MEH Jahrestagung Bad Kissingen 2016

„Die Hypnose der Depression und ihre De-Hypnose“

Anne M. Lang

AML Institut Systeme und Milton Erickson Institut Bonn

www.institut-systeme.de

Anne.M.Lang@t-online.de

Hintergrund meiner Hypnotherapie-Arbeit ist

- der Hypno-Systemisch-Lösungsfokussierte Ansatz d.h. ein konstruktivistischer. Er fragt: Wie wird Wirklichkeit erzeugt?
- Ich arbeite daher kontextspezifisch d.h. die Hypnose-Arbeit wird unterschiedlich in den Kontexten. Der Kontext ist schon eine Suggestion!

Was ich vorstelle ist eine Arbeit aus der **Hypnotherapie im Psychotherapiekontext d.h. Depression ist eine Diagnose aus dem ICD 10.**

Ich beachte das, was die Psychotherapeutin in die Wirklichkeit einbringt!

Die Ergebnisse der Untersuchungen der Zeugenbefragungen und die Suggestionen der Kommunikation gelten auch für das, was die Therapeutin in die Therapie einbringt.

Wir haben hohe Verantwortung für das, was wir als Therapeuten erzeugen!

Deshalb „rahme“ ich nur, stelle Frage-Interventionen, mache Angebote.

Ich arbeite nicht automatisch mit der Biographie, nicht mit einem speziellen Verfahrensmodell, nicht nach Hypothesen.

Ich arbeite konstruktivistisch d.h. beachtend welche Wirklichkeit erzeugt wird!

Die Depression hypno-suggestiv erklärt:

Was ist das für ein Phänomen- was braucht es dafür?

Assoziiert mit..... Verlustangst, Alleinsein, Verlassen sein. Antriebslosigkeit, Erschöpfung...

Fokussiert auf.....Stimmung (Gefühl), Passivität (Handlung), Opfer (keine Selbstwirksamkeit)..

Dissoziiert von.....Ressourcen, Möglichkeiten, Ausnahmen vom Problem, Ziele....

Vorstellungen..... Nichts / Schlimmerem/ Befürchtungen und keine von.....

Erinnerungen.....an schwierige Situationen, Verlust, Trennung, Tod.....

Glaubensannahmen.....Selbstwertlosigkeit, Ohnmacht, Ausgeliefert.....

Problemtrance-Modus......

Dieser bringt bestimmte Komponenten mit sich.....

Dieser umfasst Stimmung, Vorstellung, Aktivität, ...

Die Hypnotherapie der Depression hypno-suggestiv erklärt

Assoziation mit.....Ausnahmen, Zukunft, Möglichkeiten, mehr als.....

Bilder, Geschichten .....

Fokussiert auf.....Mensch und seine Zustand und Möglichkeiten.....

Dissoziiert von.....Gefühl....

Vorstellungen.....Stellvertreter, Zukunft, Metapher, Geschichte.....

Erinnerungen.....was schon bewältigt, Ressourceninterview.....

Glaubensannahmen.....Erweiterung.....

Systeme......1. Bezugssystem, 2. Behandlungssystem 3. Behandlersystem

Ressourcentrance -Modus.....

bringt bestimmte Komponenten mit sich.....

Arbeit in Trance

Die Fallgeschichte einer 64 jährigen Sportlehrerin wird vorgestellt.

ICD F32.2 schwere depressive Episode

Berücksichtigt wird eine hypno- systemisch-lösungsfokussierten Vorgehensweise.

Das Bonner Ressourcen Modell mit 3 Dimensionen:

1. Prozess: Transparenz, Ausrichtung, Schlussintervention, Prognose, Transfer: wie viel sie- wie viel Medikamente 20-80%,

2. Schleife: „Der Ball und das Hin und Her“, Geschichten „Struppi“, „Malen“ wie sie möchte, Südfrankreich der Fels in der Brandung

3. Meta: Paarsystem: Pensionierung des Mannes, Behandlungssystem: Psychiater mit Medikation,

Die Hypnose der Depression und ihre De-Hypnose Anne M. Lang

Demo bzw. Darstellung einer Klientin/Klienten

Übung :

Interview zu den 3 Dimensionen des Bonner Ressourcen Modell:

1.Prozess: den Prozess ausrichten: Zielklärung, Zukunftsarbeit, Etappen festhalten.....

2.Schleifen: die Besonderheit dieses Klienten, dieses Klientensystems, dieser Situation, dieses Kontextes, dieser Interaktion-Behandlungs- Systems.....

3.Meta: Draufschau auf die Systeme, auf die „Knoten“.....

Hypnotherapie- die Therapie mit den bewussten und intuitiven Anteilen

- Interview- konstruktivistische Erkundungen
- Angebote der 3 Rahmungsdimensionen: Prozess/Schleife/Meta

- Trance-Arbeit
- Selbsthypnose

Darstellungen nach den 3 Dimensionen: Prozess/Schleife/Meta
mit Münzen oder gemalten Systemen

1. Ist-Situation? (Stelle dar! Was fehlt noch? was ist was? Was siehst du?)

2. Wunsch-Situation? (Stelle dar! Was fehlt noch? was ist was? Was siehst du?)

3. Was heißt das, was zu tun ist?

Selbsthypnose 3 Dimensionen

z.B. Batterie aufladen:

Imaginiertes Biofeedback des grünen Batterie- Balkens

Aufladen an einer Ressourcensituation (der Stecker steckt in einer Ressourcensituation)

Der Ort des Geschehens: ein Behandlungsraum in den Bonner Instituten