

Inhalt

Einführung ins Hypnosystemische	15
1 Top 1: Innere Ordnung	29
2 Top 2: Leichtigkeit	50
3 Top 3: Selbstwirksamkeit	82
4 Top 4: Unterbewusstsein	107
5 Top 5: Lösungstrance	130
6 Top 6: Ressourcieren	154
7 Top 7: Utilisieren	174
8 Top 8: Imaginieren	193
9 Top 9: Wirksame Worte	212
10 Top 10: Regie führen	227
Nachwort	241
Ausbildung in hypnosystemischem Coaching	242
Literatur und Quellen	244