

# Inhalt

<b>Vorwort: Von der Induktion zur evokativen Grammatik</b> .....	9
<b>Prolog</b> .....	13
<b>Eine Metapher</b> .....	14
<b>Ein Überblick</b> .....	15
<b>Zentrale Konzepte</b> .....	17
<b>1 Einleitung</b> .....	18
<b>2 Dekonstruktion der Hypnose – Was ist Hypnose überhaupt?</b> .....	23
<b>3 Milton H. Erickson und die Foundation seines Namens</b> .....	27
<b>4 Genealogie – Wie sich Milton Ericksons Erbe weiterentwickelte</b> ...	31
<b>5 »Zustände« – Die Geografie der Veränderung</b> .....	39
<b>6 Salvador Dalí trifft Milton H. Erickson – Eine experientielle Einführung</b> .....	47
<b>7 Das traditionelle Hypnosemodell – Eine Einführung</b> .....	55
Das traditionelle Modell .....	55
<i>Die Präinduktionsphase</i> .....	56
<i>Herstellen von Rapport</i> .....	56
<i>Diagnostizieren des Problems</i> .....	57
<i>Korrigieren falscher Vorstellungen von Hypnose</i> .....	57
<i>Eine Liste falscher Vorstellungen von Hypnose</i> .....	59
<i>Die Diagnose der Hypnotisierbarkeit des Patienten</i> .....	68
<i>Induktion</i> .....	72
<i>Vertiefung</i> .....	73
<i>Hypnotische Phänomene</i> .....	75
<i>Beobachtungen über hypnotische Phänomene</i> .....	79
<i>Wie man hypnotische Phänomene nutzen kann</i> .....	80
<i>Behandlung</i> .....	81
<i>Abschluss</i> .....	83
<i>Wie das traditionelle Hypnosemodell heute verwendet wird</i> .....	84
<i>... die Parodie einer Behandlung wegen Fettleibigkeit         nach dem traditionellen Hypnoseansatz</i> .....	85
<i>Das traditionelle und das von Erickson entwickelte Modell</i> ..	86
<b>8 Die Orientierung an den hypnotischen Phänomenen</b> .....	89
Die Perspektive der hypnotischen Phänomene .....	92
<i>Veränderung der Wahrnehmung</i> .....	93
<i>Veränderung der Erlebensintensität</i> .....	94

<i>Erleben von willensunabhängigem Verhalten (Unwillkürlichkeit)</i> ..	94
<i>Willensunabhängiges (implizites) Reagieren</i> .....	95
<i>Definieren der Situation als Hypnose</i> .....	97
<b>9 Hypnotische (evokative) Kommunikation</b> .....	<b>101</b>
Mehrebenen-Kommunikation .....	107
Injunktion und Induktion .....	110
Die Injunktion in der Hypnose .....	111
Entwickeln der Responsivität .....	112
<b>10 Ein ericksonsches Induktions- und Hypnosemodell</b> .....	<b>113</b>
Präinduktion .....	113
Die Trance-Elizitation .....	116
<i>Harmlose Direktiven</i> .....	118
I) Strukturierung der Responsivität .....	118
1) <i>Erschließung und Entwicklung der Responsivität,</i> <i>insbesondere bezogen auf minimale Hinweise</i> .....	118
2) <i>Beeinflussung von Aufmerksamkeit und Wahrnehmung</i> ....	122
3) <i>Beeinflussung der Assoziationen</i> .....	123
4) <i>Herbeiführung einer Rollenregression</i> .....	127
5) <i>Zugangsmotivation</i> .....	128
II) Beeinflussung des laufenden Verhaltens und des aktuellen Kontexts in Richtung Hypnose .....	130
6) <i>Ratifikation von Reaktionen</i> .....	130
7) <i>Definieren der Situation als Hypnose</i> .....	131
III) Unterbrechung der gewohnten bewussten geistigen Verfassung .....	132
8) <i>Nutzen von Verwirrung/Destabilisierung</i> .....	132
IV) Fördern automatischen Verhaltens .....	135
9) <i>Fördern von Wahrnehmungsveränderungen</i> .....	135
10) <i>Förderung von Dissoziation</i> .....	136
Warum ist es wichtig, die zehn Induktionsprinzipien zu nutzen? .....	140
Induktionsprinzipien in Aktion .....	142
Die hypnotische Konstellation .....	147
1) <i>Ökonomie der Bewegung, der Reaktionsweise</i> <i>und des Ausdrucks</i> .....	150
2) <i>Wörtlichnehmen</i> .....	150
3) <i>Zeitliche Verzögerung bei Reaktionen</i> .....	150
4) <i>Veränderung des Schluck- und Schreckreflexes</i> .....	150
5) <i>Muskelentspannung</i> .....	150

