

Inhalt

Einleitung.....	9
1. Klärung von Erwartungen und Erklärung von Hypnose.....	13
1.1 Trance als Alltagserleben und heilsamer Prozess	14
1.2 Imaginationen und Fantasie – die Inhalte von Tranceprozessen	16
1.3 Von Hopeless Helpless Attitude (HHA) zu Control Commitment Challenge (CCC)	20
1.4 Diskrepanzen erzeugen	33
2. Beziehungsaufbau und Rapportstrategien	35
2.1 Dem Kind Rückmeldung geben über das, was man bereits von ihm weiß.....	35
2.2 Dem Kind Wahlmöglichkeiten geben.....	40
2.3 Pacing und Leading	41
2.4 Das Meta-Modell und das Milton-Modell im hypnotherapeutischen Sprachgebrauch.....	44
2.5 Erfassen und Utilisieren von (Verhaltens-, Wahrnehmungs- und kognitiven) Mustern	48
3. Hypnotherapie – Arbeit mit veränderten Bewusstseinszuständen	57
3.1 Formale Tranceinduktionen und -ausleitungen.....	58
3.2 Imaginationen in der klassischen Hypnose	65
3.3 Ankern	71
3.4 Zurückholen in den Wachzustand und Reorientierung ins Hier und Jetzt	72
4. Vorgehensweisen zur allgemeinen Ich-Stärkung oder zum Selbstschutz.....	75
4.1 Aufbau eines Energiefeldes	75
4.2 Kontakt aufnehmen mit der inneren Stärke	76
4.3 Aufbau eines Schutzraumes.....	79
4.2 Zaubern als Tranceprozess	81

5.	(Selbst-)Hypnose bei unterschiedlichen Indikationen	85
5.1	Enuresis (Einnässen).....	87
5.2	Ängste und Phobien.....	92
5.3	Gewohnheitsstörungen wie Nägelbeißen, Auszupfen von Haaren oder Aufkratzen von Wunden.....	94
5.4	Arbeit mit Aufmerksamkeitsakrobaten: ADHS.....	97
5.5	Die Vorstellung und der Wechsel von unterschiedlichen energetischen Zuständen	100
5.6	Schmerzbehandlung und Stressreduktion in der Pädiatrie	102
6.	Indirekte Vorgehensweisen.....	111
6.1	Variable Standardgeschichten.....	112
6.2	Interaktives Erzählen: Geschichten in der Geschichte.....	114
7.	Teilearbeit mit Kindern und Jugendlichen.....	119
7.1	Die Phasen der Teilearbeit	122
7.1.1	Teilemodell anbieten und Teile identifizieren.....	123
7.1.2	Absichten und Funktion der Teile explorieren.....	132
7.1.3	Metaebene erarbeiten und fördern.....	133
7.1.4	Bedürfnisse und Motive hinter den Verhaltensmustern aufdecken.....	133
7.1.5	Annehmen und akzeptieren.....	135
7.1.6	„Inside me“: Metakommunikation und Integration (Metamorphosen)....	136
7.2	Teilearbeit in Form von Symbolen	137
7.3	Assoziiertes Arbeiten mit Teilen.....	145
8.	Hypnotherapeutische Herangehensweisen im Spiel	149
8.1	Das Spiel als natürlicher Induktionsrahmen	150
8.2	Spielraum-Therapie.....	151
8.3	Die Phasen des Spielprozesses.....	154
8.3.1	Die Orientierungs- und (Motiv-)Suchphase	155
8.3.2	Handlungs- und Vertiefungsphase.....	157
8.2.3	Stabilisierungs- und Integrationsphase	164

9. Hypnotherapie und hypnosystemische Herangehensweisen mit Familien	167
9.1 Wer (in mir) trifft auf wen (in dir)? Teilearbeit mit Eltern und Kindern.....	169
9.2 Verbindende Aktivitäten und Förderung des familiären Gemeinschaftsgefühls.....	171
9.3 Arbeiten mit einer Person oder mehreren Mitgliedern in Anwesenheit der Familie als indirekter Zugang	178
Anhang	185
I. Leitfaden: Entwicklungsbericht zum Kind	187
II. Prozessdiagnostische Merkmale (Beobachtungsskalen).....	189
III. Struktur einer hypnotherapeutischen Geschichte zum täglichen Hören...	191
IV. Standardtrance	195
V. Anleitung zum Vorgehen bei einer Familienhypnosesitzung.....	197
Literatur.....	199