

# Ericksonsche Hypnotherapie - Chancen und Möglichkeiten Umgang mit „ schwierigen Klienten“ Vortrag



Dipl.- Psych. Anne M. Lang  
Institut Systeme  
Anne M. Lang & Partner Bonn  
MILTON ERICKSON GESELLSCHAFT  
M.E.G. – Regionalgruppe Bonn

# Ericksonsche Hypnotherapie – wie sie Trancen in moderne wissenschaftliche Psychotherapie integriert.

- Einordnen in die Geschichte von Psychotherapie – die konstruktivistischen Verfahren
  - Selbstorganisation eines Individuum
  - Ressourcenaktivierung
  - Lösungsorientierung - Zukunft
- Die Person des Psychiaters und Hypnotherapeuten Milton Erickson 1901 –1980 indirekte Trance, Utilisierung, „uncommon therapy“
- Trance/ Hypnose als therapeutisch wirksames Phänomen
  - Nutzen einer menschlichen Möglichkeit
- Anwendungsmöglichkeiten in der Psychotherapie
  - Vertiefung - Fokussierung – Ankern - Telearbeit – Übertragung von Fähigkeiten – Dissoziieren und Assoziieren - usw.

# Direkte, indirekte Interventionsformen in Hypnose –

- Einstreutechnik
- Metaphern
- Altersregression/ Altersprogression
- Affektbrücke
- Aktivierung von Teilpsychen
- Reassoziaton von Ressourcen
- Ideomotorische Befragung
- Kinotechnik ( dissoziative)
- Visualisierungen
- Imaginative Techniken
- Aufstellungen
- usw.

# Das „Ericksonsche Unbewusste“

**Einführung des „Tertiums“ im System**

**Erweiterte  
Interventionsmöglichkeiten**

**Anstoßen von Selbstheilungskräften,  
der Selbstorganisation**

**Erfahrbarmachung von Ambivalenzen  
Teilpsychen**

**Erleichterung der therapeutischen Arbeit**

- Das „Ericksonsche Unbewusste“-Ressourcen
- Erhöhung der Effektivität von Psychotherapie
- Erreichbarkeit von schwierigen Patienten und Symptomen
- Erhöhung der therapeutischen Möglichkeiten
- Burn - out – Prophylaxe der Therapeutin

# Hypnotherapie - Chancen:

- Veränderungsritual
- Unwillkürlichkeit des Symptoms wird mit der hilfreichen Unwillkürlichkeit der Trance behandelt
- Fokussierung und Ankerung
- Kontrolle / Reden reduziert
- Utilisierung von allem, was kommt
- Einstellung auf die / Nutzen der Einzigartigkeit jedes Individuum
- Arbeit mit Analogem Metaphern, Geschichten
- Therapeut wird und bleibt flexibel

## Fall: Schmerzpatientin: Rapport und Ichstärkung

1. Erreichbarkeit / Rapport;
2. unwillkürliche Phänomene;
3. Selbsthypnose;
4. Verhaltensänderung – Grenzen setzen
5. am Arbeitsplatz und in der Beziehung;
6. Neue Verhaltensweisen: Hilfe anbieten;  
Mitreisen;
7. Schmerzveränderung

## Fall: Bulimiepatientin: Ressourcenaktivierung, Ichstärkung

1. Tranceerfahrungen; unwillkürliche Phänomene;
2. Geschichten zu Körperempfinden, zu Sinnesmod.;
3. Joggen, Musikgruppe;
4. Neue Beziehung;
5. Bulimieaufgabe;

Fall: Angstpatientin / Psychosomatik –  
Psychotherapie

( Yoga, Schwimmen);

Hypnosearbeit:

1. Arbeit mit Teilpsychen ( Steine unsichtbar machen);
2. Unterlassen unangemessener Dramatik ;
3. Musteränderung;
4. Neue Struktur finden;
5. Unabhängigkeit und Kontakt;

## Stärken entwickeln – auf vorhandene setzen

### Hypnose:

- Ermöglicht den Rapport zu schwierigen Patienten
- Ichstärkung
- Ressourcenaktivierung auf verschiedenen Ebene
- Setzt starke selbst aus zu wählende Impulse
- Ankert neue Erfahrungen

# Literaturliste:

David Gordon & Maribeth Meyers-Anderson (1 Isko-press  
„Phoenix – therapeutische Strategien von Milton H. Erickson

J.Haley 73 New York Grune & Straton

Dt. „ Die Psychotherapie Milton H. Erickson“ 78

J. Zeig: Die Weisheit des Unbewussten Carl Auer 95

D. Revenstorf: „ Klinische Hypnose“ Springer-Verlag 90