

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1
	<i>Dirk Revenstorf</i>	
1.1	Hypnose als Ritual	2
1.2	Traditionelle und moderne Hypnose	4
	Literatur	9
I	Allgemeine Prinzipien	
2	Trance und die Ziele und Wirkungen der Hypnotherapie	13
	<i>Dirk Revenstorf</i>	
2.1	Neurobiologische Grundlagen der Hypnose	15
2.1.1	Hypnotische Trance als veränderte Informationsverarbeitung	15
2.1.2	Das Default Mode Netzwerk (DMN)	16
2.1.3	Hypnose als Desaktivierung des DMN	17
2.1.4	Hypnosebindung	19
2.2	Ebenen der hypnotischen Kommunikation	19
2.3	Hypnotische Phänomene	20
2.3.1	Kognitive Veränderungen	20
2.3.2	Physiologische Veränderungen	21
2.3.3	Psychosomatische Reaktionen	22
2.4	Theorien und Hypothesen zur hypnotischen Trance	22
2.4.1	Biologische Mechanismen	22
2.4.2	Sozialpsychologische Mechanismen	24
2.5	Ziele der Hypnotherapie	25
2.5.1	Harmonisierung des inneren Milieus	25
2.5.2	Erhöhung der Suggestibilität	25
2.5.3	Veränderung der Wahrnehmung	25
2.5.4	Aktivierung der Vorstellung	25
2.5.5	Umstrukturierung	26
2.5.6	Unwillkürlichkeit	26
2.5.7	Nutzung »stillen Wissens«	27
2.5.8	Regression	27
2.6	Prozessorientierte Entscheidungen in der Hypnotherapie	28
2.6.1	Allgemeines	28
2.6.2	Unspezifische Hypnotherapie	29
2.6.3	Implizite Hypnotherapie	29
2.6.4	Symptomorientierte Hypnotherapie	29
2.6.5	Konfliktorientierte Hypnotherapie	30
2.6.6	Spezifische Strategien der Hypnotherapie	30
2.7	Wirkungsnachweise der Hypnotherapie	31
2.7.1	Operationalisierbarkeit	31
2.7.2	Anwendungsbereiche	31
2.8	Diskussion	32
2.8.1	Transparenz von Therapiezielen im Behandlungsverlauf	32
	Literatur	33
3	Hypnose und die Konstruktion von Wirklichkeit	37
	<i>Burkhard Peter</i>	
3.1	Theorie	38

3.2	Anwendung der Wirklichkeitskriterien auf die Konstruktion komplexer hypnotischer Phänomene	39
3.2.1	Syntaktische Wirklichkeitskriterien: Sensorik und Wahrnehmung	39
3.2.2	Semantische Wirklichkeitskriterien: Bedeutungsgebung durch Ausdruck, Valenz und Affekt	41
3.2.3	Pragmatische Wirklichkeitskriterien: Handlung und Interaktion	42
3.3	Implikationen	43
	Literatur	44
4	Hypnotische Phänomene und psychopathologische Symptome	47
	<i>Burkhard Peter</i>	
4.1	Historische Perspektive	48
4.2	Theoretische Perspektive	49
4.3	Hirnphysiologische Befunde	50
	Literatur	54
5	Wirkung und Nutzung der Beziehung in der Hypnotherapie	57
	<i>Dirk Revenstorf und Rolf Durian</i>	
5.1	Ebenen therapeutischer Beziehungen	58
5.2	Übertragung und Gegenübertragung	59
5.2.1	Entwicklung der Übertragungskonzepte in der Psychoanalyse	59
5.2.2	Affektive und neurobiologische Grundlagen des Übertragungsgeschehens	61
5.2.3	Übertragung und Gegenübertragung in der Hypnotherapie	61
5.3	Ebenen der hypnotischen Trance	62
5.4	Analyse der Beziehung	63
5.4.1	Kommunikationsstile	64
5.4.2	Charakterstruktur	64
5.4.3	Übertragung und Gegenübertragung	67
5.5	Lösungs- und beziehungsorientierte Hypnotherapie	70
5.6	Rapport und Interaktionsbeobachtung	72
5.6.1	Nonverbales Verhalten	72
5.6.2	Kommunikationsstil	72
5.6.3	Charakterstruktur	72
5.7	Therapeutische Nutzung der hypnotischen Beziehung	75
	Literatur	79
6	Therapeutisches Tertium und hypnotische Rituale	81
	<i>Burkhard Peter</i>	
6.1	Historische Perspektive	82
6.2	Bedeutung hypnotischer Rituale	85
6.3	Funktion des therapeutischen Tertiums	85
6.3.1	Kontrollerwartung	85
6.3.2	Projektionsfläche für verborgene Ressourcen	86
6.3.3	Kommunikation und Kontakt	86
	Literatur	87
7	Ressourcen- und Zielorientierung	89
	<i>Wilhelm Gerl</i>	
7.1	Ressourcenorientierung	90
7.1.1	Zum Begriff der Ressource	90
7.1.2	Ressource und Problemlösung	90
7.1.3	Hypnotische Trance: ein ressourcenhafter und ressourcenfördernder Zustand	90
7.1.4	Therapeutischer Rapport und das Unbewusste als »Dritter im Bunde«	91
7.1.5	Die drei Fragen der Ressourcenorientierung	91

