

Inhalt

Vorwort.....	7
Einleitung.....	9
Danksagung.....	11
TEIL I: THEORETISCHE GRUNDLAGEN DER HYPNOTHERAPIE	13
1. Die Geschichte der Hypnose	15
1.1 Die Wirkung transpersonaler Kräfte.....	15
1.2 Die Wirkung interpersonalen Kräfte	17
2. Hypnotherapie nach Milton H. Erickson – der kooperative Ansatz	22
2.1 Lebensgeschichte von Milton H. Erickson	23
2.2 Die Bedeutung der Erickson'schen Arbeit für die Psychotherapie	29
3. Trance und Trancephänomene.....	32
3.1 Trancezustände im Alltag und in der Therapie	32
3.2 Trancephänomene	35
3.3 Nutzung der Trancephänomene in der Hypnotherapie	41
4. Grundprinzipien der Hypnotherapie.....	45
4.1 Rapport, Pacing und Leading	45
4.2 Utilisation und individualisiertes Vorgehen	51
4.3 Ressourcenorientierung.....	53
4.4 Indirekte Kommunikation und das Unbewusste	54
5. Wissenschaftliche Anerkennung und (Kontra-)Indikationen.....	58

TEIL II: PRAKTISCHE GRUNDLAGEN DER HYPNOTHERAPIE.....	65
6. Hypnotische Sprachmuster	67
6.1 Tiefen- und Oberflächenstruktur der Sprache.....	67
6.2 Milton- und Meta-Modell der Sprache	70
6.3 Hauptkategorien zur Konstruktion von Trancesprache	72
6.4 Weitere Kategorien	91
6.5 Metaphern und Geschichten.....	98
7. Ablauf und Methoden einer Hypnotherapie.....	103
7.1 Das Vorgespräch	104
7.2 Techniken der Rapportgestaltung.....	109
7.3 Von der Problembeschreibung zur Zielorientierung	120
7.4 Ressourcen	131
7.5 Selbsthypnose	137
7.6 Trancetechniken und -rituale.....	140
7.7 Reorientierung und Nachgespräch	153
Anstelle eines Schlussworts: ein Trancetext für den Leser	157
Literatur.....	159
Index	163
Über die Autorinnen.....	165