

---

# Inhalt

<i>Vorwort</i>	7
1. Einleitung – Die Verbindung zwischen Körper und Geist	11
2. Eine kurze Geschichte der Hypnose	17
3. Trance	27
4. Die hypnotischen Sprachmuster Milton Ericksons	37
5. Utilisation	45
6. Persönliche Geschichte	51
7. Vorgespräch und Suggestibilitätstests	61
8. Stadien der Hypnose	71
9. Methoden Ericksons und seiner Schüler	81
10. Zwei Induktionen im Stile Ericksons	97
11. Der Aufbau einer hypnotischen Intervention im Stile Ericksons	109
12. Die Verwendung des Pendels und anderer ideomotorischer Signale	119
13. Metaphern	131
14. Progressive Testinduktion nach Estabrooks	149
15. Vertiefungstechniken und posthypnotische Suggestionen	161
16. Die Elman-Methode	173
17. Wie Sie einen persönlichen Induktionsstil entwickeln	191
18. Abschließende Bemerkungen	197
 <i>Anhang: Induktionsskripts</i>	 203
<i>Bibliographie</i>	225
<i>Personen- und Stichwortverzeichnis</i>	239