7.1.6	Ressourcen und der Zeitaspekt	91
7.2	Zukunfts- und Zielorientierung	92
7.2.1	Zukunftsorientierung	92
7.2.2	Zielorientierung	92
7.2.3	Unterscheidung von Ziel und Ergebnis	92
7.2.4	Der spezifische Ressourcencharakter des Zieles und des Ergebnisses	92
7.2.5	Zieldefinition	93
7.2.6	Ergebnisimagination	93
	Literatur	94
8	Utilisation	95
	<i>Bernhard Trenkle</i>	
8.1	Utilisation des Weltbildes	96
8.2	Utilisation von früheren Lernerfahrungen	96
8.3	Utilisation von Emotionen	97
8.4	Utilisation von Hypnose und Trancephänomenen	97
	Literatur	99
9	Kontext und Wirkung von Suggestionen	101
	<i>Ortwin Meiss</i>	
9.1	Im Gedächtnis bleibt das Besondere	102
9.2	Verfehlungen, die einem ein Leben lang vorgehalten werden	103
9.3	Wie sich Freundschaften bilden (und auseinanderbrechen)	103
9.4	Heilrituale	103
9.5	Diagnosen als Suggestionen	104
9.6	Die »Kunst der Verhexung«	105
9.7	Plötzliche Veränderungen des Lebensstils	105
9.8	Bühnenhypnose und Wunderheilungen	105
9.9	Prophezeiungen als Suggestionen	106
9.10	»Therapiegurus« und Besserwisser	107
9.11	Die Bedeutung der Reputation des Therapeuten	107
9.12	Förderung der Reaktionsbereitschaft durch Konfusion	108
9.13	Emotionale Relevanz durch Provokation	108
9.14	Steigerung der Aufmerksamkeit durch Bildung eines Spannungsbogens	109
9.15	Rituale als Kontext für Suggestionen	109
9.16	Nutzung der Rahmenbedingungen	110
9.17	Hypnose und die Entstehung von Suggestionen	110
9.18	Suggestionen ohne Trance?	110
10	Hypnotisierbarkeit, Suggestibilität und Trancetiefe	113
	<i>Clemens Krause, Björn Riegel</i>	
10.1	Theoretische Grundlagen	114
10.2	Moderne Hypnoseskalen	114
10.3	Hypnotisierbarkeit, Dissoziation und Psychopathologie	115
10.4	Auswirkungen der Hypnotisierbarkeit auf den Therapieerfolg	116
10.5	Beeinflussung der Hypnotisierbarkeit	117
10.6	Diskussion	119
	Literatur	120
11	Kontraindikationen, Bühnenhypnose und Willenlosigkeit	125
	<i>Dirk Revenstorf, Burkhard Peter</i>	
11.1	Kontraindikationen	126
11.1.1	Geschichtliche Perspektive	126

11.1.2	Theoretische Perspektive	127
11.1.3	Klinische Praxis	129
11.2	Gefahren der Hypnose	131
11.2.1	Historische Perspektive	132
11.2.2	Hypnose »Unfälle«	133
11.2.3	Missbrauch unter Hypnose	135
11.2.4	Theoretische Aspekte der sogenannten Willenlosigkeit	143
11.3	Diskussion	147
	Literatur	148
12	Heilung und Tod durch Suggestion	153
	<i>Gary Bruno Schmid</i>	
12.1	Einführung: Suggestion und Hypnose	154
12.1.1	Suggestierter Tod	154
12.1.2	Suggestierte Heilung	156
12.2	Grundlagen suggestiv heilender oder todbringender Phänomene	157
12.2.1	Drei hinreichende Glaubensbedingungen für suggestiv heilende oder todbringende Phänomene	157
12.2.2	Fünf suggestiv heilende/tödliche psychosoziale innere Haltungen	157
12.2.3	Sechs suggestiv heilende/tödliche biopsychosoziale Faktoren	157
12.3	Grundlagen zum Aufbau einer heilenden Gesundheitstrance	159
12.4	Falldarstellungen und die jeweiligen Gesundheitstrancen	161
12.5	Fazit	165
	Literaturverzeichnis	166
13	Humor und Hypnotherapie	167
	<i>Peter Hain</i>	
13.1	Anwendung	168
13.2	Zielsetzung	169
13.3	Grundhaltung und Beziehung	169
13.4	Humor und Trance	169
13.5	Humor als hypnotherapeutische Interventionsmöglichkeit	169
13.6	Humor in Trance	170
13.7	Integration und persönlicher Stil	170
	Literatur	170
 II Induktionen		
14	Ideomotorische Hypnoserituale	175
	<i>Burkhard Peter</i>	
14.1	Fixationstechnik: Lidschluss und Augenkatalepsie	176
14.2	Treppenmetapher: Einführung des »Unbewussten«	178
14.3	Alternative: Aufzugmetapher	178
14.4	Armlevitation	178
14.5	Ideomotorisches Signalisieren	180
14.6	Ideomotorik und Armtest der Kinesiologie	181
14.7	Zurücknehmen	181
14.8	Diskussion	182
14.8.1	Vorteile motorisch-kinästhetischer Rituale	182
14.8.2	Nachteile motorisch-kinästhetischer Rituale	182
14.8.3	Notfallmaßnahmen: wenn die hypnotische Armlevitation zum Symptom wird	182
14.9	Theorie und empirische Befunde	183
	Literatur	185

15	Direkte Induktionen	187
	<i>Günter Hole</i>	
15.1	Einführung und Historisches	188
15.2	Grundlagen und Alltagsrelevanz des Vorgangs	188
15.3	Direkte Methoden	189
15.3.1	Optische Methoden	190
15.3.2	Akustische Methoden	191
15.3.3	Haptische (taktile) Methoden	192
15.3.4	Olfaktorische Methoden	192
15.3.5	Chemische (medikamentöse) Methoden	193
15.3.6	Motorische Methoden	193
15.3.7	Gestufte Methoden	193
15.4	Diskussion	194
15.4.1	Indikationen und Kontraindikationen	194
	Literatur	195
16	Indirekte Induktion und Kommunikation	197
	<i>Dirk Revenstorff, Ulrich Freund</i>	
16.1	Alltägliche sprachliche Unschärfen	198
16.2	Sprachmodelle der Hypnotherapie	199
16.2.1	Das Metamodell	200
16.2.2	Das inverse Metamodell (»Milton-Modell«)	200
16.2.3	Indirekte Suggestionen	201
16.3	Hypnotische Bindeworte und Pseudokausalität	202
16.4	Einstreutechnik	203
16.5	Einkreistechnik	203
16.6	Destabilisierung durch Konfusion	205
	Literatur	207
17	Vertiefung der Trance	209
	<i>Wilhelm Gerl</i>	
17.1	Der Prozess der Vertiefung	210
17.2	Erwartung und Reaktionsbereitschaft fördern	210
17.3	Direkte und indirekte Vertiefungssuggestionen	210
17.4	Paraverbale und nonverbale Mittel	212
17.5	Trancephänomene nutzen	212
17.6	Mit Dissoziation arbeiten	213
17.7	Konditionieren	214
17.8	Diskussion	214
	Literatur	215
18	Posthypnotische Aufgabe	217
	<i>O. Berndt Scholz</i>	
18.1	Was versteht man unter einer posthypnotischen Aufgabe (PHA)?	218
18.2	Wann ist eine PHA sinnvoll? – Indikation	219
18.3	Innerhalb welchen Zeitraumes wirkt die PHA? – Wirkungsdauer	220
18.4	Welche Formulierungen werden bei einer PHA-Darbietung genutzt? – Darbietungsarten	221
18.5	An welche Konstruktionsprinzipien sollte man sich bei einer PHA halten? – Experimentelle und theoretische Grundlagen	222
18.6	Praktisches Vorgehen – Falldemonstration	222
18.7	Empirische Belege für die Wirksamkeit der PHA	223
	Literatur	225

