

Inhalt

Vorwort: Von der Induktion zur evokativen Grammatik	9
Prolog	13
Eine Metapher	14
Ein Überblick	15
Zentrale Konzepte	17
1 Einleitung	18
2 Dekonstruktion der Hypnose – Was ist Hypnose überhaupt?	23
3 Milton H. Erickson und die Foundation seines Namens.....	27
4 Genealogie – Wie sich Milton Ericksons Erbe weiterentwickelte ...	31
5 »Zustände« – Die Geografie der Veränderung	39
6 Salvador Dalí trifft Milton H. Erickson – Eine experientielle Einführung	47
7 Das traditionelle Hypnosemodell – Eine Einführung.....	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</i>	
<i>nach dem traditionellen Hypnoseansatz</i>	85
<i>Das traditionelle und das von Erickson entwickelte Modell ..</i>	86
8 Die Orientierung an den hypnotischen Phänomenen	89
Die Perspektive der hypnotischen Phänomene	92
<i>Veränderung der Wahrnehmung</i>	93
<i>Veränderung der Erlebensintensität</i>	94

Erleben von willensunabhängigem Verhalten (Unwillkürlichkeit)	94
Willensunabhängiges (implizites) Reagieren	95
Definieren der Situation als Hypnose	97
9 Hypnotische (evokative) Kommunikation	101
Mehrebenen-Kommunikation	107
Injunktion und Induktion	110
Die Injunktion in der Hypnose	111
Entwickeln der Responsivität	112
10 Ein ericksonsches Induktions- und Hypnosemodell	113
Präinduktion	113
Die Trance-Elitzitation	116
<i>Harmlose Direktiven</i>	118
I) Strukturierung der Responsivität	118
1) Erschließung und Entwicklung der Responsivität, insbesondere bezogen auf minimale Hinweise	118
2) Beeinflussung von Aufmerksamkeit und Wahrnehmung	122
3) Beeinflussung der Assoziationen	123
4) Herbeiführung einer Rollenregression	127
5) Zugangsmotivation	128
II) Beeinflussung des laufenden Verhaltens und des aktuellen Kontexts in Richtung Hypnose	130
6) Ratifikation von Reaktionen	130
7) Definieren der Situation als Hypnose	131
III) Unterbrechung der gewohnten bewussten geistigen Verfassung	132
8) Nutzen von Verwirrung/Destabilisierung	132
IV) Fördern automatischen Verhaltens	135
9) Fördern von Wahrnehmungsveränderungen	135
10) Förderung von Dissoziation	136
Warum ist es wichtig, die zehn Induktionsprinzipien zu nutzen?	140
Induktionsprinzipien in Aktion	142
Die hypnotische Konstellation	147
1) Ökonomie der Bewegung, der Reaktionsweise und des Ausdrucks	150
2) Wörtlichnehmen	150
3) Zeitliche Verzögerung bei Reaktionen	150
4) Veränderung des Schluck- und Schreckreflexes	150
5) Muskelentspannung	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
11 Die Sprache der Hypnose – Mikrodynamische Möglichkeiten des ansehnlichen Verpackens	172
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 Präsuggestioen 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 einer Positivaussage</i>	225
Über die Sprache der Hypnose	225
Demonstration hypnotischer Sprachformen	228
12 Das ARE-Modell	233
Einleitung	233
Das ARE-Modell	234
<i>Vertiefung</i>	234
<i>Grundlegende Vertiefungstechniken</i>	235
<i>Vertiefungswerzeuge</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
13 Zum Abschluss	261
Danksagung	262
Literatur	264
Über den Autor	271