

Milton Erickson Institut Bonn- MEG



**Milton Erickson Institut Bonn- MEG
AML Institut Systeme**

2 Bonner Fach-Institute
Hypno-Systemische Kompetenz

**Venusbergweg 48
53115 Bonn**

Internet: www.institut-systeme.de

Email: Anne.M.Lang@online.de

Sekretariat: Frau Krüger

Kernsprechzeiten 8:30 - 16:00

Tel.: 0228 / 94 93 120

***Das Milton Erickson Institut Bonn-
M.E.G. ist eine Zweigstelle der Milton
Erickson Gesellschaft M.E.G.
(Sitz in München, gegründet 1978)***

Seit 1999 leitet Anne M. Lang das Bonner Milton Erickson Institut M.E.G.

Ericksonsche Wirkprinzipien werden hier in Psychotherapie, Beratung, im Coaching und in der Weiterbildung angewandt:

- mit Klinischer Hypnose in der Psychotherapie
- durch die Vermittlung der Selbsthypnose u.a. parallel zur Behandlung
- mit Ericksonscher Kommunikation in Coaching und Supervision.
- Im Einsatz von Hypnose in der ambulanten und stationären Medizin

Dazu bieten wir jährliche **Weiterbildungsgänge** an:

- **Seit 1999:** „**Klinische Hypnose - KliHyp M.E.G.**“ für ärztliche u. psychologische Psychotherapeut-Innen
- **Seit 2003:** „**Hypno-Systemische Kommunikation -KomHyp M.E.G.**“ speziell für Coaches, Berater, Personalentwickler, Ausbilder
- **Seit 2006:** „**Medizinische Hypnose“ MedHyp M.E.G.** für Ärzte und Ärztinnen, niedergelassen oder in Krankenhäusern

Milton Erickson lebte von 1901 bis 1980 in Phönix, U.S.A. Selbst schwer körperbehindert widmete er sich im Selbststudium und bei seiner Patientenarbeit als Psychiater, Psychologe und Psychotherapeut der Klinischen Hypnose. Er bereicherte damit innovativ die Psychotherapie mit vielen ressourcenfördernden Interventionen. Er galt als unkonventionell im Vorgehen zum Nutzen für seine Klienten. In einer Zeit der nicht direktiven Psychotherapie ging er auch gezielt direktiv vor. Erickson belebte die Hypnose, das älteste Psychotherapieverfahren, mit indirekten Kommunikationsformen und einem hypnotischen Dialogstil. Heute findet die Hypnose eine immer größere Bedeutung und alle Hypnose-Gesellschaften sind von dem Erickson-schen Stil beeinflusst.

***Die Hauptwirkfaktoren
seiner
Veränderungskommunikation...***

...bestehen in einem Wechsel der Perspektiven in Beratung und Behandlung durch:

- **die gezielte Fokussierung der Aufmerksamkeit** auf vorhandene Ressourcen und entstehende Lösungen
- **Die Utilisierung**, d.h. „Nutzbarmachung“, aller individuellen Ausdrucksformen des Klienten. Utilisation wurde zu einem besonderen Kunstgriff in seiner Arbeit. Er „erfand“ unkonventionelle therapeutische Interventionstechniken und wurde damit zum Modell für viele Schulengründer der systemischen, lösungsorientierten und ressourcenorientierten Therapierichtungen.
- **Therapeutische Musterunterbrechungen** immer wieder ablaufender, ungünstiger Automatismen im Verhalten, in Gefühlen u. Gedanken mit hypnotischen Interventionen
- **Das Bereitstellen eines günstigen therapeutischen Rahmens** für Veränderung. Dieser bezieht das innere Wissen des Klienten ein.

In vielfältiger **hypnotischer Kommunikation** werden diese Prinzipien angewandt, dass ein neuer Rahmen für Veränderung entsteht. Dieser ist dann besonders innerlich verankert und führt äußerlich zu neuen Handlungen und damit Gefühlen und Erfahrungen.

In der Psychotherapie ist die **Klinische Hypnose** von Bedeutung. Neue Forschungsergebnisse belegen, dass die Hypnotherapie bei psychischen und somatoformen Störungen **eines der effektivsten therapeutischen Verfahren** ist, mit dem in angemessener Zeit wirksame Veränderungen initiiert werden kann.

*Hypnose nach Erickson im Rahmen der
Behandlung von somatischen und psychi-
schen Störungen*

*Ericksonsche Kommunikation in
Supervision und Coaching*

*AML Institut Systeme
Milton Erickson Institut BonnMEG
Leitung: Dipl.-Psych. Anne M. Lang*

Die **körperlichen Effekte des Hypnosezustandes** sind in der Hirnstrommessung (EEG) abzugrenzen vom Wach- und Schlafzustand. Es erfolgt eine Umschaltung in einen tropotropen Zustand mit den entsprechenden selbstheilenden Effekten auf immunologischer, endokrinologischer und vegetativer Ebene.