III Allgemeine Methoden

19	Therapeutische Geschichten und Metaphern	229
	<i>Dirk Revenstorf, Ulrich Freund, Bernhard Trenkle</i>	
19.1	Therapeutische Funktion von Metaphern	231
19.2	Allgemeine Prinzipien der Metapherwirkung	233
19.2.1	Semantische Offenheit	233
19.2.2	Homomorphie	234
19.2.3	Beiläufigkeit	235
19.2.4	Verknüpfung	236
19.3	Stilmittel für indirekte oder parallele Kommunikation	236
19.3.1	Bilder	236
19.3.2	Symbole und Archetypen	237
19.3.3	Sprichwörter	237
19.3.4	Witze	238
19.3.5	Rätsel	238
19.3.6	Geschichten und Anekdoten	238
19.3.7	Parabeln, Mythen und Märchen	238
19.4	Anwendung therapeutischer Metaphern	239
19.4.1	Diagnostische Verwendung	239
19.4.2	Verbesserung des Rapports	240
19.4.3	Metaphern für die Tranceinduktion	240
19.4.4	Metaphern zur Konfusion	241
19.4.5	Metaphern als therapeutische Intervention	241
19.5	Die Konstruktion homomorpher therapeutischer Metaphern	245
19.6	Komposition mehrerer Metaphern	247
19.7	Metaphern für Kinder erzählen	250
	Literatur	251
20	Reframing	253
	<i>Wilhelm Gerl</i>	
20.1	Paradox – Symptom – hypnotisches Phänomen	254
20.2	Theoretische Aspekte	255
20.2.1	Kontext und Bedeutung	255
20.2.2	Zeitliche Kontexte	256
20.3	Kurzreframing	257
20.3.1	Bedeutungsreframing	257
20.3.2	Kontextreframing	259
20.4	Symptomverschreibung als implizites Reframing	260
20.5	Prozessreframing	261
20.5.1	Sechs-Schritt-Reframing	261
20.6	Diskussion	262
20.6.1	Kontraindikationen	263
	Literatur	263
21	Stellvertretertechnik	265
	<i>Bärbel Bongartz, Walter Bongartz</i>	
21.1	Kombination von Stellvertreter- und Einstreutechnik	266
21.2	Beispiele für Stellvertreter	267
21.2.1	Felsen, Bäume, Wasser	267
21.2.2	Weitere Beispiele: Blumen, Feuer	269
21.3	Die Reaktion von Patienten	270
21.4	Zur Durchführung der Stellvertretertechnik	271

21.4.1	Vorbereitung des Patienten	271
21.4.2	Sprache	271
21.5	Diskussion	271
	Literatur	272
22	Hypermnesie und Amnesie	273
	<i>Burkhard Peter</i>	
22.1	Hypnotische Hypermnesie	274
22.1.1	Definition	274
22.1.2	Historischer Hintergrund	274
22.1.3	Allgemeinpsychologisches Phänomen	275
22.2	Posthypnotische Amnesie	276
22.2.1	Definition	277
22.2.2	Historischer Hintergrund	277
22.2.3	Erklärungshypothesen	278
22.3	Interventionen	278
22.3.1	Direkte Suggestion	278
22.3.2	Indirekte Suggestionen: Symbolisierung, Externalisierung und Ritualisierung	279
22.3.3	Strukturiertes indirektes Angebot	279
22.3.4	Überraschung und Konfusion	281
22.4	Diskussion	281
22.4.1	Indikationen und Kontraindikationen	281
	Literatur	281
23	Altersregression	285
	<i>Burkhard Peter</i>	
23.1	Geschichtliche Aspekte	286
23.2	Theoretische Perspektiven	287
23.3	Praxis der hypnotischen Altersregression	289
23.3.1	Techniken zur »Konstruktion von Wirklichkeit«	289
23.3.2	Hypnoprojektive Techniken	291
23.3.3	Sicherheitsmaßnahmen	292
23.3.4	Kontraindikationen	292
23.3.5	Indikationen	292
23.4	Fallgeschichten	292
	Literatur	295
24	Hypnoanalyse	297
	<i>J. Philip Zindel</i>	
24.1	Theoretische Grundlagen	298
24.1.1	Allgemeines	298
24.1.2	Theoretische Vorbemerkungen zur Hypnose	298
24.2	Hypnoanalytische Interventionen	299
24.2.1	Klassische Methoden	299
24.2.2	Beispiele neuerer hypnoanalytischer Techniken	300
24.2.3	Weitere hypnoanalytische Techniken	302
	Literatur	303
25	Ich-Stärkung	305
	<i>Hans Riebensahm</i>	
25.1	Theoretischer Hintergrund	306
25.2	Interventionen	307
25.2.1	Unterschiedliche Ich-Aspekte	307

