

09.01.24 - Infoabend II

18:30-20:00

# Hypnokommunikation – Vom Hypnoseritual zur Konversationstrance

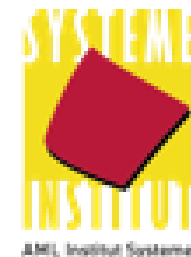
**AML Institute Bonn**

Institut Systeme DGSF

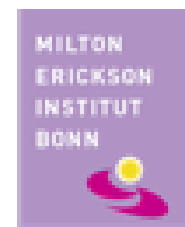
Milton Erickson Institut MEG/ MEG Regionalstelle Bonn

[www.institut-systeme.de](http://www.institut-systeme.de)

Anne M. Lang



AML Institut Systeme



M.E.I. Bonn

Zuvor:  
gilt auch hier, schon mal Suggestionen vorab beherzigen!



Jede/r setzt anders gedanklich an. Jede/r hört anders zu.

Jede/r versteht daher anders. Eben auf Grund seiner bisherigen Kenntnis.

(Dadurch gibt es immer Unverstandenes ohne, dass man das realisiert.)

Fragt also! Auch Fragen setzen schon mitdenkendes Wissen voraus.

**Wir beginnen eine Reise....**

**Und betreten einen ganzen Kontinent, genannt „Veränderungskommunikation“**

- 1. Suggestion**
- 2. Ritual**
- 3. Konversationstrance**

**Ich bin heute Eure langjährige Reiseführerin. Kommt mir!**

# Hypnose - Ihre Spannbreite - Ihr Verständnis

---

Schon das „Hypnose“ ist seine „Suggestion“ d.h. es zieht Aufmerksamkeit auf sich.

Die Suggestionen von „Hypnose“:

- **Ungeklärte Erwartungen:** „Schalter umlegen“, „Wegmachen ohne Beteiligung“, „Unbewusstes beeinflussen“, „Positive wie negative Manipulation“ usw.
- **Das Spektakuläre ist nicht das Äußere** z.B. die Induktion, motorische Trancephänomene
- **Das Spektakuläre ist das unsichtbare Innere** z.B. die Öffnung, Erweiterung, Ressourcenerfahrung usw.

**Hypnose** in der psychologischen Veränderungskommunikation:

- **Psychologische /ärztliche Psychotherapie/ Hypnotherapie:** **Grundsätzlich: Konversationstrance und Ritual**  
Unterschiedlicher Gebrauch durch Mischung mit Heimatverfahren, Berufssozialisation,  
Richtlinienvorgaben z.B. VT: eine Intervention, TP: EGO-States, ST: Schnittmenge im Grundsätzlichen
- **Coaching/Beratung/Therapie - Konversationstrance, Mentales Training**

# Damit ist klar - ob ich will oder nicht: „Suggestion und Hypnose“- Kommunikation gehören zur Arbeit



5 Minuten Eigen- Reflexion – drüber gucken und sich jetzt hier einer Frage widmen.

## Fragen an uns Hypnotherapeut\*innen, hypnosystemisch arbeitende Coachs?

- Wer, Was bestimmt meine Arbeit d.h. welche Suggestion?
- Worum drehen sich meine Psychotherapie/Coaching- Gespräche? %tual? Antwort ? : Um.....
- Welche Inhalte füllen die Zeit? Antwort ? : Wir reden über.....
- Wer bestimmt das? Wie? Wodurch? Antwort ? Wie bestimme ich das mit? Welche Foki gebe ich vor?
- Welche Fragen stelle ich als Behandler\*in/Coach nie? Antwort ? Wie bestimme ich das mit? Welche Foki wähle ich und welche nicht?
- Welche Glaubensannahmen habe ich selbst, gelernt, übernommen darüber:
  - Wie Veränderung geht? Was sagt dazu mein Heimatverfahren? Meine persönliche Erfahrung? Antwort?:
  - Wie Störungen entstehen? Antwort?:
  - Was ist machen muss, um zu helfen? Antwort?:
- Was glaube ich was hilft ? Antwort?:
  - Was sagt dazu mein Heimatverfahren? Meine persönliche Erfahrung? Antwort?:
- Wovon glaube ich es nicht? Antwort?:
  - Was sagt dazu mein Heimatverfahren? Meine persönliche Erfahrung? Antwort?:
- Usw.

