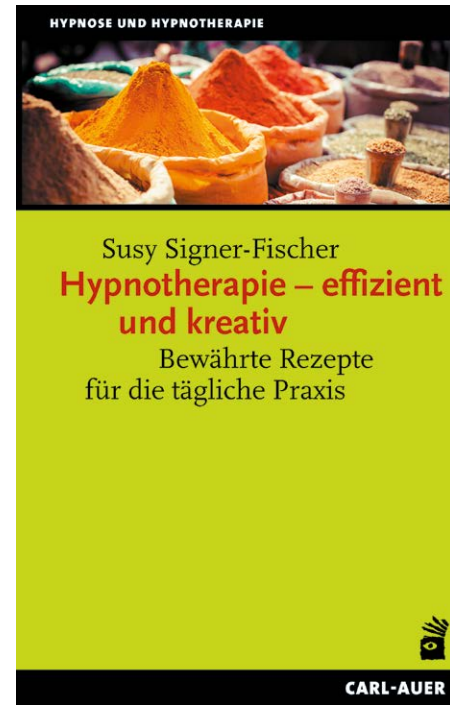


214 Interventionen für jede Gelegenheit



Susy Signer-Fischer
Hypnotherapie – effizient und kreativ
Bewährte Rezepte für die tägliche Praxis
380 Seiten, Kt, 2019
€ (D) 49,-/€ (A) 50,40
ISBN 978-3-8497-0269-4
Auch als **eBook** erhältlich

Über das Buch



Susy Signer-Fischer
Hypnotherapie – effizient und kreativ
Bewährte Rezepte für die tägliche Praxis
380 Seiten, Kt, 2019
€ (D) 49,-/€ (A) 50,40
ISBN 978-3-8497-0269-4
Auch als **eBook** erhältlich

Hypnotische Interventionen können, kombiniert mit anderen Verfahren, in sehr vielen Lebensbereichen und bei fast allen Störungsbildern eingesetzt werden. Entscheidend für den Erfolg einer Therapie oder Beratung sind eine gute Vorbereitung und sorgfältige Planung.

Susy Signer-Fischer stellt in diesem Praxisbuch über 200 hoch wirksame Interventionen kompakt und übersichtlich zusammen, geordnet nach Störungsbildern und Lebensthemen. Jede Intervention wird kurz eingeführt und erklärt, darauf skizziert die Autorin den Aufbau der Trance und gibt Hinweise zu den jeweiligen Anwendungsbereichen.

Daraus entsteht eine Sammlung von kompakten Interventionen, die wenig Zeit brauchen, für Fachleute leicht verständlich sind und direkt in der Praxis angewendet werden können. Dem Praxisteil vorangestellt sind allgemeine Informationen zu Psychotherapie und zur Anwendung von Hypnose. Ein Schlagwortverzeichnis erleichtert den gezielten Zugriff.

Ich bestelle:

Ex. _____ **Hypnotherapie – effizient und kreativ** ISBN 978-3-8497-0269-4
€ (D) 49,-/€ (A) 50,40

Ich bin an weiteren Informationen per eMail interessiert

- Ja, ich möchte den **Carl-Auer Newsletter** abonnieren.
 Ja, ich möchte aktuelle **Buchempfehlungen** erhalten.

Name _____

Straße _____

Ort _____

E-Mail _____

Unterschrift/Datum _____

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstr. 14
69115 Heidelberg

Bei Bestellungen über www.carl-auer.de
liefern wir deutschlandweit portofrei.

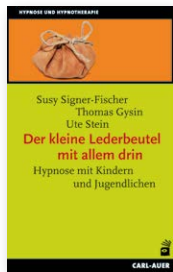
 **Carl-Auer Verlag**
www.carl-auer.de

Über die Autorin



Susy Signer-Fischer, lic. phil., Psychologin und Psychotherapeutin FSP, ist Fachpsychologin für Psychotherapie FSP und für Kinder- und Jugendpsychologie FSP. Sie arbeitet am Zentrum für Entwicklungs- und Persönlichkeitsdiagnostik (ZEPD) der Universität Basel und in freier Praxis. Außerdem ist sie tätig in der Aus- und Weiterbildung von PsychotherapeutenInnen, vor allem in Hypnose-therapie, Familientherapie und Kinderpsychotherapie. Sie ist zudem Past-Präsidentin und Gründungsmitglied der Gesellschaft für Klinische Hypnose Schweiz (Ghyps).