25.2.2	Monologische Tranceinduktion mit Metapher.....	309
	Literatur.....	315
26	Wirkfaktor Grimm: Märchen in der Hypnotherapie.....	317
	<i>Ulrich Freund</i>	
26.1	Lehrgeschichten als Therapeutenmetaphern.....	319
26.1.1	Die Vorgehensweise.....	319
26.2	Das Froschkönigsmärchen.....	319
26.2.1	Das Froschkönigsmärchen als Lehrgeschichte.....	319
26.2.2	Der Weg zum Selbst, der Weg zum Märchenwunder.....	320
26.2.3	Das Märchenwunder als »Wirkfaktor Grimm«.....	321
26.3	Was genau aber ist das Märchenwunder?.....	322
26.3.1	Zur Vertiefung des Kriteriums des Zaubermärchens.....	322
26.3.2	Zur Sprache der Tiere im Zaubermärchen.....	322
26.4	Märchenwirklichkeit und Märchenwirkung.....	323
26.4.1	Zuerst die Antwort, dann die Frage.....	324
26.4.2	Vom Risiko der Lehrgeschichten.....	324
26.4.3	Vom Risiko der Zaubermärchen.....	325
26.5	»Verzählte« Märchen.....	325
26.5.1	Wenn Patienten erzählen.....	325
26.5.2	Vom guten Ende.....	326
26.6	Zur Sprache finden, ein Fallbeispiel.....	327
	Literatur.....	329
27	Selbsthypnose.....	331
	<i>Brian Alman</i>	
27.1	Was ist Selbsthypnose?.....	332
27.2	Technik der Selbsthypnose.....	333
27.2.1	Allgemeines.....	333
27.2.2	Wer kann Selbsthypnose verwenden?.....	333
27.2.3	Wie Sie am besten Ihre Trancefähigkeiten entwickeln.....	333
27.2.4	Die besten Übungsorte.....	334
27.2.5	Die Dauer der Ausübung: Momente, Minuten oder Stunden.....	334
27.2.6	Selbsthypnose zur Steigerung der Kreativität.....	337
27.2.7	Eine Selbsthypnose, die jeden Tag gut tut.....	338
27.2.8	Die Macht der posthypnotischen Suggestion.....	339
27.3	Diskussion.....	340
27.3.1	Grenzen der Selbsthypnose.....	340
27.3.2	Aufrechterhaltung der Motivation.....	341
	Literatur.....	341
IV	Verhaltensstörungen	
28	Rauchen.....	345
	<i>Wilhelm Gerl, Björn Riegel, Cornelia Schweizer, Ulrich Freund</i>	
28.1	Störungsbild.....	346
28.2	Interventionen.....	346
28.3	Anwendung der Prinzipien in der Einzeltherapie.....	351
28.4	Hypnotherapeutische Tabakentwöhnung in Gruppen.....	353
28.5	Wissenschaftlicher Hintergrund.....	355
28.5.1	Indikation und Kontraindikation.....	355

28.5.2	Prädiktoren einer erfolgreichen Behandlung	356
28.5.3	Empirische Belege	356
28.6	Diskussion	357
	Literatur	358
29	Alkohol	361
	<i>Henriette Walter</i>	
29.1	Störungsbild	362
29.2	Hypnotische Interventionen	362
29.2.1	Therapiezeitpunkt	363
29.2.2	Hypnotherapie unter Berücksichtigung der Typologie nach Lesch	363
	Literatur	367
30	Übergewicht	369
	<i>Marianne Martin</i>	
30.1	Störungsbild	370
30.2	Interventionen	370
30.2.1	Behandlungsauftrag klären und präzisieren	370
30.2.2	Trancearbeit I: Zeitprogression	373
30.2.3	Trancearbeit II: Rückschau aus der Zeitprogression	374
30.2.4	Der »Trampelpfad« und das Tonband	375
30.2.5	Einsatz positiver Affirmationen	375
30.2.6	Zusätzliche Utilisationen	376
30.3	Diskussion	378
30.3.1	Überlegungen zur Übertragung und Gegenübertragung	378
30.3.2	Indikation und Kontraindikation	378
30.3.3	Empirische Belege	379
	Literatur	380
31	Sexuelle Störungen	383
	<i>Patrick Wirz</i>	
31.1	Störungsbilder	385
31.2	Theoretischer Hintergrund	386
31.3	Interventionen	388
31.3.1	Interventionen im HSS-Modell	388
31.4	Problem- und symptomspezifische Interventionen im HSS-Modell	391
	Literatur	393
32	Schlafstörungen	395
	<i>Angelika A. Scharb</i>	
32.1	Störungsbild	396
32.1.1	Diversität von Schlafstörungen	396
32.2	Insomnie	396
32.2.1	Prävalenz von Insomnien und anderen Schlafstörungen	397
32.2.2	Geschlechts- und Altersspezifität	397
32.2.3	Störungsdauer und Störungsverlauf	398
32.2.4	Theoretischer Hintergrund	398
32.2.5	Diagnostik	400
32.3	Restless Legs Syndrom	401
32.4	Interventionen bei Insomnie	401
32.4.1	Psychologische Therapie	401
32.4.2	Warum Hypnotherapie? Hypnotherapeutische Interventionen bei Insomnie	402
32.4.3	Zur Kombination von Hypnotherapie und Verhaltenstherapie	403

32.4.4	Darstellung der hypnotherapeutischen Techniken.....	403
32.5	Wissenschaftliche Ergebnisse	405
32.6	Hypnotherapie bei Restless Legs Syndrom	406
	Literatur.....	406
33	Stress	409
	<i>Reinhold Zeyer</i>	
33.1	Akuter Stress	410
33.2	Dauerstress	410
33.3	Störungsbild	410
33.3.1	Akutes Stresssyndrom	410
33.3.2	Chronisches Stresssyndrom	411
33.3.3	ICD-10- und DSM-IV-Kriterien	411
33.4	Interventionen	411
33.4.1	Hypnotherapeutische Grundstrategien	412
33.4.2	Prozessorientiertes Vorgehen: »Der Stresslösungsprozess«.....	416
33.4.3	Hausaufgaben	417
33.4.4	Kontraindikationen.....	417
33.4.5	Integration mit anderen Verfahren	417
33.5	Empirische Belege	417
	Literatur.....	418
34	Leistungsbeeinträchtigungen und Leistungssteigerung im Sport	421
	<i>Reinhold Bartl</i>	
34.1	Einführung	422
34.1.1	Wenn der »Kopf« nicht will.....	422
34.2	Interventionen	424
34.2.1	Wenn Körper und Geist optimal kooperieren	424
34.2.2	Lernen durch Identifikation	424
34.3	Diskussion	426
34.3.1	Indikation und Kontraindikation	426
34.3.2	Empirische Belege.....	427
	Literatur.....	428
V	Neurosen, Persönlichkeitsstörungen, Psychosen	
35	Angststörungen	431
	<i>Paul Janouch</i>	
35.1	Störungsbild	432
35.2	Interventionen	432
35.3	Diskussion	439
35.3.1	Integration mit anderen Therapieformen	439
35.3.2	Kontraindikationen.....	439
	Literatur.....	440
36	Agoraphobie und soziale Phobie ..	441
	<i>Claude Béguelin</i>	
36.1	Störungsbild	442
36.1.1	Agoraphobie (F40.0).....	442
36.1.2	Soziale Phobie (F40.1)	442
36.2	Interventionen	442
36.2.1	Interventionen bei Agoraphobie	442
36.2.2	Interventionen bei sozialer Phobie	446

