

HIPNOTIČKE PRIČE



Tečaj tehnike za terapeute kroz mindfulness i hipnozu

PROŠLOŽIVOTNA REGRESOTERAPIJA

PUTOVANJE U DUBINE PODSVIJESTI...
I JOŠ RANIJE



www.felbar.net/regresija

Sadržaj

<i>3</i>	UVOD
<i>4</i>	MODULI
<i>5</i>	VRIJEDNOSTI RADIONICE
<i>6</i>	REGRESOTERAPIJA
<i>8</i>	MODUL 1
<i>10</i>	MODUL 2
<i>12</i>	MODUL 3
<i>14</i>	MODUL 4
<i>16</i>	RASPORED
<i>19</i>	VODITELJI RADIONICE

Uvod: Kroz prošlost do iscjeljenja

Edukacija "Prošloživotna regresoterapija" osmišljena je za terapeute koji žele usvojiti napredne tehnike rada s prošlim iskustvima i sjećanjima klijenata. Cilj edukacije je osposobiti vas za sigurno i učinkovito vođenje regresoterapijskih procesa, kroz stručno razumijevanje svjesnosti, hipnoze i tehnika integracije.

Regresoterapija je moćna tehnika koja omogućava dublje razumijevanje sebe i rješavanje unutarnjih blokada kroz istraživanje prošlih iskustava – bilo iz ovog ili prošlih života. Ova radionica pruža strukturiran program za stjecanje praktičnih vještina u regresoterapiji, osnaživanje emocionalne inteligencije i sigurnog rada s klijentima.

Kroz četiri modula u 48 sati rada plus dodatne snimke fokusirat ćemo se na ključne aspekte terapijskog rada: razvijanje svjesnosti i ulazak u trans, stvaranje sigurnog prostora za klijenta, vođenje kroz prošlost te integraciju uvida i emocionalno iscjeljenje. Na kraju edukacije bit ćete spremni primijeniti ove alate u svom radu, omogućujući klijentima dublje uvide i transformaciju.

Ključni elementi radionice prošloživotne regresoterapije:

- ✱ Sigurno mjesto – Instalacija sigurnog unutarnjeg prostora za stabilnost
- ✱ Revivifikacija – Oživljavanje sjećanja kako bi se naučilo putovanje kroz vrijeme.
- ✱ Regresija u prošli život – Istraživanje prošlih iskustava radi razumijevanja i oslobađanja starih tereta.
- ✱ Rad s vodičima i višim ja – Intuitivno povezivanje s unutarnjim izvorom mudrosti.
- ✱ Iscjeljivanje kroz oprost, zahvalnost i promjenu perspektive – Ključni aspekt.
- ✱ RAIN metoda mindfulnessa – Tehnika za prepoznavanje, prihvaćanje, istraživanje i nepoistovjećivanje s emocijama tijekom procesa iscjeljenja.
- ✱ Transformacija životnih obrazaca – Integracija novih uvjerenja i strategija.



Moduli tečaja

01

Trajanje: 12 sati

MINDFULNESS, SVJESNOST I TRANS

- Predavanje "Uz mindfulness do kvalitetnije terapije"
- Radionica "Stupovi mindfulnessa i trans"
- Mindfulness R.A.I.N. metoda i svjesnost

02

Trajanje: 12 sati

OSNOVE HIPNOZE (ZA NEHIPNOTIZERE)

- Predavanje "Osnovne hipnotičke vještine"
- Budi tamo sada - vođenje klijenta u trans
- Hipnotički glas i govorenje

03

Trajanje: 12 sati

HIPNOZA, SIGURNOST I OŽIVLJAVANJE PROŠLOSTI

- Predavanje "Sigurnost kao osnova za rast nakon traume"
- Hipnotički trans i sigurno mjesto
- Napredna hipnotička revivifikacija

04

Trajanje: 12 sati

PROCES REGRESOTERAPIJE, UVIDI, INTEGRACIJA I ISCJELJENJE

- Predavanje "Nije počelo sada: iscijeli prošlost"
- Putovanje, istraživanje i dijalog - proces regresije
- Samostalni rad polaznika uz superviziju

