

1. **Der hypnosystemische Ansatz ... 7**
2. **„Hypnose“ und „Trance“ ... 11**
 - 2.1 Typische Vorurteile und Mythen hinsichtlich „Trance“ und „Hypnose“ ... 12
 - 2.2 Ein qualitativ orientiertes, für Therapie flexibel nutzbares Tranceverständnis ... 17
 - 2.3 Unser „dreifältiges Gehirn“ und der daraus abgeleitete Nutzen einer systematischen Arbeit mit Tranceprozessen ... 22
3. **Aufmerksamkeitsfokussierung – Eine zentrale Beschreibungsebene des Verständnisses dafür, wie Erleben und Verhalten entstehen und gestaltet werden ... 34**
 - 3.1 Hypnotherapeutische Prozesse und Aufmerksamkeitsfokussierung – völlig natürliche Alltagsphänomene und Belege für die „Potenzialhypothese“ ... 35
 - 3.2 Priming ... 40
4. **Verständnis von Problemen und Symptomen als Ergebnis von selbsthypnotischen Tranceinduktionen ... 44**
5. **Der systemische Ansatz ... 50**
 - 5.1 Systemische Prämissen ... 50
 - 5.2 Die Regelungsprozesse im System als Tranceinduktion („Regeltrance“) ... 56
6. **Realität als Konstruktion von „Problemgeweben“ und „Lösungsgeweben“ ... 58**
 - 6.1 Ein Modell der Musterorganisation als Basis für die Kooperation mit Unwillkürlichem ... 58
 - 6.2 Grundaufgaben einer kompetenzfokussierenden Hypnotherapie ... 67
 - 6.3 Interventionen als Maßnahmen der Unterschiedsbildung – „Verhäkeln“ und „Enthäkeln“ bzw. „Neuverhäkeln“ ... 68

7. **Die Definition von „Therapie“ oder „Beratung“ als zieldienliche, kontextadäquate und kompetenzfokussierende Intervention ... 75**
8. **Typische Phasen und Schritte von hypnosystemischen Interventionen – Grundstrategie: Beratungssystem und Heimatsystem als ziefokussierende Systeme organisieren ... 80**
 - 8.1 Aufbau des Beratungssystem und des Heimatsystems als zieldienliches Kooperationssystem ... 80
 - 8.1.1 Das Beratungssystem als ziefokussierendes System ... 80
 - 8.1.2 Pacing und das Rollenverständnis der TherapeutInnen und BeraterInnen ... 85
 - 8.1.3 Imaginationen als wirksame Veränderungskraft ... 91
 - 8.1.4 Utilisation ... 92
 - 8.1.5 Optimale Beobachterpositionen und das Beratungssystem als rituelles System der Kraftentfaltung ... 94
 - 8.2 Typische Phasen eines hypnosystemischen Therapie- und Beratungsprozesses ... 100
 - 8.2.1 Phase der Klärung des Kontexts, der zur Idee der Beratung führte ... 100
 - 8.2.2 Phase der Auftragsklärung und der Entwicklung von imaginationsfähigen Zielvisionen ... 102
 - 8.2.3 Phase der Ausnahmen bzw. Fokussierung auf „Lösungserleben“ bisher – Aufbau von Hoffnung und Selbstwert ... 108
 - 8.2.4 Vergleiche von Problem- und Lösungsmustern ... 111
 - 8.2.5 Bewusst-unbewusst-Dissoziationen, Fokussierung auf intuitives Wissen und körperorientierte Interventionen ... 113
 - 8.2.6 Probleme und Symptome als kompetente Lösungsversuche mit Preis (Kosten-Nutzen-Analysen) – dialektische Hypnosystemik ... 116
 - 8.2.7 Ambivalenzcoaching und neue Zielentwicklung ... 118
 - 8.2.8 Arten der Musterinterventionen ... 119
 - 8.2.9 Auswertungsschritte ... 121
 - 8.2.10 Abschluss ... 123
- Literatur ... 124**