36.2.3	Indikation und Kontraindikation	448
36.2.4	Integration mit anderen Verfahren	448
	Literatur.....	449
37	Zwänge	451
	<i>Birgit Hilse</i>	
37.1	Störungsbild	452
37.2	Empirische Befunde zu Hypnotherapie bei Zwängen	453
37.3	Hypnotherapeutische Interventionen bei Zwängen	454
37.3.1	Warum sich Hypnose zur Behandlung von Zwängen gut eignen könnte	454
37.3.2	Therapieziele und hypnotherapeutische Interventionsmöglichkeiten	454
37.4	Behandlungsablauf	455
37.4.1	Förderung der Dehypnotisierungsfähigkeit	455
37.4.2	Exploration	456
37.4.3	Beobachterposition und Distanzierung vom Zwang	456
37.4.4	Angstregulation und Angstkontrolle	457
37.4.5	Reframing	459
37.4.6	Zielbild	459
37.4.7	Nutzung innerer Ressourcen	460
37.4.8	Überwindung des Unvollständigkeitsgefühls	460
37.4.9	Expositionen	461
37.4.10	Systemische Aspekte	464
	Literatur.....	465
38	Flugangst	467
	<i>Uwe Prudlo, Herbert Bergmeister</i>	
38.1	Störungsbild und Diagnose	468
38.2	Empirische Belege und eigene Studienergebnisse.....	468
38.3	Interventionen	468
	Literatur.....	473
39	Posttraumatische Belastungsstörung	475
	<i>Gisela Perren-Klingler</i>	
39.1	Störungsbild	476
39.2	Hypnotherapeutische Interventionen	477
39.2.1	Voraussetzungen.....	477
39.2.2	Therapeutische Prinzipien	477
39.2.3	Bearbeitung von Flashbacks	477
39.2.4	Bearbeitung der dissoziativen Zustände ..	479
39.2.5	Bearbeitung der Übererregung	480
39.3	Indikation und Kontraindikation	481
39.4	Empirische Daten	481
	Literatur.....	482
40	Dissoziative Identitätsstörung	485
	<i>Onno van der Hart</i>	
40.1	Trauma, Dissoziation und hypnoseähnlicher Modus der Informationsverarbeitung.....	486
40.1.1	Dissoziation und Hypnose	486
40.1.2	Trauma, Dissoziation und Hypnose	486
40.1.3	Dissoziative Störungen	486
40.1.4	Dissoziation.....	487
40.1.5	Die Rolle der Hypnose in der Ätiologie der DIS	488
40.2	Behandlungsmodell.....	489

40.3	Die Anwendung klinischer Hypnose in der Behandlung dissoziativer Störungen	490
40.4	Therapeutische Interventionen	491
40.5	Die therapeutische Beziehung	492
	Literatur	493
41	Depressionen	497
	<i>Ortwin Meiss</i>	
41.1	Störungsbild	498
41.1.1	Das innere Konto	498
41.1.2	Aggression als Reaktion auf ein inneres Minus	498
41.1.3	Aggression und Depression	499
41.1.4	Die Hypersozialität der depressiven Patienten	499
41.1.5	Die Entwicklung von Depressionen aus Kindheitserfahrungen	500
41.1.6	Die Hoffnung stirbt zuletzt	501
41.1.7	Lebensgeschichtliche Hintergründe von Depressionen	501
41.2	Hypnotherapeutische Verfahren in der Arbeit mit depressiven Patienten	502
41.2.1	Tranceinduktion bei depressiven Patienten	503
41.2.2	Altersregression und Stellvertretertechnik: Das Kind, das sich so fühlt	505
41.2.3	Fehlentscheidungen, die einen zum Opfer gemacht haben	508
41.2.4	Indirekte Kommunikation und die Arbeit mit Geschichten	510
41.2.5	Suiziddrohungen und die Kunst sich an den Patienten anzukoppeln	512
41.3	Empirische Belege	513
	Literatur	514
42	Frühe und Borderline-Störungen	515
	<i>J. Philip Zindel</i>	
42.1	Theoretische Grundlagen	516
42.1.1	Einige Bemerkungen zur Hypnose	516
42.1.2	Störungsbild »frühe Störungen«	516
42.2	Die Methode der aktiven Introjektion des Therapeuten in Hypnose	517
42.2.1	Praktisches Vorgehen	518
42.2.2	Indikationen und Kontraindikationen	520
42.3	Hausaufgaben	521
	Literatur	522
43	Psychosen	523
	<i>Henriette Walter</i>	
43.1	Störungsbild	524
43.2	Interventionen	524
43.3	Spezielle Techniken	525
	Literatur	526
VI	Psychosomatik	
44	Hypnotherapie in der Psychosomatik – ein therapeutisches Modell	529
	<i>Reinhard Weber</i>	
44.1	Störungsbild	530
44.1.1	Diagnostik nach ICD- und DSM-Klassifikation	530
44.1.2	Epidemiologie	531
44.2	Interventionen	531
44.2.1	Symptome als Botschaften	531
44.2.2	Vorüberlegungen zur Rapportgestaltung	531