# „Hypnose Kommunikation“ ist die Berücksichtigung der Hypnoprinzipien.

- Suggestion ist **der Fokus der Aufmerksamkeit**
  - den Fokus, den ich durch die Arbeit einnehme (halb leer- halb voll, Defizit-Besonderheit, V-G-Z,
  - den Fokus, den Pat\*innen mitbringen und einnehmen (ebenso...)
- Suggestion ist **die Implikation des Fokus, die Implikation der Interaktion**
  - Das, was ich auswähle, was nicht (trau ich dem Pat. Lösungen zu)
  - Das, was ich weglasse, nicht beachte ( meine Methode, mein persönlicher Stil)
- Suggestion sind **die Ausdrucksvariationen der Sprache**
  - Abstrakte Worte, Konstrukte, konkrete Worte, kausale Satzführung (Vagheit generalisiert, Systemik ist nicht ausdrückbar)
  - Dissoziative oder assoziative Sprache (Abstands-Form- Reingeh-Form)
- Suggestion ist **die nonverbale, paraverbale Kommunikation über die Inhalte hinaus**
  - Definieren die Beziehung (Aufgabe, Anlass, Rollen, Macht, Aktivität)
  - Definieren die Inhalte ( anders nicht)
- Suggestion ist **der Soziale Kontext (!) als bedeutsam definierender Rahmen**
  - Kontexte geben Suggestionen vor. (Psychotherapie ist Behandlung? – wann wird sie anders=

Lehre: B 1-4, B6, Kom1-Kom4, K1-K7

# 1. Die Suggestion



Eine Suggestion ist eine vorgegebene Ausrichtung auf einem Kontexthintergrund.

Hier: Anwendung in **professionellen Situationen von Grundberufen.**

## **Suggestionen in sie definierenden Kontexten**

### **Psychotherapie im Gesundheitswesen, Coaching in Berufswelten, Coaching in Lebenswelten**

- Bedeutsame Interaktionen/ Beziehung in diesen Arbeitszusammenhängen
- Bedeutsame Kontexte (Systeme) der Behandlungssuggestion oder Entwicklungssuggestion
  - Ich „bin“ krank und hole mir „medizinische Hilfe, Behandlung“
  - Ich „gehe in“ eine „Psychotherapie“
  - Ich „habe“ Zahnarztangst und gehe zum „Hypnosezahnarzt“
- **Kontext: Unterhaltung**
  - Ich will was Magisches erleben und „stelle mich zur Verfügung“ in der Bühnenhypnose
  - **Werbung, Politik, Weltgeschehen, Soziale Medien usw. „Was bekommt die Aufmerksamkeit? Was nicht? Womit?“**

**Lehre in Kom 6, auch C-Seminar**

# 2. Das Ritual

---

Gilt als das Spektakuläre.

- ist für sich gesehen schon eine Suggestion
- ist nur das Äußerliche
- komprimierte Situation einer kontinuierlich eingebetteten Erickson'schen Hypnotherapie

Das Ritual – obgleich auch eine Suggestion- sagt noch wenig aus, wie es innerlich wirkt.

Es wirkt darüber wie es in Konversationstrance eingebettet ist.

- Was ist der grundsätzliche Psychotherapiehintergrund?
- Nicht eingebettet in entsprechende erickson'sche Psychotherapie wirkt es meist als Intervention z.B. als „Phantasiereise, Imaginationsübung, Entspannungsverfahren“.

