



<b>3</b>	<b>Menschenbild der Hypnotherapie</b>	<b>51</b>
3.1	Traditionelle und moderne Hypnose	51
3.2	Therapeutische Grundhaltung	52
3.3	Der Selbst-Begriff in der Hypnotherapie	53
3.4	Der Polypsychismus in der Hypnotherapie	55
3.5	Der Begriff des Unbewussten in der Hypnotherapie	57

<b>4</b>	<b>Hypnotherapeutische Prinzipien</b>	<b>63</b>
4.1	Utilisation	63
4.2	Ressourcen-Orientierung	65
4.3	Indirektheit	66
4.4	Minimale Veränderung mit Kaskadeneffekt	68
4.5	Labilisierung	70
4.6	Unwillkürlichkeit	70
4.7	Schutz des Unbewussten	71
4.8	Ebenen der therapeutischen Intervention	72

<b>5</b>	<b>Methoden der Hypnotherapie</b>	<b>75</b>
5.1	Ablauf der Hypnotherapie	75
5.1.1	Rapport	75
5.1.2	Auftragsklärung	76
5.1.3	Diagnostik: Interaktions- und Strukturebene	78
5.1.4	Diagnostik: Symptom- und Konfliktebene	80
5.1.5	Kontraindikationen	84
5.2	Tranceinduktion	85
5.2.1	Trance als Ritual	85
5.2.2	Induktionsrituale	86
5.2.3	Induktionstexte	88
5.2.4	Tieftrance und posthypnotische Suggestion	91
5.2.5	Selbsthypnose	93
5.3	Nutzung der Trance	95
5.3.1	Regression und Progression	96
	<i>Regression</i>	96
	<i>Progression</i>	99
5.3.2	Dissoziation und Assoziation	101
	<i>Dissoziation</i>	101
	<i>Assoziation</i>	104
5.3.3	Symptom- und Konfliktorientierung	105
	<i>Symptomorientierte Hypnose</i>	106
	<i>Konfliktorientierte Hypnose</i>	108

<b>5.3.4</b>	<b>Explizite und implizite Hypnotherapie</b>	109
	<i>Metaphern</i>	111
	<i>Konstruktion von Metaphern</i>	114
	<i>Idiomotorik</i>	115
	<i>Die magnetischen Hände (Rossi-Hände-Technik)</i>	116
	<i>Loslassen</i>	118
<b>5.4</b>	<b>Hypnose, Entspannung, Meditation</b>	120
<b>6</b>	<b>Wirksamkeitsstudien</b>	123
<b>7</b>	<b>Abschließende Diskussion</b>	129
<b>8</b>	<b>Literatur</b>	135
<b>Anhang:</b>	<b>Beispiele für Metaphern</b>	141