

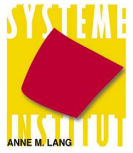
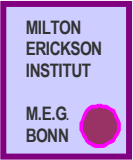
# Anwendungsseminar im Bonner Milton Erickson Institut - M.E.G.

## C- Seminar für KliHyp / MedHyp und Komhyp

### „Hypnose / Angst und Phobie“

Dieses 2teilige an 2 Nachmittagen stattfindende Seminar ist im ersten Nachmittag ein Grundseminar der MedHyp und für beide Tage ein Anwendungsseminar.

Anne M. Lang, Claudia Kerp



#### Ziel der Veranstaltung:

Das Seminar ist einerseits ein eintägiges Grundlagenseminar des Medhyp-Curriculums.

Wie Ärzte wissen, ist die Situation beim Arzt (Weißkittelsyndrom) schon suggestiv bestimmt und dies kann insofern gerade positiv genutzt werden.

Hier kann das **ärztliche Gespräch** zur Vorbereitung, Begleitung und Nachbereitung von Behandlung mit Konversationshypnose bzw. **Wachsuggestionen** unterstützen. So werden bei fachspezifischen Untersuchungen und Eingriffssituationen in Kenntnis hypnotischer Kommunikationsmöglichkeiten mentale **Weichen für körperliche Gesundungsprozesse gestellt**. In Kombination mit Hypnose in Form von Nutzung von Trancephänomenen werden Behandlungen optimal durchgeführt.

Weiterhin ist es mit beiden Nachmittagen ein Anwendungsseminar im KliHyp-Curriculum. Für PsychotherapeutInnen geht es meist darum, **dass Ängste chronisch geworden sind und eine Eigendynamik erzeugt haben**. Hierbei sind zusätzlich systemische Komponenten der Gesamtsituation einzubeziehen.

Es ist nie nur die uns gegenüber sitzende Person und ihre Biographie, die das Problem bzw. die Lösung allein ausmacht. Was systemisch Einfluss auf eine Veränderung nimmt, sind wichtige Bezugspersonen, die Therapeuten selbst, mentale Suggestionen wie Vorannahmen, Modelle, die Vorwegnahme der geänderten Situation danach usw..

Wie dabei **Psychotherapieprozesse** aussehen, **die Hypnose als Ritual oder in der indirekten Hypnosekommunikation nutzen** und wie diese dann individuell mit dem Klienten passend im Machen gestaltet werden, wird insbesondere aufgezeigt.

#### Themen in Stichworten: 1. Nachmittag:

- Angst als Konsequenz von reduzierter und veränderter Fixierung von Aufmerksamkeit
- (Ungewollte und günstige) Wachsuggestionen im ärztlichen Gespräch
- Hypnose bei Eingriffen bei Arzt, Zahnarzt
- Wie sieht ein mit indirekter Hypnose Kommunikation unterstützendes Behandlungsgespräch in einer angsterzeugenden Situation aus?
- Chronische Ängste
- Hypnose als Musterunterbrechung und Erweiterung bei Fixierungen
- Wie wirkt gerade Hypnose bei der Aufhebung von psychischen Ängsten?
- Systemisches Einbeziehen der relevanten Gesamtsituation
- Ericksonsche Hypnotherapie
- Selbsthypnose für Klienten

#### Inhalte:

**Akute Ängste** sind in all ihren unterschiedlichen Fassetten ständige Themen im medizinischen Behandlungsalltag und in der Psychotherapie. Es geht um Angst vor Krankheiten, vor Diagnosen und Prognosen, um die Angst vor Eingriffen und Schmerzen, Existenz- und Zukunftsängste bei schweren progredienten Erkrankungen.

