

Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

M.E.G.-Curriculum Medizinische Hypnose

Anne Lang

Almuth Diefenbach



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Vorstellung der Referenten

Vorstellung des Workshops

Erhebung der Teilnehmer-Wünsche



Med1: Einführung, Induktionen, Selbsthypnose

- Theorie der Hypnose, Hypnose als breiter Bogen von der hypnotischen Kommunikation zum Ritual der Umschaltung
- Einsatzsituationen von Hypnose/hypnotischer Kommunikation im stationären und ambulanten medizinischen Kontext
- Kontextunterschiedlicher Einsatz und Ähnlichkeiten in der Medizin zu: Psychotherapie, Beratung, Coaching, Sport und anderen speziellen Anwendungsbereichen
- Standardhypnose und ihre Induktionen
- Prinzipien der Modernen Ericksonschen Hypnose: Haltungen, dahinterliegende Grundannahmen, Vorgehensweisen, Anleitung
- Selbsthypnose, Selbsterfahrung



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 2: Direkte Induktionsmethoden

- Direkte Induktionsmethoden aus der Standardhypnose
- Direkte Induktionsmethoden aus dem Ericksonschen Vorgehen
- Vorbereitung, „Bühne“, Durchführung, Nachbereitung und Nutzung
- Einsatzgebiete in der Medizin: Notfallmedizin, Behandlungen, medizinische Eingriffe und Untersuchungen, Operationen, Nachbehandlungen,



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 3: Therapeutische Beziehung

- Der Rapport entscheidend für den Einsatz von Hypnose
- Herstellung von Rapport, Kontakt, Vertrauen
- Ericksonsches Modell: Arbeit mit „Pacem und Leaden“
- Arbeit mit Sinnesmodalitäten, Musterunterbrechung, Zukunftsorientierung, grundsätzliche Ressourcenorientierung und Lösungsfokussierung
- Systemisch-konstruktivistisches Modell: Konstruktivistische Arbeit mit Metaebenen, Perspektivenvielfalt und Beobachterabhängigkeit von Wirklichkeiten, Eigenschaften in Systemmuster erweitern usw.
- Wie suggestiv Zuversicht, Motivation, Compliance vermitteln?
- Wie günstige Suggestion seiner professionellen Rolle nutzen?



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 4: Hypnotische Sprache und Suggestion

- Sprache als Orientierungs- und Fokussierungsmedium
- Sprache mit reduzierenden und auswählenden Filtern
- Sprache und ihre Suggestionen und Implikationen
- Sprachen und ihre Suggestionen eines Systems und des Kontextes
- Sprachliche Suggestionen im Behandlungskontext
- Sprache als Wirklichkeitsschaffendes Medium im sozialen Austausch und in der Selbst – und Eigenwahrnehmung
- Sprache mit determinierendem Charakter von sich veränderten Wirklichkeiten
- Sprache als Probleme schaffendes und Lösungen schaffendes Instrument
- Konversationstrancen



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 5: Dissoziation (Levitationstechniken, Bewusst/Unbewusst-Dissoziation)

- Eine Definition von Hypnose ist: Hypnose besteht aus Dissoziationen und löst Dissoziation aus
- Das kann in verschiedener Weise erfolgen z.B. in der Dissoziation von Bewusstsein/Willentlichem oder Unbewusstsein/Unwillkürlichem, in der Dissoziation von Körper und Erleben
- Dissoziation der Zeiten: hier und dort, heute und morgen, heute und gestern,
- Dissoziation von Problemwirklichkeit zu Lösungswirklichkeit
- Externalisierung und Internalisierungstechniken
- Dissoziation von „Dasein und Doch-nicht-Dasein“ usw.
- Vermittlung der Dissoziationstechniken zur Einleitungen von Trance



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 6: Assoziationen(Re-Assoziationen von Ressourcen)

- In Trance sind Mentale Vorgänge verändert: wir erinnern Anderes und anders, wir verankern anderes und anders, wir nehmen anderes und anders wahr, wir Empfinden anderes und anders im Körperlichen und Seelischen, wir sind anders präsent, wir sind anders „Bei-uns“ usw.
- Anders dissoziieren oder assoziieren und in unmittelbarere Weise
- Diese mentale Fähigkeiten in Trance sind gut nutzbar, um über Assoziationen z.B. bereits erprobte Erfahrungen wieder zu entdecken, Zugänge zu Ressourcen zu finden und Verbindung damit herstellen.
- Umsetzen in medizinische Situationen - Praxisbeispiele



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 7: Indirekte Hypnose

- Kommunikation wirkt hypnotisch sein, wenn der Kontext entsprechend gestaltet wird, sie in einer bedeutsamen Begegnung geschieht, die Person sich in diesen Rahmen mit seiner Aufmerksamkeit hinein begibt.
- Der Behandlungskontext in der Medizin ist als solcher zu gestalten. Entscheidend hier ist, welche günstige hypnotische Kommunikation ausgetauscht wird, so dass hier Selbstheilung unterstützt, Compliance und die Eigenverantwortlichkeit des Pat. erhöht wird.
- Dort, wo die Mitarbeit des Patienten gerade dadurch wichtig ist, dass er sich der Situation überlassen lernt (Untersuchungen, Eingriffe), ist dies auf hypnotischem Wege zu ermöglichen.
- Milton Erickson war der Meister der indirekten Hypnose. Von ihm stammt der Spruch: „Ich verändere niemand, ich stelle einen Rahmen her, indem der andere sich verändern kann.“ Wie dieser Rahmen bei medizinischen Situationen zu gestalten ist, ist die Kunst der Hypnose und ist je nach Patienten, Behandler und Anlass entsprechend zu schneiden.
- Indirekt heißt, die Wirkung wird indirekt erzielt.