44.2.3	Allgemeine Therapieziele	532
44.2.4	Idealtypisches Therapieablaufschemata	533
	Literatur	539
45	Psychosomatische Störungen	541
	<i>Ortwin Meiss</i>	
45.1	Störungsbild	542
45.1.1	Überlegungen zu Alexithymie und Informationsverarbeitung	542
45.2	Interventionen	542
45.2.1	Hypnotherapie für die Diagnostik psychosomatischer Patienten	542
45.2.2	Zur Methodik des hypnotherapeutischen Vorgehens	544
45.2.3	Umgang mit Patienten mit Widerstand	546
45.2.4	Metaphern und Symbole	547
45.2.5	Symbolisierung und Positionswechsel	548
45.2.6	Altersregression in der Arbeit mit psychosomatischen Patienten	548
45.2.7	Fokussierung auf das Symptom und Nutzen der Affektbrücke	549
45.2.8	Arbeit mit Symbolen als Einstieg in Regressionsprozesse	549
	Literatur	550
46	Reizdarmsyndrom	551
	<i>Winfried Häuser</i>	
46.1	Störungsbild	552
46.1.1	Definition	552
46.1.2	Häufigkeit und Schweregrad	552
46.1.3	Ursachen des RDS	553
46.2	Hypnotherapeutische Interventionen	554
46.2.1	»Manchester«-Hypnoseprotokoll	554
46.3	Indikationen und Kontraindikation	557
46.3.1	Integration mit anderen Verfahren	558
46.3.2	Empirische Belege	558
46.3.3	Wirkungsweise von Bauchhypnose beim RDS	559
	Literatur	560
47	Rheumatoide Arthritis und andere Autoimmunkrankheiten	561
	<i>Jillian Horton-Hausknecht</i>	
47.1	Störungsbild	562
47.1.1	Autoimmunkrankheiten	562
47.2	Theoretischer Hintergrund	562
47.2.1	Forschung auf dem Gebiet der Psychoneuroimmunologie	562
47.3	Interventionen	563
47.3.1	Praktische Anleitung zum Einsatz der Hypnosetherapie	563
47.3.2	Information und Erläuterung zur Hypnosetherapie	564
47.3.3	Grundzüge der Hypnose	564
47.3.4	Allgemeine Informationen	565
47.3.5	Mögliche Schwierigkeiten während der Therapie	566
47.4	Kontraindikationen	567
	Literatur	567
48	Warzen	569
	<i>Josy Höller, Claude Béguelin</i>	
48.1	Störungsbild	570
48.2	Theoretischer Hintergrund	570

48.3	Intervention	570
48.3.1	Allgemeines	570
48.4	Empirische Befunde	572
	Literatur	573

VII Schmerz

49	Psychosomatische Schmerzen	577
	<i>Hanne Seemann</i>	
49.1	Störungsbild	578
49.1.1	Theoretischer Hintergrund.....	579
49.1.2	Fehlregulation als Rhythmusstörung	580
49.1.3	Beispiel: Migräne.....	580
49.1.4	Schmerz als Indikator für eine Rhythmusstörung.....	581
49.2	Therapieziele	582
49.3	Hypnotherapeutische Interventionen	582
49.3.1	Bildersprache	583
49.3.2	Schmerz fokussierung.....	583
49.3.3	Schmerzkommunikation als Partnerbeziehung.....	584
49.3.4	Entspannungsübungen.....	584
49.3.5	Ungehorsamkeitsregel	585
49.3.6	Sortieren.....	585
49.3.7	Wunschtrance.....	586
49.3.8	Wünsche.....	586
49.3.9	Wünsche und Sehnsüchte öffnen die Zukunft.....	586
49.3.10	Altersregression in der Schmerzbehandlung	587
49.3.11	Reizabschirmung.....	587
49.3.12	Symptombezogene Interventionen	588
49.3.13	Hausaufgaben.....	588
49.4	Diskussion	589
49.4.1	Indikation und Kontraindikation	589
49.4.2	Integration mit anderen Verfahren	589
	Literatur	590
50	Chronische Schmerzen	593
	<i>Burkhard Peter</i>	
50.1	Störungsbild	594
50.2	Indikationen	594
50.3	Hypnotische Interventionen	594
50.3.1	Dissoziative Techniken.....	595
50.3.2	Assoziative Techniken	597
50.3.3	Symbolische Techniken.....	599
50.3.4	Psychodynamisches Vorgehen	600
50.3.5	Symptom- und problemorientiertes Vorgehen	602
50.4	Empirische Belege	602
50.4.1	Mechanismen der hypnotischen Analgesie.....	602
50.4.2	Studien zur klinischen Effektivität der hypnotischen Analgesie.....	603
	Literatur	604
51	Phantomgliedschmerzen	607
	<i>Burkhard Peter</i>	
51.1	Störungsbild	608
51.2	Behandlung	608

51.3	Fallbeispiele	609
51.4	Kontraindikationen	612
51.5	Theorie	613
51.5.1	Neuropsychologische Theorien: Neuromatrix, Schmerzgedächtnis und Kortikalisierung von Schmerzen	613
51.5.2	Psychologische Theorien: affektive Schmerz Aspekte, Rentenneurose, traumatische Aspekte und Coping	614
	Literatur	615

