

# INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung .....	9
<b>Erstes Kapitel:</b>	
Das Prinzip der „Utilisation“ in der Hypnotherapie .....	13
1. Vorbereitung .....	14
2. Die therapeutische Trance .....	16
3. Die Ratifizierung der therapeutischen Veränderung ..	25
Zusammenfassung .....	30
Übungen .....	32
<b>Zweites Kapitel:</b>	
Die indirekten Formen von Suggestion .....	34
1. Direkte und indirekte Suggestion .....	34
2. Einstreutechnik .....	37
2a. Indirektes assoziatives Fokussieren .....	38
2b. Indirektes ideodynamisches Fokussieren .....	39
3. Gemeinplätze zur Nutzung ideodynamischer Prozesse .	41
3a. Ideomotorische Prozesse .....	41
3b. Ideosensorische Prozesse .....	41
3c. Ideoaffektive Prozesse .....	42
3d. Ideokognitive Prozesse .....	42
4. Vage zeitliche Angaben .....	43
5. Nicht-Wissen, Nicht-Tun .....	44
6. Offene Suggestionen .....	46
7. Abdecken aller Möglichkeiten einer Kategorie von Reaktionen .....	47
8. Fragen, die neue Reaktionsmöglichkeiten fördern ...	48
8a. Fragen zum Fokussieren von Assoziationen ...	48
8b. Fragen in der Trance-Induktion .....	49
8c. Fragen zur Förderung der therapeutischen Reaktionsbereitschaft .....	52
9. Zusammengesetzte Suggestionen .....	53
9a. Ja-Haltung und Verstärkung .....	54
9b. Kontingente Suggestionen und Assoziationsnetze	54

9c. Nebeneinanderstellen von Gegensätzen . . . . .	55
9d. Die Verneinung . . . . .	56
9e. Schock, Überraschung und schöpferische Augenblicke . . . . .	58
10. Implikationen und implizierte Anweisung . . . . .	61
11. Bindungen und Doppelbindungen . . . . .	66
11a. Bindungen nach dem Modell von Meiden-Meiden- und Machen-Machen-Konflikten . . . . .	67
11b. Die Bewußt-Unbewußt-Doppelbindungen . . . . .	69
11c. Die Doppel-Dissoziations-Doppelbindung . . . . .	71
12. Multiple Ebenen von Bedeutung und Kommunikation. Witze, Wortspiele, Metaphern und Symbole . . . . .	75
Übungen . . . . .	77

### Drittes Kapitel:

Die Utilisationstechnik. Trance-Induktion und Suggestion . . . . .	79
1. Akzeptieren und Nutzbarmachen des manifesten Verhaltens des Patienten . . . . .	80
2. Die Nutzung von Notfällen . . . . .	89
3. Die Nutzung der inneren Realität des Patienten . . . . .	92
4. Die Nutzung der Widerstände des Patienten . . . . .	96
5. Die Nutzung der negativen Affekte und der Verwirrung des Patienten . . . . .	105
6. Nutzbarmachung der Symptome des Patienten . . . . .	108
Übungen . . . . .	114

### Viertes Kapitel:

Die posthypnotische Suggestion . . . . .	116
1. Die Verbindung posthypnotischer Suggestionen mit unvermeidlichem Verhalten . . . . .	117
2. Posthypnotische Seriensuggestionen . . . . .	119
3. Unbewußtes Konditionieren als posthypnotische Suggestion . . . . .	121
4. Posthypnotische Erfüllung geweckter Erwartungen . . . . .	123
5. Überraschung als posthypnotische Suggestion . . . . .	125
Übungen . . . . .	127

### Fünftes Kapitel:

Die Veränderung sensorisch-perzeptiver Funktionen. Das Problem von Schmerz und Wohlbefinden . . . . .	128
Fall 1: Eine gesprächsweise Veränderung sensorisch- perzeptiver Funktionen. Phantomschmerzen und Ohrensausen . . . . .	139

