

# Bestellschein

Bitte füllen und senden / faxen an  
**Brockhaus Commission**  
Kreidlerstr. 9

D-70806 Kornwestheim

Tel. : 0 71 54-13 27-0  
Fax: 0 71 54-13 27-13  
v-r@brocom.de

Hiermit bestelle(n) ich/wir aus dem Verlag Vandenhoeck & Ruprecht,  
D-37070 Göttingen, www.v-r.de

- \_\_\_\_\_ Ex. Dietrich: **So gelingen Veränderungen**, 978-3-525-40271-9
- \_\_\_\_\_ Ex. Dietrich/Neubrand: CD-Box **Sich selbst begegnen und stärken**
- \_\_\_\_\_ Ex. Dietrich/Neubrand: CD-Box: **Sich selbst begegnen und gestalten**
- \_\_\_\_\_ Ex. \_\_\_\_\_

### Absender

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Lieferung über die Buchhandlung:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Datum / Unterschrift

Preis- und Redaktionsstand: 15.07.2016  
Verkehrs-Nr. 12574 • Ust.-IdNr. DE 1153 10241 • HRA 1182



Im September erscheinen:

Stefanie Neubrand / Daniel J. Dietrich  
**Sich selbst begegnen und stärken – Die Grundlagenbox**

Trancereisen zu den eigenen inneren Anteilen  
2 Audio-CDs mit 24-seitigem Booklet, Laufzeit: 73 und 97 Min.,  
ca. € 40,- D / € 41,20 A  
ISBN 978-3-525-40269-6

Daniel J. Dietrich / Stefanie Neubrand  
**Sich selbst begegnen und gestalten**  
Imaginationsreisen zu den eigenen inneren Anteilen

2 Audio-CDs mit 24-seitigem Booklet, Laufzeit: 85 und 92 Min.,  
ca. € 40,- D / € 41,20 A  
ISBN 978-3-525-40270-2

Hypnosystemische Trancereisen sind eine kraftvolle Ressource, um sich selbst zu begegnen, Selbstheilungskompetenzen zu aktivieren und das eigene Leben stimmig zu gestalten. Sie können von nahezu allen Menschen genutzt werden und als ein schulenübergreifendes Werkzeug für eine ressourcenorientierte therapeutische Arbeit dienen.

Verlag Vandenhoeck & Ruprecht • D-37070 Göttingen  
info@v-r.de • www.v-r.de



# Sich selbst zu verändern kann man lernen! Schließen Sie dafür Freundschaft mit sich



Verlagsgruppe Vandenhoeck & Ruprecht | V&R unipress

www.v-r.de

## Mit hypnosystemischen Lösungen werden, wer Sie sein können



Daniel J. Dietrich  
**So gelingen Veränderungen!**  
Mit hypnosystemischen Lösungen  
werden, wer Sie sein können

2016. Ca. 248 Seiten mit farbigen Illustrationen  
von Nicole B. Gnägi Dietrich, kartoniert  
€ 25,- D / € 25,80 A  
ISBN 978-3-525-40271-9

**eBook:** € 19,99 D  
ISBN 978-3-647-40271-0  
Erscheint im September 2016

Weitere Infos  
und Leseprobe  
auf [www.v-r.de](http://www.v-r.de)

Jeder hat Visionen von eigenen Veränderungen. Dieses Buch bietet sich als Begleiter an, um in sich Fähigkeiten zu entwickeln, mit denen ersehnte Veränderungen gelingen. Dabei helfen hypnosystemische Methoden.

Veränderungen gelingen durch erlernbare Fähigkeiten. Wie, das zeigt dieser Ratgeber. Basierend auf Konzepten der hypnosystemischen Therapie stellt Daniel Dietrich zehn navi-Skills vor, die dann auf ein selbst gewähltes Thema angewendet und Schritt für Schritt genutzt werden. Dabei entsteht Raum für eine Selbstbegegnung, in dem der Übende mit sich, seinen Bedürfnissen, Impulsen und Wünschen Freundschaft schließt. Um zukünftigen Herausforderungen mit einem gestärkten Selbstbewusstsein entgegenzutreten zu können, wird ein eigener Visionskompass entwickelt.

### DER AUTOR

Dr. med. **Daniel J. Dietrich** arbeitet als Oberarzt in der Privatklinik Wyss in Münchenbuchsee (Schweiz). Er ist systemischer Therapeut und Berater (SG, DGSG), chinesischer Therapeut (ANHK) und hat vielfältige Berufserfahrung in der Psychotherapie, der neurobiologischen und psychotherapeutischen Forschung und als Teammitglied und Weiterbildungsleiter in systemischen Ausbildungsinstituten.

Selbsterfahrungsseminare angelehnt an das Konzept des Buches finden in der Schweiz (weitere Informationen unter: [www.selbstfreundschaft.ch](http://www.selbstfreundschaft.ch)) und in Hamburg ([www.hisw.de](http://www.hisw.de)) statt. Hypnosystemische Weiterbildungen werden vom Autor sowohl in Hamburg als auch am Meilener Institut in Zürich ([www.ausbildungsinstitut.ch](http://www.ausbildungsinstitut.ch)) angeboten.

Rückmeldungen von Seminarteilnehmern:

„Ich fühlte mich von dem Buch als ein Mensch angesprochen, der frei ist zu entscheiden bzw. eingeladen ist in unterschiedlicher Weise auf sich und seine Ziele/Wünsche zu schauen. Das Buch gibt eine Struktur vor, an der ich mich gut orientieren konnte. Die Übungen haben geholfen, mich selbst zu beobachten und mir meines inneren Teams bewusst zu werden. „Der eigene Freund sein“ hat mich besonders angesprochen. Ich glaube, das hat damit zu tun, dass es hier darum geht, mit sich selbst gut umzugehen, die verschiedenen Anteile konstruktiv und wohlwollend zu betrachten und anzunehmen. Die Fallbeispiele waren sehr hilfreich, um die Übungen zu verstehen.“

„Ja! Ich habe verstanden, wie wichtig die Anteile in mir sind, die ich früher als meine Ziele sabotierend erlebt habe. Ich erfahre eine ganz zaghafte Freundschaft mit meinem inneren Kritiker. Ich habe großen Spaß an Imaginationen und halte sie für sehr hilfreich, kostbar und leicht zugänglich. Ich fühlte und fühle mich motiviert und angenommen durch die Haltung, die mir aus dem Buch entgegenkam. Ich erlebe mich viel selbstwirksamer als zuvor, ich habe den Eindruck, mein Leben noch nie so bewusst gestaltet zu haben wie jetzt.“