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 8: Metaphern in der Hypnotherapie

- Mit Metaphern und Geschichten bieten wir Patienten Vorlagen, mit denen sie ihre eigene selbstorganisatorische Entwicklung anregen können.
- Da diese mentalen Instrumente vieldeutig und interpretierbar sind, können sie in der eigenen geschlossenen inneren Welt für den Impulsinput sorgen, der aufgreifbar ist.
- Zudem verankern sich Metaphern, Bilder und Geschichten gut, zumal in Trance. Wir haben somit ein Veränderungsinstrument, das dadurch ganz passgenau wird, dass die Patienten es für sich zu einem solchen machen.
- Fallgeschichten beinhalten viele Implikationen, Metaphern d.h. „Übertragungs“beispiele kommen aus der Natur



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 9: Regression

- Da wir in Hypnose auf Zeitreise gehen können, sowohl in Zukunftsperspektiven als auch in die Vergangenheit, bietet es sich an, in diesen Zeiten auch zu arbeiten.
- Die Lösungsorientierung geht mit ihrem Fokus in die Zukunft, um von hier aus, Impulse für die Gegenwartsbewältigung zu bekommen.
- In der Regression in die Vergangenheit bzw. mit verschiedenen Vergangenheitswirklichkeiten. Viele Menschen haben das Bedürfnis, sich Situationen von Vergangenheitserfahrungen nochmals anzuschauen und somit zu bewältigen. Die Arbeit in der Regression bedarf eines therapeutischen Mitwirkens, so dass sie angereichert mit therapeutischen Veränderungsangeboten zu Bewältigung führt.
- Dieser Einsatz von Hypnose macht z.B. auch Sinn bei der Traumabewältigung. Im geschützten Trancezustand kann hier die Traumasituation integriert werden.



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 10: Angst und Phobien

- In Trance empfinden wir anders und so können wir hier auch zu Ängsten und Phobien einen neuen Zugang entwickeln.
- Wir können uns diese 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 entspannend erleben und ein Entspannungszustand auch Ängste und Anspannung ausschließt.
- Zudem hilft es vielen die Selbsthypnose zu erlernen, um selbst wieder mehr Eigenkontrolle in gefürchteten Situationen zu erhalten.



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Med 11: Akuter Schmerz

- Beim akuten Schmerz spielen immer unwillkürlich Befürchtungen, Anspannungen und körperliche Reize zusammen. Hier haben Zahnärzte traditionell schon wirksame Techniken entwickelt.
- Da alle diese Faktoren psychisch und hypnotisch zu beeinflussen sind, macht es Sinn einen Rahmen zu schaffen, in dem durch die Tranceentwicklung
 - Wahrnehmung verändert wird.
 - indem die Person wieder mehr Kontrollmöglichkeiten bekommt und
 - gleichzeitig ihre eigenen Kompetenz unterstützt wird,
 - in Trance der Schmerzreiz über Aufmerksamkeit verlagert und dadurch gedimmt bis ausgeschaltet wird,
 - die „Schmerzgestalt“ ihre Form verändern kann.

Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Anwendungspraxis Kardiologie

Med 12: Chronischer Schmerz

- Der Chronische Schmerz ist vom akuten Schmerz zu unterscheiden.
- Hier finden wir eine Vielzahl möglicher Interventionen in der Trancearbeit. Chronischer Schmerz greift in den Bereich der Psychotherapie. Die Hypnose ist dabei eine gute Brücke zwischen Körper und Seele.
- Auch hier hilft uns das andere Empfinden in Trancen und das sich allein schon durch den Trance - Zustand und die einhergehenden geänderte Körperphysiologie das Schmerzempfinden verändert. #
- Wie bei Ängsten können wir Schmerzen zudem in den verschiedenen Sinnesmodalitäten modifizieren, wir können sie symbolhaft werden lassen und dann mit diesem Symbol weiterarbeiten. Da Schmerzentstehung im Bereich des Unwillkürlichen liegt ist die unwillkürliche Arbeit in der Trance dementsprechend.
- Anleitung zur Selbsthypnose von Schmerzpatienten
- Arbeit mit Standardinterventionen wie z.B. Wohlfühlorte schaffen, Schmerzdissoziation, Hilfe durch innere Ratgeber und Antworten
- Anleitung zu individuellen auf die Person bezogene Interventionen



Anwendungspraxis Kardiologie



Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Interaktive Arbeit mit dem Seminar optional

Gruppen-Trance-Induktion zur Behandlerrolle

Vorfragen:

Welche Motivation prägt mich?

Wie möchte ich wahrgenommen werden?

Wie werde ich wahrgenommen?

Was ist meine stärksten Fähigkeit?

Was ist meine (implizite) Suggestion?

Je nach Beantwortung ergeben sich daraus selbsthypnotische Ausrichtungen in einer angeleiteten Gruppentrance.

Gruppen-Trance-Induktion zu „Der Heiler in uns“ bzw. Anregung für Selbstheilungskräften

Angeleitete Gruppentrance:

Rollenspiel zu einem Praxisbeispiel

Der Teilnehmer stellt eine seiner schwierigen Situation und seinen Patienten dar.
Frau Lang entgegnet mit Hypnokommunikation.

Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg

Gruppenübung:

Die Gruppen sammelt und es wird notiert:

- Typische Sätze von Patienten
- Typische Sätze von Behandlern
- Typische Sätze vom Team/von Kollegen
- Typische Sätze von Assistenten
- Typische Sätze von Angehörigen

Danach werden dazu gemeinsam Hypnotische Wendungen gefunden:

Medizinische Hypnose und ärztliche Kommunikation 10.-13.05. 2018 Heidelberg