Lehre in: B4, B5, B8, K1-K2,K5, Med 1,Med 2,Med 5,Med 9

## Das Ritual:

In einer induzierten Tiefen-Umschaltung mit Herausarbeitung von Trancephänomenen werden therapeutisch erarbeitete Suggestionen gegeben

---

### Warum ein Ritual?

Erhöhung der Aufmerksamkeit, der Suggestion für die Inhalte

### Wie geht dann Therapie in Trance?

- Ritual eingebettet in erickson'sche Psychotherapie-Arbeit

### Bedeutsam ist:

- Erreichen des „UBW“- Wissens.
- Unterschied von M. Erickson'schem Modell des UBW u. dem psychodynamischen UBW v. Sigmund Freuds.
- Erickson:
  - Therapeutische Hilfe zum Erleben von Unwillkürlichkeit, von inneren Ressourcen- Prozessen.
  - Erleben von unwillkürlicher Erweiterung als Ressource. Vertrauen, Offenheit für vorhandene Ressourcen.
  - Erweitern in Ressourcen, die durchgängig in der Hypnotherapie erzeugt werden.

Die Kunst der Erickson'schen Hypnotherapie. Wie, wann, wozu kann die Unwillkürlichkeit erhöht werden?

Hypnotherapeut\*In veranlasst, erzeugt. Sie interveniert nicht - sie metainterveniert.

**Damit wird das auch zur Metapher für eine intensive sonstige konstruktivistische Prozessarbeit!**



# In welche professionelle Arbeit gehört das Ritual?

---

## Es gehört in das Setting einer Psychotherapie:

### Das Besondere des Rituals:

- Erhöhen der Unwillkürlichkeit.
- Erweitern ins Unbewusste d.h. Ressourcenwissen, schwierigere Vertrauensbildung ins ich und Prozess

### Psychotherapie definiere ich:

- **Schon mitgebracht:** Je fester die Problemtrance, je weniger Selbstwirksamkeit, je verschütteter Ressourcen, je eher Pathologiedenken

### Coaching definiere ich:

- **Schon mitgebracht:** Je mehr Selbstwirksamkeit, Je mehr fachliches Lernen, je mehr Selbstverantwortlichkeit

## Allerdings:

**Wer entscheidet das? Zunächst die Patientin\*innen/Klient\*innen selbst.**

**Dann die Coach/Therapeut\*in.**

# 3. Die Konversationstrance

Trance ist Kommunikation, Konversation. Die Suggestion ist hier die Auswahl der möglichen Foki.

## 5 Minuten Eigenreflexion:

- Welchen wähle ich routinemäßig? **Antwort:**
- Welchen in schwierigen Situationen? **Antwort:**
- Wann welchen? **Antwort:**
- Ist mir das bewusst, reflektiere ich das? **Antwort:**
- Welche gibt mir meine gelerntes Vorgehen vor? **Antwort:**
- Reflektiere ich diese kritisch? **Antwort:**
- Reflektiere ich die Suggestionen m. Vorgehens, m. Heimatverfahrens, m. sozialen K.? **Antwort:**
- Setze ich konstruktivistische Erweiterungsmöglichkeiten ein? **Antwort:**
- Usw.

Lehre: in allen meinen Seminaren

## Zur Konversationstrance – Sie ist das Übergeordnete!

---

**Konversationstrance ist der Boden jeder erickson'schen Hypnokommunikation**

Sie reflektiert den Fokus der Aufmerksamkeit, Sprachnutzung, die ganze Arbeit u. deren Kontext.

**Konversationstrance benötigt das Verständnis vom vielfältigen Wirken der Suggestionen in:**

- Der Kontexte
- Des Settings
- Der Kommunikation, Interaktion und ihrer Implikation
- Der Erwartungen
- Der Ausbildungen und Anwendungen

# Milton Erickson- der Erfinder der Konversationstrance

## 5 Minuten Eigenreflexion:

Jeder hat genug Ressourcen seine Lebenssituation zu lösen. Er ist im Problemtrancezustand abgetrennt davon.

