

**2011 Erkner - Jahrestagung des Arbeitskreises Klinische Psychologie in Reha.
und Krankenhaus**

Hypnose in Rehabilitation und Krankenhaus- 2 Workshoptage

Anne M. Lang

**Milton Erickson Institut Bonn
AML Institut Systeme**

**Weiterbildungsinstitute
für**

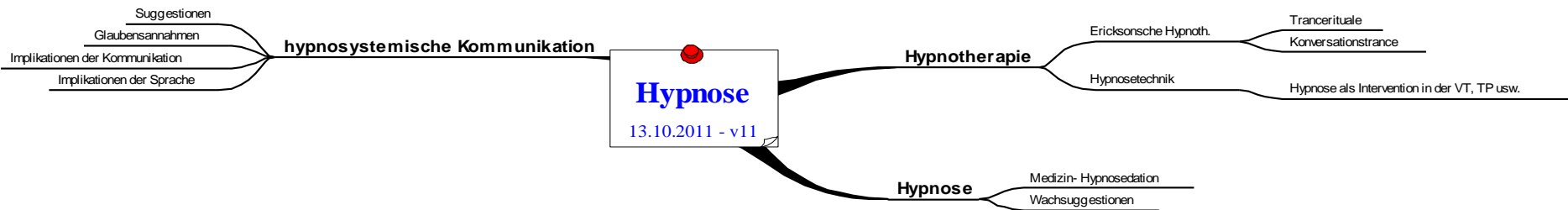
- Hypnose
- Hypnotherapie
- Hypnosystemische Kommunikation
- Ressourcenerzeugende Beratung

DVDs:

**Prof. Ernil Hansen, Regensburg
Wachsuggestionen in der
Wach-Kraniotomie**

**Zahnarzt Dirk Hermes, Lübeck
Hypnose bei oper.Eingriffen in der
plastischen und onkologischen
Gesichtschirurgie**

**Prof. Maire-E. Faymonville, Liege
„Hypnose in der Anästhesiologie“**



Hypnose und ihre kontextspezifischen Formen

- **Wachsuggestionen:** Reden, Worte.... was Bedeutung bekommt.....
- **Hypnosystemische Kommunikation:** Konzentrierte Kommunikation zur körperlich-seelisch geistige Erweiterung und Stärkung z.B. in Beratung, Krisenintervention
- **Hypnose:** schnelle, tiefe Umschaltung (Anästhesie, Analgesie, Amnesie, Unwillkürlichkeit usw.)
- **Hypnotherapie:** Veränderung und Erweiterung von Lebenssituationen, Auflösung von psychischen Symptomen und Einengungen von Wirklichkeit (Problemtrancen)

Kontexte und ihre Suggestionen

Kontext Medizin mit Suggestionen von.....

Kontext Psychotherapie mit Suggestionen von.....

Kontext Kommunikation zur Entwicklung/Veränderung mit Suggestionen von.....

Hypnose ist:.....ein Bewusstseinszustandmit

- hoher Fokussierung der Aufmerksamkeit
- veränderten Hirnfunktionen (EEG, EKG Ableitungen, Aufnahmen im MRT)
 - Aktivität der Hirnregionen
 - Konnektivität und Diskonnektivität
- veränderten psychischen Funktionen (Erleben, Empfinden, Wahrnehmen)
- veränderten Körperfunktionen (EEG, EKG, vegetative Funktionen, Haut, Immunsystem)
- veränderten mentalen Fähigkeiten (Erinnern, Verankern, Vorstellen usw.)
 - Konzentration oder Diffusion
 - Dissoziation oder Assoziation

Hypnose ist:.....ein Bewusstseinszustand.....der erzeugt wird

.....durch Kontexte (Krankenhaus, Bühne, Kirche usw.)

.....durch Situationen (traumatische, verwirrende, Verliebtheit usw.)

.....durch Beziehung (Vertrauen, Kompetenzzuschreibung usw.)

