

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Von der archaischen Trance bis zur „neuen Hypnose“ – Zur Geschichte der Hypnose . . . . .</b>	<b>1</b>
1.1	Trancezustände in der Vorzeit und im Altertum . . . . .	1
1.2	Mesmer und der „animalische Magnetismus“ . . . . .	2
1.3	Braid und die „Neurypnology“ . . . . .	3
1.4	Die Pariser Schule unter Charcot . . . . .	4
1.5	Die Schule von Nancy . . . . .	4
1.6	Freuds kritische Einstellung . . . . .	5
1.7	Die Nachfolger Bernheims . . . . .	6
1.8	Schultz und die „organismische Umschaltung“ . . . . .	7
1.9	„Gestufte Aktivhypnose“ . . . . .	8
1.10	Die „neue Hypnose“ (Erickson) . . . . .	8
<b>2</b>	<b>Suggestion und Hypnose . . . . .</b>	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>Hypnose, eine Therapie „ohne Theorie“ . . . . .</b>	<b>13</b>
<b>4</b>	<b>Indikation und Kontraindikation für Hypnose . . . . .</b>	<b>17</b>
<b>5</b>	<b>Praktisches Vorgehen und Rahmenbedingungen . . . . .</b>	<b>20</b>
5.1	Das Erstgespräch . . . . .	20
5.2	Demonstration der Suggestibilität . . . . .	21
5.3	Induktion . . . . .	24
5.4	Einleitung mit direkter Suggestion im Sinne des klassischen Vorgehens . . . . .	25
5.5	Wirkphase – Vertiefung des Zustandes . . . . .	29
5.6	Utilisation . . . . .	31
5.7	Verändernde Zustände . . . . .	32
5.8	Beendigung der Hypnose, Rücknahme . . . . .	33
5.9	Sprechweise, Sprechtempo, fraktioniertes Vorgehen, Übungseffekt . . . . .	35
5.10	Dauer und Frequenz der Sitzungen . . . . .	36
5.11	Anforderungen an den Arzt, an den Raum, Voraussetzungen beim Patienten . . . . .	37

<b>6</b>	<b>Darstellung von Trancephänomenen</b> . . . . .	39
6.1	Immobilität . . . . .	39
6.2	Levitation . . . . .	40
6.3	Katalepsie . . . . .	40
6.4	Hypalgesie . . . . .	41
6.5	Hypermnésie . . . . .	42
6.6	Zeitverzerrung . . . . .	43
6.7	Halluzinationen . . . . .	43
6.8	Primärprozess . . . . .	44
<b>7</b>	<b>Posthypnotische Aufträge</b> . . . . .	45
<b>8</b>	<b>Ruhe- und Entspannungshypnose</b> . . . . .	47
<b>9</b>	<b>Therapeutische Möglichkeiten nach Erickson</b> . . . . .	49
9.1	Ericksons Hypnosetherapie und die Bedeutung des Unbewussten . . . . .	49
9.2	Beispiel für die „neue Hypnose“ nach Erickson . . . . .	51
<b>10</b>	<b>Zur Physiologie der Hypnose</b> . . . . .	55
<b>11</b>	<b>Zur Psychologie der Hypnose</b> . . . . .	58
11.1	Therapeut-Patient-Beziehung . . . . .	58
11.2	Übertragung und Gegenübertragung . . . . .	59
11.3	Dissoziation . . . . .	61
11.4	Schichtenbildung und Hypnosestadien . . . . .	62
11.5	Bedeutung der Kommunikation . . . . .	63
11.6	Selbstbeobachtung von Bleuler . . . . .	64
<b>12</b>	<b>Schwierigkeiten bei der Durchführung der Hypnose</b> . . . . .	69
12.1	Ängste bei Therapeut und Patient . . . . .	69
12.2	Widerstände . . . . .	71
12.3	Übergang in den Schlafzustand . . . . .	72
12.4	Störungen von außen . . . . .	73
<b>13</b>	<b>Gefahren und Gesundheitsstörungen</b> . . . . .	75

---

<b>14</b>	<b>Indikationen zu Hypnosetherapien, Evidenzen</b> . . . . .	78
14.1	Hypnose zur allgemeinen Ruhigstellung und Entspannung . . . . .	78
14.2	Angstzustände verschiedenster Art und deren Behebung . . . . .	79
14.3	Schlafstörungen . . . . .	82
14.4	Funktionelle Organstörungen . . . . .	82
14.5	Motilitätsstörungen verschiedener Genese . . . . .	84
14.6	Beeinflussung organischer Krankheiten, Nutzung der Restfunktion . . . . .	85
14.7	Beeinflussung von Hauterkrankungen . . . . .	85
14.8	Schmerzbekämpfung . . . . .	86
14.9	Anwendung der Ablationshypnose . . . . .	88
14.10	Süchtiges Verhalten . . . . .	89
14.10.1	Nikotin . . . . .	89
14.10.2	Alkoholabhängigkeit . . . . .	90
14.10.3	Andere Abhängigkeiten . . . . .	90
14.11	Hypnose und Krebs . . . . .	91
<b>15</b>	<b>Kontraindikationen und sonstige Ausschlussgründe</b> . . . . .	93
<b>16</b>	<b>Verbindung der Hypnose mit anderen psychotherapeutischen Verfahren</b> . . . . .	95
16.1	Hypnose und tiefenpsychologische Psychotherapie, die zweigleisige Psychotherapie . . . . .	95
16.2	Hypnose in Verbindung mit dem Autogenen Training . . . . .	97
16.3	Gestufte Aktivhypnose . . . . .	98
16.4	Katathym-imaginative Psychotherapie . . . . .	99
16.5	Hypnose in Kombination mit Verhaltenstherapie . . . . .	99
16.6	Rational-emotive Therapie . . . . .	100
16.7	Neurolinguistisches Programmieren und Silva-Mind-Methode . . . . .	101
<b>17</b>	<b>Focusing</b> . . . . .	102
<b>18</b>	<b>Psychotraumatologie und Hypnose</b> . . . . .	105
<b>19</b>	<b>Aktuelles Ausbildungscurriculum der Deutschen Gesellschaft für ärztliche Hypnose und autogenes Training</b> . . . . .	108

**Anhang:**

A	Aufklärungsschrift für die ärztliche Hypnose für Patienten von Binder . . . . .	113
B	Zusammenstellung von Formeln für die Induktion und Hypnose. . . . .	114
	<b>Literaturverzeichnis . . . . .</b>	<b>117</b>
	<b>Sachverzeichnis. . . . .</b>	<b>121</b>
	<b>Nachwort . . . . .</b>	<b>125</b>
	<b>Farbtafel nach Levy-Suhl. . . . .</b>	<b>4. Umschlagseite</b>