Ressourcenblick und Umgehen im Leben finden lassen.

- Wie erzeuge ich Ressourcen in meiner Arbeit? Antwort:
- Wie löse ich Problemtrance auf? Antwort:
- Wie erwirke ich Zukunftsblick u. Entwicklungsblick durch meine Arbeit? Antwort:
- Wie erwirke ich eine klare Entwicklungsausrichtung? Antwort:
- Wie erwirke ich Zuversicht, Hoffnung, Tun als Variable in meiner Arbeit? Antwort:
- Wie gehe ich mit personalen Erklärungen, Gründe-Suche, Fach-Hypothesen um? Antwort:

**Wenn M. Erickson sagt: Für jeden eine eigene Therapie „erfinden“, zähle ich ihn zu den Konstruktivisten.**

Lehre ich in: B1, Kom1-Kom7, 1-5 Ressourcenerzeugende Veränderungsarbeit. Das BOREMO.

# Wie wende ich also Konversationstrance an?

- Ich **beachte den mitgebrachten Fokus**
  - U. bereite ihn so auf und vor, dass damit zu arbeiten ist
- Ich **erweitere den mitgebrachten Fokus**
  - um Systemische Foki
  - um dissoziative Draufsicht auf das Problem u/o assoziative Ausrichtung
- Ich **wechsele das Medium u. damit den Fokus,**
  - wenn die Erzählung zu komplex wird
  - wenn es mit Sprache nicht weitergeht
  - wenn Klient\*innen keine Antworten finden
- Ich arbeite mit der **Wirklichkeitsorganisation**
  - durch dissoziative Sprache
  - durch assoziative Sprache
  - durch systemische Perspektivenerweiterungen
  - Durch Vorstellungen u. Zukunftsarbeit, Timeline
- Ich beachte immer **den Kontext u. dessen suggestiven Fokus.**
  - wozu ist Klient\*in hier?
- Ich beachte **die fachlichen Verantwortlichkeiten u. deren Fokus**
  - u. bin zuständig für die Meta-Interventionen zu Suchprozessen
  - U. ich befähige, Klient\*innen, diese zu nutzen

## 4. Weitere Infos

erhältlich über [info@institut-systeme.de](mailto:info@institut-systeme.de) u. [www.institut-systeme.de](http://www.institut-systeme.de)



- Weitere Infoabendtermine und Themen:

- 09.04.24 II. "Hypnosystemische Kommunikation und ihre Kontexte in Coaching, Beratung, Lehre, Therapie"

- 09.07.24 III. "Klinische Hypnose und Medizinische Hypnose"

- 10.12.24 IV. "Selbsthypnose"

- 14.01.25 V "Kinder- Hypnotherapie"

- Folien der Infoabende I und II auf Anfrage

- Leseprobe des Buchs „Konstruktivistische Psychotherapie. Das Bonner Ressourcen Modell. Prozess-Hypno- systemisch. Elsevier

Telefonische Sprechzeit von Anne Lang: Mi 11:00 -12:00.

Telefonische Anmeldung erbeten

# Unsere Weiterbildungen



Baukasten: „Prozesshypnosystemisches Coaching AML“ AML, DGSF zertifiziert

- „Ressourcen erzeugende Veränderungsarbeit- Bonner Ressourcen Modell“,
- „Komhyp - Hypnosystemische Kommunikation“ MEG zertifiziert

Psychotherapie:

- „Klihyp – Klinische Hypnose für Erwachsenenpsychotherapeut\*innen“
- „Kihyp- Kinder/Jugendlichen Psychotherapeut\*innen“
- „Medhyp- ärztliche Hypnose“

## Literatur:



- Hoffnung und Resilienz, Claudia Weinspach, Carl Auer
- Therapie in Trance, John Grinder, Richard Bandler Klett Cotta, 10 Auflage
- Konstruktivistische Psychotherapie, Das Bonner Ressourcen Modell, Anne Lang, Elsevier