Fall 2:	Veränderung sensorisch-perzeptiver Funktionen durch Schock und Überraschung. Unheilbare Rückenschmerzen . . . . .	162
Fall 3:	Anästhesie und Analgesie durch Verschiebung der Bezugsrahmen . . . . .	170
Fall 4:	Schmerzbekämpfung durch Nutzung der eigenen Persönlichkeit und Fähigkeiten des Patienten . .	174
<b>Sechstes Kapitel:</b>		
	Symptomauflösung . . . . .	181
Fall 5:	Allgemeiner Ansatz zur Symptombehandlung . .	184
	Erste Sitzung:	
	Erster Teil: Vorbereitung und erste Trance-Arbeit . . . . .	187
	Zweiter Teil: Therapeutische Trance als intensive innere Arbeit . . . . .	207
	Dritter Teil: Bewertung und Ratifizierung der therapeutischen Veränderung . . . . .	227
	Zweite Sitzung:	
	Einsicht und Durcharbeitung verwandter Probleme . . . . .	249
Fall 6:	Demonstration psychosomatischen Asthmas mit Schock zur Förderung von Symptomauflösung und Einsicht . . . . .	278
Fall 7:	Symptomauflösung mit Katharsis zur Förderung der Persönlichkeitsreife. Ein autoritärer Ansatz	285
Fall 8:	Somnambulistisches Training in einem hypnotherapeutischen Schnellverfahren . . . . .	294
	Erster Teil: Förderung somnambulistischen Verhaltens . . . . .	295
	Zweiter Teil: Ein hypnotherapeutisches Schnellverfahren: Handlevitation mit therapeutischer Symbolik. Hemisphärische Interaktion in Trance-Induktion und Suggestion . . . . .	308
Fall 9:	Anorexia nervosa. Paradox und Doppelbindung .	317
<b>Siebentes Kapitel:</b>		
	Gedächtnisauffrischung . . . . .	333
Fall 10:	Auflösung einer traumatischen Erfahrung . . . . .	333
	Erster Teil: Somnambulistisches Training, Selbsthypnose und hypnotische Anästhesie . . . . .	333

Zweiter Teil: Reorganisierung eines traumatischen Erlebens und Wiederbelebung des Gedächtnisses . . . . .	353
<b>Achtes Kapitel:</b>	
Emotionale Bewältigung . . . . .	367
Fall 11: Auflösung von Affekten und Phobien durch neue Bezugsrahmen . . . . .	367
Erster Teil: Verschiebung eines phobischen Systems . . . . .	367
Zweiter Teil: Auflösung eines frühkindlichen Traumas am Ursprung einer Phobie . . .	371
Dritter Teil: Förderung des Lernens: Entwicklung neuer Bezugsrahmen .	385
Ausgewählte kürzere Fälle: Übungen zur Analyse . . . . .	401
<b>Neuntes Kapitel:</b>	
Förderung von Potentialen. Umwandlung von Identität . . .	418
Fall 12: Nutzung spontaner Trance. Eine Exploration, die links- und rechtshemisphärische Aktivität integriert . . . . .	418
Erste Sitzung: Spontane Trance und ihre Nutzung: Symbolische Heilung . . . . .	418
Zweite Sitzung:	
Erster Teil: Förderung von Selbstexploration .	440
Zweiter Teil: Automatisches Schreiben und Dissoziation unter Nutzung einer spontanen Trance zu neuem Lernen .	449
Fall 13: Hypnotherapie bei organischem Wirbelsäulenschaden. Neue Identität nach Auflösung einer suizidalen Depression . . . . .	485
Fall 14: Veränderung von Identität durch psychischen Schock und Überraschung . . . . .	504
Fall 15: Lebensrekapitulation und Veränderung der Identität . . . . .	514
<b>Zehntes Kapitel:</b>	
Identität schaffen. Was kommt nach der Utilisationstheorie? .	527
Fall 16: Der Februarmann . . . . .	529
<b>Literaturverzeichnis . . . . .</b>	<b>550</b>