

Inhalt

Vorwort zur vierten Auflage

XIII

Teil I Grundlagen

Theoretische Grundlagen

I	Geschichte der Hypnose	5
1.1	Vorwissenschaftliche Formen	5
1.2	Beginn einer Wissenschaft: von Paracelsus zu Freud	10
1.3	Jüngste historische Entwicklung der Hypnose	30
2	Theorien der Hypnose	34
2.1	Historische Theorien	34
2.2	Die Dissoziationstheorie – Pierre Janet	34
2.3	Die Neodissoziationstheorie – Ernest R. Hilgard	35
2.4	Die Theorie der Rollengestaltung – Theodore R. Sarbin	38
2.5	Die psychoanalytische Interpretation – Merton M. Gill und Margaret Brenman	39
2.6	Das Real-Simulations-Modell – Martin T. Orne	40
2.7	Der Kommunikationsansatz – Milton H. Erickson	41
2.8	Der ökosystemische Ansatz – David P. Fourie	45
2.9	Hypnose als Entspannung – William E. Edmonston jr.	47
2.10	Kognitive Selbstorganisationstheorie – Peter Kruse und Vladimir A. Gheorghiu	47
2.11	Erklärungsmodelle der Verhaltenstheorien	49
3	Theorien: Überblick und Vergleiche	62
3.1	Einordnungen der Theorien	63
3.2	Diskussion „state“ versus „non-state“	64
3.3	Theorien- und Methodendiskussion: Therapie nach Erickson	69
3.4	Versuch einer Definition von Hypnose	72
3.5	Praxisrelevanz der Theorien	74

Experimentelle Grundlagen

4	Suggestion, Suggestibilität, Hypnose, Hypnotisierbarkeit:	
	Definitionen, Korrelate	77
4.1	Der Begriff der Suggestion	77
4.2	Abgrenzung von Suggestion und Hypnose	81
4.3	Suggestibilität	87
4.4	Arbeitsdefinitionen und Pragmatik für die Therapie	91
4.5	Grundlegende Ergebnisse aus der Suggestibilitätsforschung	92
5	Tests zur Messung der Suggestibilität und Hypnotisierbarkeit	98
5.1	Überlegungen zur Testkonstruktion	98
5.2	Historische Skalen zur Hypnotisierbarkeit	99
5.3	Moderne Skalen zur Hypnotisierbarkeit	99
5.4	Auswahl der angemessenen Skala	104
5.5	Kritik an den Skalen	105
5.6	Relevanz der Hypnotisierbarkeitsskalen	107
6	Zum Problem der hypnotischen Tiefe	108
6.1	Historische Skalen zur Hypnosetiefe	108
6.2	Moderne Skalen zur Hypnosetiefe	108
6.3	Forschungsergebnisse	109
6.4	Folgerungen	110
6.5	Methoden zur Verbesserung von Entspannung, Imagination und Kooperation	111
7	Verhalten in Hypnose	117
7.1	Kommunikation – Rapport	118
7.2	Reaktionen der Motorik	120
7.3	Psycho-physiologische Reaktionen	127
7.4	Immunsysteme	134
7.5	Hirnfunktionen	137
7.6	Veränderungen der Wahrnehmung	145
7.7	Veränderungen von Gedächtnis und Zeiterleben	154
7.8	Veränderungen weiterer psychologischer Aspekte	167

Teil II Indikation und Abgrenzung

Möglichkeiten und Grenzen der Hypnose

8	Indikationen und Vorteile der Hypnoseanwendung	179
8.1	Indikationen der Hypnose	179
8.2	Vorteile der Arbeit mit Hypnose	181
9	Abgrenzungen, Gefahren, Grenzen und Kontraindikationen	183
9.1	Abgrenzung der Hypnose gegenüber Schlaf, Entspannung und Alltagsverhalten	183
9.2	Gefahren der Hypnose	184
9.3	Grenzen der Hypnose	186
9.4	Wo Hypnose versagt	196
9.5	Kontraindikationen	197
10	Ethische und religiöse Aspekte der Hypnose	200
10.1	Ethische Aspekte	200
10.2	Religiöse Aspekte	203
11	Bühnen- und Showhypnose, Tierhypnose	208
11.1	Grundprinzipien der Showhypnose	209
11.2	Ablauf der Showhypnose	210
11.3	Zusatzprinzipien und Techniken der Showhypnose	213
11.4	Wie Fachleute getäuscht werden	219
11.5	Ausbildung der Showhypnotiseure	219
11.6	Die Show mit der „echten Hypnose“	220
11.7	Gefahren der Showhypnose	220
11.8	Fallbeispiele	224
11.9	Gesetzliche Aspekte der Showhypnose	225
11.10	Tierhypnose	226
11.11	Moderne Experimente und Wissenschaftsfolgerungen	231
11.12	Kritischer Ausblick	231