.....durch die biologische Möglichkeit von Menschen, sich bewusst und unwillkürlich in verschiedenen Zuständen zu bewegen

- **Menschen können „in Trance gehen“.** (So heißt der Bewusstseinszustand in Hypnose)
- **Hypnose** heißt es dann, wenn es **durch einen anderen Menschen** hervorgerufen d.h. induziert wird. Dies im Unterschied z.B. zum Flowzustand, traumatisierten Zustand, Tagträumen, die sich von selbst sozusagen unwillkürlich einstellen usw.
- Hypnose findet immer in einem **Kontext statt, der an sich schon suggestiv wirkt. d.h. schon per se Trance induziert** z.B. Bühnenshypnose, Krankenhaus, Krankenbehandlung, „weiße Kittelsyndrom“, da diese mit Fokussierungen, Prognosen, Hypothesen, d.h. Suggestionen belegt sind und werden.
- **Induzierte Trance (Hypnose) wird ratifiziert durch Trancephänomene** d.h. unwillkürliche Phänomene der Motorik (Ideomotorik), der Sensorik (Ideosensorik), mentale Phänomene

- **Hier im Seminar ist der Bedeutungskontext:**
Hypnose, Trance selbst studieren, erleben und für die eigene Arbeit nutzen lernen. d.h. Fokussierung darauf..... Wie entsteht Trance? Wie ist das?
- Was wissen Sie schon über Hypnose? Welche Erwartungen? Erwartungen, Vorstellungen sind Suggestionen.
- **Welche Trance entsteht in Ihrem Arbeitskontext?**
- **Welche Trance kann in ihrem Kontext helfen?**
- **Welche Hypnose ?**

Notfall: Das Kansas Experiment und seine Konsequenz DVD E. Hansen

Vorgegebener Text für Ersthelfer am Unfallort reduzierte die Sterblichkeitsrate, Verbesserte den Heilungsverlauf usw.

- Wie achte ich auf **verantwortliche beiläufige Kommunikation im Kontext?**
- **Perspektivenbeachtung und unterschiedliche Wirklichkeit:** Fachsprache, Bezug, Ausrichtung auf Vertrauen, Sicherheit, Bemühen und Kompetenz
- Beachten von Missverständnissen
- Angemessene **Transparenz und Sicherheit**
- **Wirkfaktoren** Hoffnung und Zuversicht, Unterstützung
- Anregung und Angebote zur **Selbtheilung**
- Wie stelle ich zu diesem Menschen einen **tragenden Kontakt** her?
 - Bedürfnisse nach Autonomie und Zugehörigkeit
 - Ausrichtung auf einen Prozess

Hypnose in jeder Kommunikation (beiläufig sich angewöhnen und gezielt einsetzen)

- **Wachsuggestionen** d.h. Ausrichtung der Aufmerksamkeit **durch Worte und Sätze**
- **Implikationen von Sprache und Sprachgebrauch (auflösen und günstige anbieten)**
Generalisierungen, Substantivierungen, Reduktion von Information, Missverstehen durch Reduktion und **zu schnelles Zu-Verstehen-Glauben**
- **Folgeprägung** der Kommunikation durch **Vorannahmen, Prämissen, Hypothesen**
- **Fokussierung** und Orientierung durch **Fragen, Inputsetzung**
- **Selffullfilling prophecy-** d.h. die Wirklichkeit wird „eingefädelt“ durch Vorannahmen
- **Das Nonverbale:** Stimmigkeit, Körperausdruck, Präsenz, Beziehung- Kontakt
- **Situation und Kontext:** Dominante Effekte, Orientierungseffekte
- Usw.

Konversationshypnose:

- **Sprache** richtet Aufmerksamkeit aus z.B. Fürwörter: zb: noch nicht, bisher
- **Fragen** richten Aufmerksamkeit aus
- **Differenzierungen schaffen** z.B. einerseits..... andererseits
z.B. Fragmentierung: dieser Teil und jener Teil vom Ganzen
- **Fokussetzung:** z.B. Ausnahme von der Störung, Zukunftsorientierung, Reframing

Themenpunkte nach dem ersten Workshoptag

Es ergaben sich Fragen hinsichtlich:

- **Begriffsklärungen**
- **Einsatzgebiete**
- **Anwendungen**

Spezielle Fragen:

- **Wann mutig und wann vorsichtig im Vorgehen?**
- **Verschiedene Induktionen? Direkte schnelle und prozesshafte**
- **Unterschied Entspannung- Hypnose- Hypnotherapie?**
- **Scmerztherapie: akute und chronische Schmerzen und der Unterschied im Vorgehen?**
- **Unterscheid der Hypnose beim Spritze setzen und in der Psychotherapie**
- **Z.B. in der Psychosomatik**

Zweiter Workshoptag:

Vertiefen des Vortrages und zum Vorgehen wurden 2 Demonstrationen gemacht

1. Tranceinduktion

Gezeigt wurde die Flexibilität beim Induzieren je nach gegenüberstehender Person und ihrer nonverbalen und verbalen individuellen Besonderheiten

Wie dadurch eine besondere Trance entsteht.

