

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung	9
Erstes Kapitel:	
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
Zweites Kapitel:	
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
Sechstes Kapitel:		
	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
Siebentes Kapitel:		
	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
Achtes Kapitel:	
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
Neuntes Kapitel:	
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
Zehntes Kapitel:	
Identität schaffen. Was kommt nach der Utilisationstheorie?	527
Fall 16: Der Februarman	529
Literaturverzeichnis	550