Teil III Anwendung

Elemente der Hypnosesitzung

12	Therapievoraussetzungen	239
12.1	Aufbau einer Hypnosesitzung	239
12.2	Voraussetzungen für die Hypnoseanwendung	246
12.3	Aufklärung des Patienten	249
13	Vorbereitungsübungen und Vertrauensaufbau	253
13.1	Methodische Aspekte	253
13.2	Vorbereitungstests	255
14	Die Induktion der Hypnose – Theorie und Praxis	266
14.1	Definition der Induktion	266
14.2	Forschungsergebnisse: Induktionsvariablen und ihre Praxisanwendung	267
14.3	Methoden der Induktion	274
14.4	Apparative Hilfen bei der Induktion	286
14.5	Anmerkungen, Kritik und Ausblick	287
15	Die Beziehung zwischen Therapeut und Patient in der Hypnose	288
15.1	Die Therapeut-Patient-Beziehung in der Psychotherapie	288
15.2	Die Therapeut-Patient-Beziehung in der Hypnose	290
15.3	Anforderungen an den Hypnosetherapeuten	291
15.4	Experimentelle Befunde	294
15.5	Zur Kommunikation zwischen Therapeut und Patient	296
15.6	Erklärungsmodelle der Therapeut-Patient-Beziehung	297
15.7	Schlussbemerkung	301
Kombinationen		
16	Hypnoseanwendung in Kombination mit verschiedenen Therapiemethoden	305
16.1	Kombination und Integration von Therapiemethoden	305
16.2	Psychoanalyse	307
16.3	Gesprächspsychotherapie	308
16.4	Gestalttherapie	308
16.5	Gruppentherapieformen	308

16.6	Familien- und Paartherapie	310
16.7	Entspannungsverfahren	312
16.8	Hypnose und Biofeedback	312
16.9	Eye Movement Desensitization and Reprocessing – EMDR	313
16.10	Sonstige Kombinationen	313
17	Kombination von Hypnose und Verhaltenstherapie	314
17.1	Verhaltenstheorie	314
17.2	Hypnose aus der Perspektive der Verhaltenstheorie	316
17.3	Verhaltenstherapie	318
17.4	Methodenkombination von Hypnose und Verhaltenstherapie	320
18	Verhaltenstherapie mit Hypnose – Behandlungsmethoden	323
18.1	Konfrontations- und Bewältigungsverfahren	324
18.2	Operante Methoden	330
18.3	Modelllernen	330
18.4	Modelle kognitiver Therapien	330
18.5	Selbstkontrolle	346
	Spezialmethoden	
19	Imaginative Verfahren – Methoden, Anwendungen	351
19.1	Erklärungsversuch	351
19.2	Therapeutische Wirkungen	351
19.3	Imaginative Methoden in der Psychotherapie und Hypnose	353
19.4	Bemerkungen zur Praxis	371
20	Selbsthypnose	372
20.1	Historische Aspekte und Definitionsprobleme	372
20.2	Experimentelle Befunde (Kurzabriss)	374
20.3	Anleitung zur Selbsthypnose	375
20.4	Indikationsbreite	377
20.5	Selbsthypnose bei Kindern	378
20.6	Kassetten und CDs zur Selbsthypnose	379
20.7	Kontraindikationen der Selbsthypnose	382
21	Hypnose bei Kindern und Jugendlichen	383
21.1	Historischer Kurzabriss	383
21.2	Suggestibilität und Hypnotisierbarkeit bei Kindern	384
21.3	Experimentelle Befunde	385

21.4	Einstellungen von Kindern und Eltern	385
21.5	Entwicklungspsychologie und Anwendungspraxis	386
21.6	Bezugspersonen und Aktivitäten	388
21.7	Induktionstechniken für Kinder	389
21.8	Anwendungsbereiche der Kinder-Hypnose	395
21.9	Grenzprobleme in der Kinder-Hypnose	397