Vrijednosti radionice

- ✓ 4 teorijska predavanja uživo – ključni koncepti mindfulnessa u terapiji, osnove hipnoze, elemente rada s traumom i sigurnog hipnotičkog pristupa.
- ✓ 3 glavna modula + mogući bonus za nehipnotizere – cjeloviti pristup učenju i radu.
- ✓ Ukupno 48 sati edukacije – struktura koja osigurava ravnotežu teorije i prakse.
- ✓ Pristup snimkama predavanja – mogućnost ponavljanja ključnih dijelova edukacije.
- ✓ PDF vodiči i radni materijali – stručni materijali za podršku vašem radu.
- ✓ Praktične demonstracije i vježbe – učite kroz iskustvo i aktivan rad.
- ✓ Samostalne regresije pod supervizijom – razvijajte sigurnost i povjerenje u proces.
- ✓ Certifikat o sudjelovanju – potvrda stečenih vještina i kompetencija.
- ✓ Podrška mentora.

Kad pogledamo u prošlost, ne radimo to da bismo ostali zarobljeni u njoj, već da bismo razumjeli kako nas oblikuje i kako je možemo osloboditi.

Gabor Maté

Kome je radionica namijenjena?

- Raznim terapeutima, hipnoterapeutima i onima koji žele produbiti svoje znanje
- Početnicima koji žele razumjeti osnove regresoterapije kroz praktičan rad
- Osobama zainteresiranim za samorazvoj, istraživanje i iscjeljenje trauma

Iscjeljenje nije vraćanje na staro, već stvaranje nove verzije sebe koja nije opterećena prošlim ranama.

Dr. Joe Dispenza



Regresoterapija - hipnoza, mindfulness i intuitivni rad

Regresoterapija je terapijski pristup koji omogućava osobi da se vrati u prošla iskustva – bilo iz sadašnjeg ili prošlih života – kako bi stekla uvid, oslobodila emocionalne blokade i postigla iscjeljenje. Temelji se na radu s podsviješću i intuitivnim vođenjem kroz unutarnja sjećanja.

Ključni elementi regresoterapije o ovoj edukaciji:

- ✦ Sigurno mjesto – Instalacija sigurnog unutarnjeg prostora za emocionalnu stabilnost tijekom procesa.
- ✦ Revivifikacija – Oživljavanje sjećanja iz sadašnjeg života kako bi se razjasnili obrasci i unutarnje dinamike.
- ✦ Regresija u prošli život – Istraživanje prošlih iskustava radi razumijevanja i oslobađanja starih tereta.
- ✦ Rad s vodičima i višim ja – Intuitivno povezivanje s unutarnjim izvorom mudrosti i smjernicama.
- ✦ Iscjeljivanje kroz oprost, zahvalnost i promjenu perspektive – Ključni aspekt transformacije kroz regresoterapiju.
- ✦ RAIN metoda mindfulnessa – Tehnika za prepoznavanje, prihvatanje, istraživanje i nepoistovjećivanje s emocijama tijekom procesa iscjeljenja.
- ✦ Transformacija životnih obrazaca – Integracija novih uvjerenja i strategija u svakodnevni život.



Modul 1

MINDFULNESS, SVJESNOST I TRANS

Ovaj modul predstavlja temeljni dio radionice i usmjeren je na razvijanje svjesne prisutnosti, regulaciju emocija i pripremu uma za dublji terapijski rad. Kroz kombinaciju mindfulnessa, rada s disanjem, introspektivnih tehnika i hipnotičkih procesa, polaznici će naučiti kako osnažiti vlastitu svjesnost te podržati klijente u postizanju emocionalne stabilnosti i sigurnosti prije i tijekom regresoterapijskog rada.

Teme i tehnike koje pokrivamo:

- ◆ Osnove mindfulnessa i svjesne prisutnosti
 - Što mindfulness jest, a što nije
 - Kako mindfulness jača fokus, smanjuje stres i priprema um za dublje uvide
 - 6 načela mindfulnessa
- ◆ RAIN metoda za rad s emocijama
- ◆ Disanje i tjelesna svjesnost u terapijskom radu
 - Vježbe disanja za emocionalnu regulaciju
 - Kako usmjeriti pažnju na tijelo i prepoznati fizičke manifestacije emocija
 - Tehnike prizemljivanja kroz senzorne podražaje
- ◆ Priprema za trans i dublji hipnotički rad
 - Kako koristiti mindfulness za olakšavanje ulaska u hipnotičko stanje

Praktični dio

- ✓ Korištenje mindfulnessa za iskustvo prisutnosti kod klijenata
- ✓ Primjena R.A.I.N. metode
- ✓ Korištenje svjesnosti osjetila i disanja za olakšavanje ulaska u trans