2. Konversationstrance bei schwieriger Klientin, die von Kollegin simuliert wurde.

Gezeigt wurde dasselbe Prinzip in der Kommunikation.

Das Einschwingen auf den anderen und seine Wirklichkeit.

Das Erzeugen neuer Wirklichkeiten für ihn.

Gezeigt wurde als DVD eine Induktion zur Anästhesie bei Op, durchgeführt von Prof. E. Faymonville

Hypnose:

Umschaltung mit ihren Effekten zur

- Durchführung einer OP- Chirurgie unter lokaler Narkose- Kraniotomie
- Veränderte unwillkürliche Reaktionen (z.B. Würgereizunterdrückung, Darm-Entspannung bei Koloskopie, Entspannung bei..... u.a.)
- Veränderung des Schmerzempfindens (Zahnarzt, Eingriffe...)
- Wundheilung (z.B. Verbrennungen, Wunden...)
- Angstreduktion, Sicherheitsgewinn, Kontrollmöglichkeit und Selbstwirksamkeit (z.B. Zahnarzt, bei Angst vor Eingriffen: Spritzenangst usw.)
- Verbesserung der Verträglichkeit von Medikation (Übelkeit bei Chemotherapie, Narkosen)
- Patienten mit Störungen des Zentralnervensystems
- Genesungsverbesserung

Hypnotherapie

- Psychosomatik (Reizdarm, Reizmagen, Migräne, psychosomatische Schmerzen)
- Immunmodulatorische Möglichkeiten bei Autoimmunreaktionen (Allergien, Rheuma, MS)
- Tinnitus,
- Sucht
- Usw.

Das einfache Hypnose/Trancerial- Demonstration

Einleitung:

- Fokussierung der Aufmerksamkeit
- Metaphern: Von außen nach innen, von oben nach unten, zu sich kommen
- Beobachten der Veränderung der Sinneswahrnehmungen VAKOG
- Erste Trancephänomene
- Trancephänomene vertiefen und ratifizieren
- Umschaltung

Den umgeschalteten Zustand nutzen:

- Eine andere mentale Situation aufsuchen
- Vorstellung, Erinnerung z.B. eines individuell angenehmen Ortes/ Ressourcenort VAKOG
- Dieser ist wieder nutzbar zu machen, um Gewünschtes konkret in der Vorstellung anzugehen VAKOG

Beispiele

Reorientierung

- Posthypnotische Aufgaben

über die 3 As:

- Tief Atmen
- Arme fest anziehen
- Augen auf

Hypnotherapie- Hypnose in der Psychotherapie auch Kurztherapie

3 Ebenen der Veränderungsarbeit- Das Bonner Ressourcen Modell

Prozessebene - Die Bedeutung von:

- Ziel-Klärung
- Auftrags-Klärung
- Prozess-Klärung
- Metakommunikation
- Erweiterung des Fokuss für den übergeordneten Prozess

„Tappe nicht in die Falle des Inhaltes“ (Insoo Kim Berg), „Ich ändere niemand- ich stelle einen Rahmen zur Verfügung“ (M. Erickson)

Schleifenebene- Gleichzeitig die individuellen Besonderheiten aufgreifen:

- Die Wirklichkeit des Pat. erkunden
- Ihn in innere Suchprozesse schicken
- Seine eigene Bilder, Schlüsselworte, Erkundungen bewirken und damit arbeiten
- Seine eigene Glaubensannahmen, Erklärungen, Vorstellungen erkunden und erweitern

Metaebene- Beachten des Kontext von Beratungszusammenhang und System der Beteiligten:

- Wer ist alles beteiligt?
- Wie trägt jeder dazu bei?
- Wie sich wieder ausklinken, damit der Prozess gut weitergeht?

Literatur:

Dirk Revenstorf, Burkhard Peter: Manual Hypnose in Psychotherapie und Medizin, Springer

Claudia Weinspach, Dan Short: Hoffnung und Resilienz, Carl Auer

Auf unserer Homepage finden Sie unter Tagungen viele Vorträge und Präsentationen zum Thema Hypnose zum downloaden.

Sie finden weiter unter unseren Produkten Hypnotherapie oder Coaching/Beratung ausführliche Beschreibungen zum Vorgehen für Fachleute und Klienten