

## Kinder/Jugendlichen - Hypnotherapie

**Ericksonsche Hypnotherapie** bei Kindern/Jugendlichen wie bei Erwachsenen ist eine intensive konzentrierte Kurzzeit-**Psychotherapie. Wir sind approbierte psychologische PsychotherapeutInnen mit langjähriger Erfahrung in Hypnotherapie und Familientherapie und können so diese kompakte Form anbieten.** Die Klienten werden befähigt, Ihren eigenen Prozess zu übernehmen und mit daran aktiv zu arbeiten. Gerade Kinder/Jugendliche machen auch gerne da mit. Hypnotherapie, also der Einsatz von Hypnose in einer Psychotherapie, ist gerade auch bei Kindern/Jugendlichen hilfreich bei

- Psychosomatischen Beschwerden: Migräne, Kopfschmerzen, Hautprobleme usw.
- Ängsten z.B. Prüfungen usw.
- Funktionalen Beschwerden ohne organ. Befund wie Einnässen, Tics usw.
- Sonstige Probleme in Schule, Familie, sozialen Situationen usw.

Kinder/Jugendliche mit ihrer natürlichen Phantasie- und Fokussierungsmöglichkeit erleben in der Hypnose eine besondere Möglichkeit, die Symptom-Behebung zu erreichen. **Dennoch bleibt dieser Einsatz von Hypnose ein Einsatz in einer Psychotherapie und das heißt:**

- Veränderung bleibt ein Prozess, bei dem die Hypnose intensiv unterstützend hilft, aber nicht einseitig inputmäßig einsetzbar ist.
- Gerade bei Kindern ist die systemische Situation der Symptom-Veränderung im Umfeld zu berücksichtigen. Das ist bei Kindern und Jugendlichen immer auch die Familie.
- Es ist wichtig, die Bezugspersonen - das sind in der Regel die Eltern - mit in die Psychotherapie d.h. die Veränderung einzubeziehen.
- Nicht die Hypnose macht die Psychotherapie und die Veränderung, sondern der Mensch nutzt zu seiner Veränderung und zur Entfaltung seiner Möglichkeiten die Hypnose.

### Vorgehen:

Jeder Prozess ist nun anders. Wir arbeiten mit den Menschen und ihren Stärken und nicht mit Diagnosen.

### Bewährt hat sich in der Regel folgendes Vorgehen:

- 2 Std.: Ausführliches Erstgespräch mit Eltern und Kind zur genauen Ziel- und Auftragsklärung. Hier entstehen schon erste Ideen, wie der Prozess anzugehen ist und wie weiter geplant wird.
- 1 Std.: Hypnotherapiesitzungen mit dem Kind/Jugendlichen.
- 5-15 Sitzungen: Je nach Dauer, Intensität und Vorgeschichte: Prozessbegleitung mit direkter und indirekter Hypnose mit 1Std Einzelsitzungen und 1-2 Std.: Systemische Sitzungen mit Kind/Jugendlichem und Bezugspersonen.