Benefiti ovog modula

- ✓ Naučit ćete kako kroz mindfulness razviti unutarnju stabilnost i prisutnost
- ✓ Ovladat ćete R.A.I.N. metodom za podršku emocionalnoj regulaciji klijenta
- ✓ Usvojit ćete tehnike disanja i svjesnosti osjetila koje podržavaju rad s transom
- ✓ Pripremit ćete um i tijelo za dublje iskustvo transa i introspektivnog rada



Modul 2

**OSNOVE HIPNOZE
(ZA NEHIPNOTIZERE)**

Hipnotički modul pruža temeljna znanja i vještine potrebne za razumijevanje i primjenu hipnoze u terapijskom radu. Polaznici će naučiti kako sigurno voditi klijente u hipnotičko stanje, koristiti sugestivne tehnike i razvijati osjećaj povjerenja kod klijenta. Modul je namijenjen i početnicima i iskusnim terapeutima koji žele unaprijediti svoju praksu kroz strukturirani pristup hipnozi.

Teme i tehnike koje pokrivamo:

- ◆ Osnovne hipnotičke vještine
 - Kako uspostaviti povjerenje i odnos s klijentom
 - Razumijevanje podsvjesnog uma i prijemчивosti na trans i sugestije
 - Glas, ton i ritam govora u hipnotičkom procesu
- ◆ Indukcija i produbljivanje hipnotičkog transa
 - Metode induciranja hipnotičkog stanja
 - Kako prilagoditi indukciju individualnim potrebama klijenta
 - Signali dubine transa i kako ih prepoznati
- ◆ Budi tamo sada – metoda usmjeravanja pažnje
 - Kako usmjeriti klijentovu percepciju na unutarnja iskustva
 - Razvijanje asociranih i disociranih iskustava u transu
 - Korištenje imaginacije za produbljivanje doživljaja
- ◆ Prvi koraci u sugestivnoj terapiji
 - Kako formulirati učinkovite sugestije
 - Primjena sugestija u opuštanju, motivaciji i terapijskom radu

Praktični dio

- ✓ Vježbe indukcije i produbljivanja hipnotičkog stanja
- ✓ Vođene hipnotičke sesije za upoznavanje s transnim fenomenima
- ✓ Primjena „Budi tamo sada“ metode za razvijanje osjetilne percepcije
- ✓ Grupni rad i vježbe vođenja klijenta kroz hipnozu

Benefiti ovog modula

- ✓ Naučit ćete kako voditi klijenta u sigurno hipnotičko stanje
- ✓ Razvit ćete osjećaj povjerenja i odnosa kroz hipnotičku komunikaciju
- ✓ Ovladat ćete tehnikama indukcije i produbljivanja transa
- ✓ Usvojit ćete metodu „Budi tamo sada“ za rad s imaginacijom i senzornim doživljajem
- ✓ Dobit ćete praktično iskustvo u primjeni sugestivnih tehnika u terapijskom kontekstu



03

Modul 3

**HIPNOZA, SIGURNOST I
OŽIVLJAVANJE PROŠLOSTI**

Treći modul usmjeren je na kreiranje, jačanje i primjenu sigurnog mjesta kao ključnog alata za emocionalnu stabilnost i podršku u hipnotičkom i terapijskom radu. Polaznici će naučiti kako klijente voditi kroz sigurno mjesto i kako ga koristiti za produbljivanje hipnotičkog transa i pripremu za idući korak - rad s traumom.

Teme i tehnike koje pokrivamo:

- ◆ Što je sigurno mjesto i kako djeluje?
 - Kako sigurno mjesto podržava emocionalnu stabilnost i regulaciju stresa
 - Definicija, individualni i univerzalni aspekti sigurnog mjesta
- ◆ Instalacija sigurnog mjesta kod klijenta
 - Koraci u kreiranju sigurnog mjesta
 - Kako pomoći klijentu da pronađe, izgradi i proširi svoje sigurno mjesto
- ◆ Proširivanje i jačanje sigurnog mjesta
 - Dodavanje zaštitnih elemenata (granica, vodič, povratak u sada)
 - Rad s unutarnjim vodičima i simbolima sigurnosti
 - Instalacija izvora vode kao alat za emocionalno pročišćenje
 - Stvaranje kutka odmora – prostor za regeneraciju i smirenje
 - Stvaranje prolaza u prošlost
- ◆ Sigurno mjesto kao alat u radu s traumom
 - Kako sigurno mjesto pruža podršku u regresoterapiji
 - Korištenje sigurnog mjesta za emocionalnu stabilizaciju prije i nakon rada