VIII Somatik

52	Medizinische Notfallsituationen . . .	619
	<i>Katalin Bloch-Szentágothai</i>	
52.1	Hypnotische Interventionen	620
52.1.1	Verschiedene Notfallsituationen	620
52.1.2	Hausaufgaben	621
52.2	Indikation und Kontraindikation	621
52.3	Integration mit anderen Verfahren	622
	Literatur	622
53	Nocebo-Effekte und Negativsuggestionen in der Medizin	623
	<i>Ernil Hansen</i>	
53.1	Erwartungshaltung und Nocebo-Effekte	624
53.2	Was wir von Hypnose über die negativen Einflüsse auf Patienten lernen können	626
53.3	Negativsuggestionen in der Medizin	627
53.4	Die medizinische Risikoaufklärung	628
53.5	Nonverbale Negativsuggestionen	629
53.6	Negativsuggestionen wirken selbst in tiefer Narkose	630
53.7	Der Kontext bestimmt die Wirksamkeit der Suggestionen	631
53.7.1	Die Vorgeschichte des Patienten	631
53.7.2	Die therapeutische Beziehung	631
53.8	Negativeffekte durch Medien, Mitpatienten und Besucher	632
	Literatur	633
54	Chirurgie	635
	<i>Graham R. Wicks</i>	
54.1	Theoretischer Hintergrund	636
54.2	Interventionen	638
54.2.1	Hypnose als einziges Anästhetikum	638
54.2.2	Hypnose kombiniert mit medikamentöser Anästhesie	639
54.2.3	Der Einsatz von Tonbändern	640
54.2.4	Notfallsituationen	641
54.2.5	Hypnose in der Kinderchirurgie	641
	Literatur	643
55	Verbrennungen	645
	<i>Dabney Ewin</i>	
55.1	Störungsbild	646
55.2	Interventionen	647
55.2.1	Schmerz und Angst in der Notaufnahme mit Beispielen erster Suggestionen	647
55.2.2	Schuldgefühle und Wut	649
55.2.3	Infektionen	649
55.2.4	Regression und Depression	650

55.2.5	Ernährung	650
55.2.6	Körperbild und physikalische Rehabilitation	650
	Literatur	650
56	Magen- und Darmspiegelungen 653	
	<i>Stefan Junker</i>	
56.1	Theoretischer Hintergrund	654
56.1.1	Psychische Situation der Patienten	654
56.1.2	Psychische Situation des medizinischen Personals	654
56.1.3	Pharmakologische Sedierung	655
56.2	Interventionen	655
56.2.1	Aufklärungsgespräch	655
56.2.2	Untersuchungsvorbereitung	656
56.2.3	Untersuchungsvorbereitung bei »Problempatienten«	657
56.2.4	Ungünstige Wortwahl	658
56.2.5	Hypnose bei Magenspiegelungen	658
56.2.6	Hypnose bei Darmspiegelungen	659
56.2.7	Abschluss der Untersuchung	661
56.3	Diskussion	662
56.3.1	Indikation und Kontraindikationen	662
56.3.2	Empirische Belege	662
	Literatur	663
57	Krebserkrankungen	665
	<i>Hansjörg Ebell und Klaus Hönig</i>	
57.1	Störungsbild	666
57.2	Hypnotische Interventionen	667
57.3	Hausaufgaben	670
57.4	Fallbeschreibungen	671
57.5	Indikationen/Kontraindikationen	673
57.6	Integration mit anderen Verfahren	675
57.7	Empirische Belege	676
57.8	Zusammenfassung	681
	Literatur	682
58	Immunerkrankungen	687
	<i>Harald Krutiak</i>	
58.1	Theoretischer Hintergrund und empirische Befunde	688
58.1.1	Interventionsstudien und empirische Befunde	690
58.2	Interventionen	690
58.2.1	Allgemeines	690
58.2.2	Behandlungsbeginn: das »Kreieren des kognitiven Bettes«	691
58.2.3	Nächster Schritt: Stabilisierung und Ressourcenaufbau	691
58.2.4	Das Kernstück: korrektive Immunvisualisierung	692
58.2.5	Ein wichtiger Schritt: Transfer in den Alltag und posthypnotische Integration	694
58.3	Diskussion	695
	Literatur	696
59	Tinnitus und Hörsturz	697
	<i>Rüdiger Steinriede</i>	
59.1	Chronischer Tinnitus	699
59.1.1	Störungsbild	699
59.1.2	Hypnotherapeutische Interventionen	700

59.2	Akuter Hörsturz	706
59.2.1	Störungsbild	706
59.2.2	Interventionen	707
59.3	Diskussion	709
59.3.1	Indikation Tinnitus	709
59.3.2	Indikation Hörsturz	710
59.3.3	Empirische Belege	710
	Literatur	712
60	ZNS-Patienten	713
	<i>Karin Görz</i>	
60.1	Hypnotherapeutische Relevanz neuropsychologischer Defizite	714
60.2	Interventionen	715
60.3	Therapeutische Intention	717
60.3.1	Weiterführende Hinweise zur Hypnotherapie bei ZNS-Patienten	719
60.4	Diskussion	720
60.4.1	Integration in andere Therapieverfahren im Klinikrahmen	720
60.4.2	Empirische Belege	721
	Weiterführende Literatur	721
61	Zahnärztliche Problempatienten	723
	<i>Albrecht Schmierer</i>	
61.1	Störungsbild	724
61.1.1	Ablauf einer Zahnbehandlung	724
61.1.2	Erster Problempatient: das behandlungsunwillige Kind	725
61.1.3	Zahnbehandlungsphobie	725
61.1.4	Iatrogene Ängste	726
61.1.5	Chronische Schmerzen	726
61.1.6	Parodontitis	727
61.1.7	Chronische Hypersensibilität der Zähne	727
61.1.8	Schleimhautrekrankungen: Aphten, Herpes, Soor	727
61.2	Interventionen	727
61.2.1	Möglichkeiten der Hypnose	727
61.2.2	Engpässe und Musterunterbrechung	728
61.2.3	Folgen und Führen (»pacing« und »leading«)	729
61.2.4	Weitere Formen hypnotischer Kommunikation	730
61.2.5	Hypnotische Analgesie	731
61.2.6	Die Turboinduktion	731
61.3	Diskussion	733
61.3.1	Indikation und Kontraindikation	733
61.3.2	Integration mit anderen Verfahren	733
	Literaturverzeichnis	735
62	Hypnose in der Geburtsvorbereitung	737
	<i>Helga Hüskens-Janßen und Silvia Fisch</i>	
62.1	Einleitung	738
62.2	Wegbereiter einer leichteren Geburt	739
62.3	Die HypnoMentale Geburtsvorbereitung	740
62.3.1	Hypnosystemische Aspekte der Geburtsvorbereitung	742
62.3.2	Wirksamkeit der HypnoMentalen Geburtsvorbereitung	743
62.4	Weitere Anwendungsbereiche von Hypnose in der Schwangerschaft	744
62.4.1	Hyperemesis gravidarum	744