6) Veränderungen der Puls- und Atemfrequenz sowie des Blutdrucks .....	151
7) Veränderungen des Verhaltens der Augen .....	151
8) Verringerung der Zahl der Bewegungen, die der Orientierung dienen .....	151
9) Perseveration .....	151
10) Asymmetrisches Verhalten .....	152
11) Veränderungen der peripheren Blutzirkulation .....	152
12) Muskelzucken .....	152
13) Verstärkung von Rapport und Responsivität .....	152
14) Verstärkung ideodynamischen Verhaltens .....	152
15) Maskenhafte Erscheinung des Gesichts .....	153
16) Trancelogik .....	153
17) Veränderung der Orientierung des Körpers im Raum .....	154
18) Zahnradphänomen .....	154
19) Katalepsie .....	154
20) Veränderung der Stimmcharakteristik .....	154
21) Idiosynkratische Veränderungen .....	154
Weitere Möglichkeit der Nutzung von Verhaltensweisen der hypnotischen Konstellation .....	154
Die Utilisation hypnotischer Phänomene .....	155
Hypnosetiefe .....	158
Hypnotische Phänomene als Ressourcen .....	160
Indikationen für eine Hypnotherapie .....	161
Hypnotische Plastizität .....	162
I) Plastizität hinsichtlich der sensorischen Wahrnehmung .....	162
II) Plastizität hinsichtlich der Gedächtnisfunktionen .....	165
III) Plastizität hinsichtlich der Zeitwahrnehmung .....	165
IV) Veränderungen hinsichtlich des Erlebens der Willensbestimmtheit des Verhaltens .....	166
Plastizität in Hypnose .....	166
Therapie .....	168
Abschluss .....	169
<b>11 Die Sprache der Hypnose – Mikro-dynamische Möglichkeiten des ansehnlichen Verpackens .....</b>	<b>172</b>
Positive Erwartungen .....	174
Direkte und indirekte Kommunikation .....	176
Die Elemente der indirekten Suggestion .....	177
Gemeinplätze .....	177
Vorannahmen .....	182

<i>Komplexe Vorannahmen</i> .....	185
<i>Weitere Formen indirekter Suggestion</i> .....	187
Beim Suggestionsprozess genutzte	
Kommunikationsformen .....	218
<i>Formen, die als Präsuggestionen benutzt werden</i> .....	218
Mittel, die während des Suggestionsprozesses	
benutzt werden .....	221
1) <i>Verkettung</i> .....	221
2) <i>Nonverbale/paraverbale Methoden</i> .....	223
3) <i>Ratifizierende Gemeinplätze</i> .....	224
4) <i>Bestätigungsfragen</i> .....	224
5) <i>Hinzufügen einer Motivation und/oder Einbinden</i>	
<i>einer Positivaussage</i> .....	225
Über die Sprache der Hypnose .....	225
Demonstration hypnotischer Sprachformen .....	228
<b>12 Das ARE-Modell</b> .....	<b>233</b>
Einleitung .....	233
Das ARE-Modell .....	234
<i>Vertiefung</i> .....	234
<i>Grundlegende Vertiefungstechniken</i> .....	235
<i>Vertiefungswerkzeuge</i> .....	237
<i>Ratifizierung</i> .....	243
<i>Elizitieren von Dissoziation</i> .....	244
<i>Elizitieren von Responsivität</i> .....	246
<i>Elizitieren von Ressourcen</i> .....	247
<i>Phänomene</i> .....	247
<i>Traditionelle und ericksonsche Vertiefungsstrategien</i> .....	249
<i>Freistilinduktionen</i> .....	254
<i>Über die Auswahl von Vertiefungstechniken</i> .....	257
<b>13 Zum Abschluss</b> .....	<b>261</b>
Danksagung .....	262
<b>Literatur</b> .....	<b>264</b>
<b>Über den Autor</b> .....	<b>271</b>