Anwendungsbereiche

22 Hypnose in der Psychotherapie 401

22.1	Angststörungen und Angst bezogene Probleme	401
22.2	Somatoforme Störungen	423
22.3	Schmerzen	426
22.4	Dissoziative Identitätsstörung	440
22.5	Sexuelle und Geschlechtsidentitätsstörungen	443
22.6	Essstörungen, Schluckbeschwerden, Erbrechen	451
22.7	Schlafstörungen	458
22.8	Störungen der Impulskontrolle	465
22.9	Affektive Störungen	467
22.10	Schizophrenie und andere psychotische Störungen	469
22.11	Persönlichkeitsstörungen	471
22.12	Lern- und Leistungsstörungen, Examensprobleme, Lernbeeinträchtigungen	471
22.13	Ticstörungen	478
22.14	Ausscheidungsstörungen	479
22.15	Verhaltensstörungen	483
22.16	Sprech- und Sprachstörungen	488
22.17	Kinder- und Jugendlichenprobleme	491
22.18	Behinderungen und Rehabilitation	495
22.19	Störungen durch Substanzkonsum	498
22.20	Probleme alter Menschen	504

23 Hypnose in der Medizin 507

23.1	Kardio-vasculäre Störungen (Herz-Kreislauf-Störungen)	507
23.2	Gastrointestinale Störungen	510
23.3	Rheumatoide Arthritis	514
23.4	Sonstige internistische Probleme	516
23.5	Pulmonale Problemstellungen	518
23.6	Allergische Reaktionen – Psychoneuroimmunologie	518
23.7	Dermatologische Probleme	522
23.8	Onkologische Probleme	529

23.9	Neurologische Störungen	536
23.10	Gynäkologie	543
23.11	Augenheilkunde	550
23.12	Ohrenheilkunde	552
23.13	Infektionskrankheiten – HIV- und Aids-Erkrankungen	554
23.14	Chirurgie und Anästhesie	555
23.15	Orthopädie	563
23.16	Chronische Erkrankungen	564
24	Hypnose in der Zahnmedizin	566
24.1	Historischer Kurzaufsatz	566
24.2	Psychische und physiologische Situation des Patienten	567
24.3	Allgemeine Induktionsformen und Suggestionen	567
24.4	Anwendungsbereiche der Hypnose in der Zahnmedizin	568
24.5	Spezielle Behandlungsvoraussetzungen – Kontrollmethoden	571
24.6	Allgemein therapeutischer Bereich	573
24.7	Operativer Bereich	574
24.8	Problempatienten	578
24.9	Veränderung von Verhaltensgewohnheiten (habits)	580
24.10	Funktionsstörungen des stomatogenen Systems	581
24.11	Gewöhnungskontrolle	582
24.12	Grenzen und Kontraindikationen	583
25	Hypnose im Sport	585
25.1	Spezifische Methodik der Hypnose im Sport	585
25.2	Behandlung von Wettkampfangst	586
25.3	Optimierung motorischer Fähigkeiten durch Konzentration in Hypnose	589
25.4	Aufbau mentaler Einstellungen zum Wettkampf	591
25.5	Aufbau und Aufrechterhaltung der optimalen Wettkampfkondition	592
25.6	Ausbildung körperlicher und mentaler Wettkampffertigkeiten	594
25.7	Wiederherstellung von motorischen Fertigkeiten nach Unfall oder Krankheit	595
25.8	Grenzen, Gefahren und Perspektiven der Hypnose im Sport	596
26	Hypnose im Bereich von Kriminologie, Forensik und Gedächtnis	598
26.1	Krimineller Missbrauch von Hypnose möglich?	598
26.2	Forensischer Bereich	605

26.3	Klinischer Bereich	613
26.4	Richtlinien zur forensischen Anwendung der Hypnose	615
26.5	Rolle der Hypnose im deutschen Strafrecht	616
27	Falldarstellungen	621
27.1	Fall 1: Prüfungsängste, Brechdurchfälle und Depressionen	621
27.2	Fall 2: Angst- und Schmerzproblematik	626
27.3	Fall 3: Vielfältige Ängste, besonders nächtliche Ängste	631
27.4	Fall 4: Multiple Ängste und Kreislaufprobleme	635
27.5	Fall 5: Examensangst	640
27.6	Fall 6: Chronisches Stehlen mit bislang ungünstiger Prognose	643
27.7	Fall 7: Nächtliche Asthmaanfälle	654
27.8	Fall 8: Asthmaanfälle beim Aufwachen	662
27.9	Fall 9: Aggressionen, mangelnde Selbstkontrolle	668
	Glossar	671
	Informationen zur beiliegenden Audio-CD	681
	Verzeichnis der Imaginationsverfahren, Instruktionen und Suggestionen	683
	Literatur	685
	Sachregister	746