62.4.2	Vorzeitige Wehen und drohende Frühgeburt	744
62.5	Diskussion	744
	Literatur	745

IX Kinder und Jugendliche

63	Störungsbilder bei Kindern und Jugendlichen	749
	<i>Susy Signer-Fischer</i>	
63.1	Störungsbild	750
63.2	Interventionen	750
63.2.1	Rahmenbedingungen hypnotherapeutischer Arbeit mit Kindern und Jugendlichen	750
63.2.2	Hypnose in verschiedenen Entwicklungsstufen	754
63.2.3	Anwendungsbereiche und Behandlungsebenen	756
	Literatur	759
64	Psychosomatische Beschwerden bei Kindern und Jugendlichen	761
	<i>Charlotte Wirl</i>	
64.1	Störungsbild	762
64.1.1	Definition der psychosomatischen Störungen nach ICD-10	762
64.1.2	Fragen zur Ätiologie	762
64.1.3	Interdependenzen von Psyche, Soma, Umwelt und Umfeld	763
64.2	Hypnotische Interventionen bei psychosomatoformen und psychosomatischen Beschwerden ...	763
64.2.1	Hypnotische Intervention 1: Ressourcenaktivierung	763
64.2.2	Hypnotische Intervention 2: Symptompersonifizierung und Einführen eines speziellen Helferwesens	64.
2.3	Hypnotische Intervention 3: Symptompersonifizierung mit Veränderung der Submodalitäten	768
64.2.4	Hypnotische Intervention 4: Selbsthypnose mit spezifischem Inhalt	769
64.3	Indikationen und Kontraindikationen	770
64.3.1	Empirische Belege für die Effizienz hypnotherapeutischer Interventionen	771
64.3.2	Integration von hypnotischen Techniken in medizinische und psychotherapeutische Verfahren	771
	Literatur	772
65	Nägelbeißen und Trichotillomanie	773
	<i>Hiltrud Bierbaum-Luttermann, Siegfried Mrochen</i>	
65.1	Störungsbild	774
65.2	Interventionen	774
65.2.1	Rapport	774
65.2.2	Informationen zur Gewohnheitsbildung	775
65.2.3	Klärung der Motivation	775
65.2.4	Vorbereitung	776
65.2.5	Selbstbeobachtung	776
65.2.6	Hypnotische Interventionen	776
65.2.7	Metaphern	779
65.2.8	Strategische Interventionen	779
65.3	Diskussion	779
65.3.1	Indikationen und Kontraindikationen	779
65.3.2	Integration mit anderen Verfahren	779
65.3.3	Empirische Belege	780
	Literatur	781

X Grundlagen

66	Wirksamkeit von klinischer Hypnose und Hypnotherapie	785
	<i>Maria Hagl</i>	
66.1	Zum Wirksamkeitsnachweis in der Psychotherapieforschung	786
66.2	Wirksamkeit nach Indikationsbereichen	788
66.2.1	Psychische Beschwerdebilder bei Erwachsenen	788
66.2.2	Anwendung in der Medizin und bei somatischen Beschwerdebildern	790
66.2.3	Anwendung bei Kindern und Jugendlichen	791
66.3	Moderatoren der Wirksamkeit	791
66.4	Fazit	792
	Literatur	792
67	Neurobiologie der Hypnose	795
	<i>Ulrike Halsband</i>	
67.1	Warum ist die Hirnforschung für die Hypnotherapie relevant?	796
67.2	Elektrophysiologie	796
67.2.1	Neurophysiologische Korrelate der Hypnose	796
67.2.2	Neuronale Mechanismen der Hypnose im Vergleich zur Meditation	800
67.3	Funktionelle Bildgebung	801
67.3.1	Neuronale Mechanismen der Farbwahrnehmung unter Hypnose	802
67.3.2	Bildhafte Umsetzung in Hypnose	804
67.3.3	Hypnose und implizites Lernen	806
67.3.4	Hypnose und Phobien	806
67.3.5	Hypnose: Veränderungen im Default Mode Network (DMN)	807
67.4	Hypnose und Oxytocin	808
67.5	Hypnotische Analgesie	809
67.5.1	Strategien der Schmerzkontrolle durch hypnotische Intervention	809
67.5.2	Neodissoziationstheorie der hypnotischen Analgesie	810
67.5.3	Neurobiologische Korrelate der Schmerzwahrnehmung	811
67.6	Fazit	812
	Literatur	813
68	Geschichte der Hypnose in Deutschland	817
	<i>Burkhard Peter</i>	
68.1	Die frühe Epoche bis 1775	818
68.2	Die Epoche des Magnetismus zwischen 1775 und 1850	819
68.2.1	Der orthodoxe Mesmerismus	819
68.2.2	Der Puysegurismus	826
68.2.3	Der romantische Somnambulismus	828
68.3	Die Epoche des Hypnotismus und der Suggestion Ende des 19. Jahrhunderts	835
68.3.1	Der Braidismus, die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Spiritismus und die berufspolitische Auseinandersetzung mit den Laienheilern und Bühnenhypnotisuren um 1880	835
68.3.2	Der Einfluss von Charcot und der Schule von Nancy	837
68.3.3	Albert Molls psychologische Theorie	837
68.3.4	Oskar Vogts physiologische Theorie	838
68.3.5	Die Zeitschrift für Hypnotismus	839
68.3.6	Die Kritik Wilhelm Wundts	839
68.3.7	Der Niedergang des Hypnotismus nach 1900	840

68.4	Die Epoche des autogenen Trainings	841
68.5	Die Renaissance der Hypnose seit 1975	843
68.6	Schlussbemerkungen	845
	Literatur	845
69	Schlussdiskussion	853
	<i>Dirk Revenstorf</i>	
69.1	Resümee	854
69.2	Hypnose als psychodynamische Therapie	854
69.3	Hypnose als kognitive Therapie	855
69.4	Hypnose als Verhaltenstherapie	855
69.5	Hypnose als humanistische Therapie	856
69.6	Hypnose als systemische Therapie	857
69.7	Hypnose und Achtsamkeit	857
69.8	Hypnose als »Hefe«	858
69.9	Ausblick	858
	Literatur	859
	Serviceteil	
	Stichwortverzeichnis	862