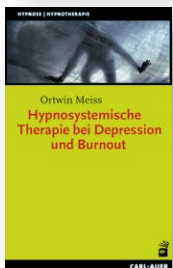
Weitere Titel:



Susy Signer-Fischer
Thomas Gysin / Ute Stein
**Der kleine Lederbeutel
mit allem drin**
Hypnose mit Kindern
und Jugendlichen
374 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2014
€ (D) 34,-/€ (A) 35,-
ISBN 978-3-89670-708-6



Consuelo Casula
Gärtner, Prinzessinnen, Stachelschweine
Metaphern und Geschichten für die
persönliche und berufliche Entwicklung
Aus dem Italienischen von Susanne Schmidt
Mit einem Vorwort von Bernhard Trenkle
304 Seiten, Kt, 2017
€ (D) 34,95/€ (A) 36,-
ISBN 978-3-8497-0177-2
Auch als **eBook** erhältlich



Ortwin Meiss
**Hypnosystemische Therapie
bei Depression und Burnout**
336 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2018
€ (D) 34,95/€ (A) 36,-
ISBN 978-3-8497-0153-6

Bei Bestellungen über www.carl-auer.de
liefern wir deutschlandweit portofrei.

Leseprobe

Was kannst du gut?

Diese Intervention zielt auf persönliche Stärken des Klienten und dessen Leistungsfähigkeit ab. Sie kann helfen, den Selbstwert zu verbessern und sich eigener Stärken bewusst zu sein oder zu werden. Manchmal ist es ganz erstaunlich, wie Menschen unseres Kulturkreises zunächst einmal kaum wagen, sich selbst, geschweige denn anderen Leuten gegenüber zuzugeben, was sie gut können. Meist fällt es mit jeder einmal genannten Fähigkeit leichter, weitere aufzuzählen, weil die Klienten in einen Ressourcenmodus gelangen. In der Folge kann die Wirkung der Intervention in Trance verstärkt werden.

Das gleiche Prinzip kann wie hier für Leistung auch für andere Lebensthemen angewendet werden.

Hier-und-jetzt-Zustand

- 1) Den Klienten fragen, was er gut kann. Mindestens fünf Stärken oder Fähigkeiten aufzählen lassen.
- 2) Eine Fähigkeit wird ausgewählt.
- 3) Der Klient stellt sich dazu eine konkrete Situation vor, in der er diese eigene Fähigkeit erfolgreich einsetzt.
- 4) Die Situation wird mit Anfang und Abschluss genau eingegrenzt.

Trance

- 5) Der Klient durchläuft und erlebt die Situation in seiner Vorstellung bis zu ihrem Höhepunkt und hält sie dort an.
- 6) Er erkundet und beschreibt, wo und wie er das zugehörige Gefühl im Körper wahrnimmt.
- 7) Er soll für das Gefühl ein passendes Symbol finden.
- 8) Der Klient bewahrt das Symbol im Gedächtnis, sodass er es wiederfinden und herbeiholen kann.
- 9) Er verabschiedet sich von dieser Situation und kommt zurück.

Hier-und-jetzt-Zustand

- 10) Den Klienten darauf hinweisen, dass er das Symbol inklusive Körpergefühl immer dann, wenn es gebraucht wird, hervorholen kann.

Anwendung

- Ressourcen aufbauen und wahrnehmen
- Leistung
- Herausforderung
- Selbstwirksamkeit
- Selbstvertrauen
- Selbstfürsorge
- Sich selbst beelernen
- Zu hohe Ansprüche an sich, Perfektionismus

Hinweise

- Es wird auf die Körperwahrnehmung fokussiert, weil diese oft leichter wahrgenommen werden kann als Gefühle.
- Das Körpergefühl reicht dann, um das Gefühl zu finden.
- Die Verankerung mit einem Symbol ist die sicherste, schnellste und unkomplizierteste Verankerungsform. Mitgeführte Gegenstände können verloren gehen oder von anderen Leuten falsch eingesetzt werden. Beispielsweise kann das Verankern mit Druck aufs Handgelenk oder einer Geste während einer Tätigkeit störend sein. Ein Symbol macht Klienten jeden Alters unabhängig, weil die Methode von außen nicht wahrgenommen werden kann.