Psychisch-mental bewirkt ein „**Außer-Kraft-Setzen**“ des **begrenzten und gewöhnlichen Bezugsrahmens in Trance** neue Möglichkeiten für Kreativität, Heilung und Neulernen. Therapeutisch werden in Trance die Möglichkeiten der **Erforschung, Entdeckung und Verwirklichung von inneren Potentialen und deren Verankerung** genutzt.

Zahlreiche empirische Belege zeigen, dass der Hypnosezustand einen großen Einfluss auf viele psychologische und physiologische Funktionen ausübt. Somit ist **die Hypnose für die Psychotherapie** sowohl bei psychischen als auch bei somatoformen Störungen (Bluthochdruck, Tinnitus, Neurodermitis etc.) **indiziert** und in der Anwendung eine effektive Therapiemethode. Die Wirksamkeit bei psychisch reaktiven, psychogenen sowie neurotischen Symptomzuständen wie Ängsten, Depressionen, traumatischen Zuständen, Tics usw. ist in zahlreichen wissenschaftlichen Studien belegt.

Hypnose wird mehr und mehr in der Medizin entdeckt, z.B. in der Chirurgie, bei Schmerzsymptomen, in der Geburtshilfe, in Zahnarzt- und Allgemein-Praxen. Es zeigte sich, dass bei Schmerzzuständen die Dosierung von Schmerzmitteln erheblich reduziert, wenn nicht sogar abgesetzt werden kann und Wundheilung besser erfolgt.

Über den psychotherapeutischen Bereich hinaus, sind die Ideen Milton Erickson zur Kommunikation auf großes Interesse gestoßen.

Jede Kommunikation profitiert von einer **die Ressourcen der Menschen und Situationen beachtenden und nutzenden Haltung**.

Ericksons Methoden benötigen jedoch sowohl im Klinischen wie im Beratungs- oder lehrenden Bereich immer die fundierte Beachtung einer kooperativen Interaktionsbeziehung.

Die Ausbildung in Gesprächsführung und Kommunikation **für den Beratungs- und Coachingbereich** nach Milton Erickson legt deshalb darauf besonders Gewicht.

Es geht um die gezielte Nutzung der Beratungssituation. Sprachliche und nicht-sprachliche Aspekte einer hypnotisch ausgerichteten Kommunikation werden effektiv eingesetzt, um das Handlungsrepertoire der KlientInnen zu erweitern und persönliche sowie berufliche Kompetenzen zu steigern.

Als besondere Form des „**Mentalen Trainings**“ im Bereich Sport bewährt, gewinnt die Ericksonsche Methode auch in den Bereichen Supervision, Coaching, Selbstmanagement immer mehr an Bedeutung.

Der innere mentale Zustand hat bestimmte besondere Bedingungen von Entspannung und Aufmerksamkeitsausrichtung. So können hier individuell angepasste Übungen zur Zielerreichung dieses intensiv unterstützen. Wichtig ist dabei die Einbettung in einen begleitenden Coachingprozess.

Als gemeinsame „Klammer“ beider Fachinstitute und ihrer vier Arbeitsbereiche dienen eine konsequente Ressourcen- u. Lösungsorientierung und das systemisch-konstruktivistische Denken.

Das AML Institut Systeme begann 1981 als

• **Psychologisch-Psychotherapeutische Praxis**, erweiterte dann aber seit 1995 das Angebot um die Arbeitsbereiche:

- **Supervision und Coaching**
- **Mediation**
- **Weiterbildungen.**

In Institutionen und Organisationen arbeiten wir mit systemisch vernetztem Fachhintergrund.

Die Vernetzung des Einzelnen in der Gesamtsituation und im Kontext ist zu beachten.

Gleichwohl ist jeder Einzelne in seiner Selbstwirksamkeit zu fördern.

Dabei wenden wir folgende Interventionselemente an:

- Darstellungen
- Skulpturenbildungen
- Organigrammarbeit und insbesondere
- spezielle Frageinterventionen.

Die Beratungskommunikation bleibt immer an den Ressourcen und Lösungen des Einzelnen orientiert. Die Ericksonschen Kommunikationsprinzipien verhelfen hier durch individuelle und synergetische Suchprozessen zu einer ergebnisorientierten Weiterentwicklung.

Auf Tagungen und Kongressen geben wir unsere Erfahrungen weiter und stehen mit FachkollegInnen in regelmäßigem Kontakt und fachlichem Austausch.