele werden klar und sinnesspezifisch formuliert, positive Motivation erlernt und ein konstruktiver Umgang mit Blockaden erlebt.

Inhalt:

- Was ist NLP?
- Repräsentationssysteme: Ausdruck und Denkmuster verstehen
- Rapport: Pacen und Leaden
- Zielvorstellung mit meinen fünf Sinnen
- Positive Motivation für sich und andere
- Das Persönlichkeitsmodell – ein Einblick
- Die innere Balance und die Funktionalität des Essverhaltens
- Wege zu einem neuen Ernährungsverhalten – ein Ausblick
- Integration in die Arbeit – Beispiele aus der Praxis

VDOE: Anerkannt für Baustein Beratung im Rahmen des Zertifikats : 2 Tage

QUETHEB: 4 Punkte Modul M/P · VDD: 14 Punkte · VFED: 14 Punkte