Praktični dio

- ✓ Vježba: Kreiranje sigurnog mjesta kroz vođenu imaginaciju
- ✓ Instalacija izvora iscjeljujuće vode i kutka odmora
- ✓ Rad u paru: Vođenje klijenta kroz sigurno mjesto i jačanje unutarnje sigurnosti
- ✓ Grupna analiza – kako sigurno mjesto može podržati regresoterapijski proces

Benefiti ovog modula

- ✓ Naučit ćete kako kreirati i instalirati sigurno mjesto kod klijenata
- ✓ Razvit ćete vještinu vođenja kroz sigurno mjesto u hipnoterapijskom radu
- ✓ Ovladat ćete tehnikama jačanja sigurnosti kroz imaginaciju i senzorne podražaje
- ✓ Usvojit ćete metode korištenja sigurnog mjesta u radu s traumom
- ✓ Dobit ćete alate za proširivanje sigurnog mjesta, portal za prošlost



04

Modul 4

**PROCES REGRESOTERAPIJE, UVIDI,
INTEGRACIJA I ISCJELJENJE**

Ovaj modul predstavlja završnu fazu radionice, u kojoj polaznici uče kako pravilno voditi regresiju, prepoznati ključne trenutke iz prošlosti te omogućiti integraciju uvida i iscjeljenje. Kroz strukturirani pristup regresoterapiji, polaznici će razviti sigurnost u vođenju klijenata kroz prošla iskustva, rad s unutarnjim resursima i otpuštanje emocionalnih tereta.

Teme i tehnike koje pokrivamo:

- ◆ Struktura regresoterapijskog procesa
 - Koraci vođenja regresije: ulazak, istraživanje, integracija
 - Kako odabrati odgovarajuću tehniku prema potrebama klijenta
- ◆ Vođenje kroz regresiju i prepoznavanje uvida
 - Ključna pitanja za navigaciju kroz prošla iskustva
 - Uloga terapeuta u facilitaciji uvida i razumijevanja
- ◆ Rad s karmičkim obrascima i emotivnim teretima
 - Prepoznavanje ponavljajućih obrazaca iz prošlih života
 - Kako voditi klijenta kroz proces otpuštanja i iscjeljenja
- ◆ Tehnike iscjeljenja i integracije novih perspektiva
 - Proces oprosta – kako voditi klijenta kroz otpuštanje tereta
 - Zahvalnost kao alat za završetak regresije
 - Vizualizacija i reprogramiranje podsvjesnih uvjerenja
- ◆ Sigurno mjesto kao podrška u regresoterapiji
 - Kako koristiti sigurno mjesto prije, tijekom i nakon regresije
 - Povratak u sadašnji trenutak i integracija uvida kroz tijelo i emocije

Praktični dio

- ✓ Vođena regresija – iskustveno putovanje kroz prošla sjećanja
- ✓ Rad u paru: vođenje klijenta kroz regresiju uz povratne informacije
- ✓ Tehnike oprosta i integracije – praktične vježbe primjene u terapijskom radu
- ✓ Grupna analiza i diskusija – razmjena iskustava i savjeti za daljnji rad

Benefiti ovog modula

- ✓ Naučit ćete kako sigurno i učinkovito voditi regresiju
- ✓ Razvit ćete sposobnost prepoznavanja ključnih uvida i unutarnjih poruka klijenta
- ✓ Ovladat ćete tehnikama rada s karmičkim obrascima i emocionalnim teretima
- ✓ Usvojit ćete metode oprosta, zahvalnosti i integracije novih perspektiva
- ✓ Kako koristiti sigurno mjesto za podršku i stabilizaciju klijenta nakon regresije

Putovanje

MODUL 1: MINDFULNESS

NISTE HIPNOTIZER?

**MODUL 2: BONUS -
OSNOVE HIPNOZE**

VLADATE HIPNOZOM?

MODUL 3: NAPREDNA HIPNOZA

**MODUL 4: PROCES
REGRESOTERAPIJE**

**SNIMKE, UVJEŽBAVANJE I
ZADACI**

Raspored proljeće 2025.

