

09.01.24 - Infoabend II

18:30-20:00

Hypnokommunikation – Vom Hypnoseritual zur Konversationstrance

AML Institute Bonn

Institut Systeme DGSF

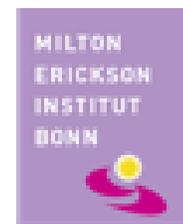
Milton Erickson Institut MEG/ MEG Regionalstelle Bonn

www.institut-systeme.de

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 u. 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