**Chronische Ängste:** Im **psychischen Krankheitsbereich** geht es um generell **flottierende generalisierte Ängste** und **spezifische Ängste**, um mit **Depressionen gemischte Ängste (ICD F41.2 u. F 43.22)**, um mit **Zwängen gekoppelte Ängste**, wie z.B. bei der **Angst erbrechen zu müssen**, um **Krankheitsängste**, um **Ängste**, einen Herzinfarkt zu

erleiden oder die Angst zu sterben bei befundloser Situation. Dann wieder gibt es die abgegrenzten Ängste, Phobien genannt, wie die vor sozialen Situationen (ICD 40.1) und die vor Plätzen, in Liften (Agora), vorm Autofahren usw.. Damit hat man auch im hausärztlichen Kontext zu tun und ist als Fachfrau gefragt.

## Themen in Stichworten: 2. Nachmittag

Das Vorgehen mit Hypnotherapie bei psychischen Angsterkrankungen

**Unter hypnotischer Betrachtung** kommt Angst durch eine stark ausgerichtete Aufmerksamkeitsfixierung zustande, die sowohl durch kognitive, emotionale und dann auch verhaltensmäßige Komponenten erzeugt wird und vor allem durch dadurch erzeugte Angstzirkel aufrecht erhalten wird. **Die fixierte Konzentration auf Unangenehmes als Folge einer voraus eilenden negativen Suggestion erzeugt und erhält also gleichermaßen innere Zustände bzw. bewirkt noch weiter einengende Spiralen. Im Angstzustand sind wir unserer vorhandenen mentalen Ressourcen beraubt und reduziert. Angst bestritt so die ganze Person und hat komplexe Auswirkungen.**

- Gerade hier bewirkt **die Behandlung mit Hypnose eine Musterunterbrechung** und führt wieder versteckte Möglichkeiten ein.
- **In Trance empfinden wir anders** und so können wir hier auch zu Ängsten und Phobien einen neuen Zugang entwickeln.
- Wir können uns diese Ängste in einer **Dissoziations-Beobachtungstrance** in dosiertem Abstand betrachten.
- Wir können sie in einer **Modifizierungsarbeit verändern** und **unsere Wahrnehmung erweitern und dadurch wieder mehr Handlungsspielraum erhalten.**
- Dazu kommt, dass die **meisten Menschen Trance als wohltuend und entspannend** erleben und ein Entspannungszustand eben Ängste und Anspannung ausschließt.
- **Mental und körperlich** reagiert ein Mensch in Hypnose anders und kann sich wieder **erweitern.**
- Die **suggestive Ausrichtung auf Ressourcen** erzeugt Effekte der **Selbststärkung u. Bewältigungskompetenz bis hin zur körperlichen Heilung.**
- Das **Erlernen der Selbsthypnose hilft wieder, mehr Eigenkontrolle** in gefürchteten Situationen zu erhalten und dennoch dort gelassen distanziert zu bleiben. Das führt zu neuen Erfahrungen zu sich und öffnet wieder Möglichkeiten.

### Dozentinnen:

**Anne M. Lang** - Dipl.-Psych., Approbation Psychologische Psychotherapeutin  
Systemische Therapeutin und Supervisorin  
Ausbilderin und Lehrsupervisorin der MEG, DPA  
Coach, Beraterin- Institutsleiterin

**Claudia Kerp** - Dipl.-Psych., Approbation Psychologische Psychotherapeutin  
Ressourcenorientierte Beratung (DPA-Zertifikat), Hypnotherapeutin M.E.G.

### Didaktik:

Inputs – Demos - Kleingruppenübungen nach der Demo  
Bearbeiten der Ergebnisse aus den Kleingruppen  
Fallgeschichten - Eingehen auf Ihre Angst-Fallgeschichten  
Handout

### Organisation, Information und Anmeldung:

Milton Erickson Institut M.E.G. Bonn, Venusbergweg 48, 53115 Bonn  
Telefon: 0228-94 93 122, Fax: 0228-94 93 127, info@institut-systeme.de

**Preis:** 250€ (für M.E.G.-Mitglieder 230 €)