Modul 1: Mindfulness, svjesnost i trans

- ✦ Petak (21.2.) – Predavanje "Uz mindfulness do kvalitetnije terapije" (20:00–21:00)
- ✦ Subota (22.2.) – Radionica Stupovi mindfulnessa i trans (9:00–15:00)
- ✦ Nedjelja (23.2.) – Mindfulness R.A.I.N. metoda i svjesnost (9:00–14:00)

BONUS Modul 2: Osnove hipnoze (za nehipnotizere)

- ✦ Petak (14.3.) – Predavanje "Osnovne hipnotičke vještine" (20:00–21:00)
- ✦ Subota (15.3.) – Budi tamo sada - vođenje klijenta u trans (9:00–15:00)
- ✦ Nedjelja (16.3.) – Hipnotički glas i govorenje (9:00–14:00)

Modul 3: Hipnoza, sigurnost i oživljavanje prošlosti

- ✦ Petak (28.3.) – Predavanje "Sigurnost kao osnova za rast nakon traume" (20:00–21:00)
- ✦ Subota (29.3.) – Hipnotički trans i sigurno mjesto (9:00–15:00)
- ✦ Nedjelja (30.3.) – Napredna hipnotička revivifikacija (9:00–14:00)

Modul 4: Proces regresoterapije, uvidi, integracija i iscjeljenje

- ✦ Petak (25.4.) – Predavanje "Nije počelo sada: iscijeli prošlost" (20:00–21:00)
- ✦ Subota (26.4.) – Putovanje, istraživanje i dijalog - DEMO i poduka procesa (9:00–15:00)
- ✦ Nedjelja (27.4.) – Samostalni rad polaznika i supervizija (9:00–13:00)

Oblik i način rada

- Rad u malim grupama – osigurava dublju podršku i individualiziran pristup
- Kombinacija teorije i prakse – iskustveni rad s demonstracijama i povratnim informacijama
- Siguran terapijski pristup – naglasak na etičkom i intuitivnom radu
- Online rad uz snimke trajno dostupne. Snimke vježbe polaznika nisu uključene.

PROŠLOŽIVOTNA REGRESOTERAPIJA

Prijave i cijene na:
www.felbar.net/regresija

DODATNI POPUST ZA KOLEGE TERAPEUTE

Želimo podržati svoje kolege koji rade u terapeutkoj djelatnosti i na
iscjeljivanju svijeta. Hipnoterapeutima, psihoterapeutima,
psiholozima, konstelatorima, theta-healerima, PEAT ili EFT
praktičarima i srodnim iscjeljiteljima koji prakticiraju svoju djelatnost
(žive od nje), dodatnih 10% popusta na radionicu!

Voditelj radionice SANJA SUBOTIĆ



**PSIHOLOG I SOCIOLOG
MINDFULNESS MAJSTOR PRAKTIČAR
NLP I EFT MAJSTOR PRAKTIČAR
HIPNOTERAPEUT I HIPNOCOACH**

Kroz praksu mindfulnessa unutarnje i vanjsko poimanje i doživljavanje svijeta je izjednačeno. Ovdje je mindfulness podrška terapijskom procesu, jača fokus i stvara snagu kako za klijente u procesu, tako i za terapeute u pripremi i radu.

Autor i voditelj radionice
HRVOJE FELBAR



**PROFESOR ENGLESKOG JEZIKA I KNJIŽEVNOSTI
DIPLOMIRANI FONETIČAR
UČITELJ HIPNOTIČKOG GOVORENJA
PRIPOVJEDAČ ZA PODSVIJEST**

*Sigurno i vješto vođenje klijenta otvara
prostor za istraživanje prošlosti.
Tu je mjesto na kojemu se postavlja
sugestija za budućnost.
Sada.*

Suradnici
MIROSLAV KNEŽEVIĆ



**PSIHOTERAPEUT I HIPNOTERAPEUT
DOKTOR KOMUNIKOLOGIJE
PROFESOR, MEDIJATOR**

SVETLANA BLAŽEVIĆ



**HIPNOTERAPEUT
MINDSET COACH**

„Podsvijest ne zna za vrijeme. Ono što nije razriješeno iz prošlosti, i dalje oblikuje tvoju sadašnjost.“

Dr. Milton Erickson

DOBRODOŠLI U NOVU PRIČU
WWW.FELBAR.NET/REGRESIJA