

Vom blauen Dunst zum frischen Wind

Hypnotherapeutische Raucherentwöhnung in 5 Sitzungen. Das Tübinger Programm



Cornelia C. Schweizer
Vom blauen Dunst zum frischen Wind
Hypnotherapeutische Raucherentwöhnung
in 5 Sitzungen. Das Tübinger Programm
234 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2017
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-89670-676-8

 **Carl-Auer Verlag**
www.carl-auer.de

Über das Buch



Cornelia C. Schweizer
Vom blauen Dunst zum frischen Wind
Hypnotherapeutische Raucherentwöhnung in 5 Sitzungen.
Das Tübinger Programm
234 Seiten, Kt, 4. Aufl. 2017
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-89670-676-8

„Dieses Manual stellt ein evaluiertes hypnotherapeutisches Programm zur Raucherentwöhnung vor, das individuell und optimal auch in Gruppen durchgeführt werden kann. Im Kern besteht es aus drei Hypnosensitzungen, die hier einschließlich der verwendeten Metaphern und allen Materials detailliert beschrieben werden. Damit ist der Therapeut mit allem gerüstet, was er für die hypnotische Raucherentwöhnung braucht.“

Prof. em. Dr. Dirk Revenstorf
Akademie der Milton-Erickson-Gesellschaft
für klinische Hypnose, Tübingen

„Das ist ein Buch, wie es sich Praktiker wünschen. Der theoretische Teil informiert detailliert und ausgewogen, auf überflüssigen Ballast wurde verzichtet. Das Hauptaugenmerk liegt auf der praktischen Durchführung von Raucherentwöhnung mit hypnotherapeutischen Methoden. Dabei wird modernes hypnotherapeutisches Werkzeug in einer verständlichen Sprache bereitgestellt, sodass keine Frage offen bleibt. Die beschriebenen Methoden wurden sorgfältig wissenschaftlich evaluiert. Mit diesem Buch ist man auf der sicheren Seite.“

Dr. Clemens Krause
Psychologischer Psychotherapeut
und Hypnotherapeut

„Praxisnah, wissenschaftlich fundiert, gut lesbar und interessant aufbereitet, bis hin zu konkreten Suggestionen und hilfreichen Metaphern.“

Dr. Reinhold Zeyer
Psychologisches Institut
der Universität Tübingen

Bei Bestellungen über www.carl-auer.de
liefern wir deutschlandweit portofrei.

Ich bestelle:

Ex: _____ **Vom blauen Dunst zum frischen Wind**
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70

Ex: _____ ISBN 978-3- _____

Name _____

Straße _____

Ort _____

Ja, ich hätte gerne mehr Information, bitte nehmen Sie meine Adresse für den Newsletter in Ihren E-Mailverteiler auf.

E-Mail _____

Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Über die Autorin



Cornelia C. Schweizer, Dr., Diplompsychologin; Promotion in hypnotherapeutischer Raucherentwöhnung, Ausbildung in Hypnotherapie (M.E.G.), systemischer Paar- und Familientherapie und systemischer Supervision (IFW, SG). Langjährige Therapie- und Forschungstätigkeit in der hypnotherapeutischen Ambulanz des Psychologischen Instituts in Tübingen. 2006 Nachwuchs-Förderpreis der Milton-Erickson-Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.). Derzeit tätig als Dozentin der Milton-Erickson-Gesellschaft und des Instituts für Familientherapie in Weinheim (IFW) sowie als systemische Paar- und Familientherapeutin in eigener Praxis.

Leseprobe

Nie war das Thema Raucherentwöhnung so aktuell wie heute. Durch den während der letzten Jahre deutlich erweiterten Nichtrauchererschutz geraten Raucher zunehmend unter Druck. (...) Außerdem ist das Rauchen eine zunehmend teure Angelegenheit geworden, starke Konsumenten investieren einige hundert Euro pro Monat in ihre Sucht!

Viele Raucher entscheiden sich deshalb fürs Aufhören. Der Abstinenzversuch im Alleingang endet jedoch zu circa 93 Prozent mit einem Rückfall. Deshalb ist der Gang zum Arzt, Therapeuten oder Heilpraktiker naheliegend, und so werden diese immer häufiger mit der Frage konfrontiert: „Können Sie mir helfen, das Rauchen dauerhaft zu beenden?“

Sie können! Das vorliegende Manual gibt Ihnen fundiertes Wissen und einen Leitfaden für die praktische Durchführung in die Hand, um Ihre Patienten bei ihrem Abstinenzvorhaben wirkungsvoll zu unterstützen.

Zum Aufbau des Buches: Kapitel zwei beschäftigt sich mit der historischen Entwicklung des Rauchens, anschließend werden aktuelle Aspekte und die gesundheitlichen Auswirkungen des Rauchens diskutiert und unterschiedliche Erklärungsmodelle für den Nikotinabusus vorgestellt.

Das dritte Kapitel beleuchtet die allgemeinen psychotherapeutischen Wirkfaktoren und stellt Theorien, Prämissen und empirische Belege zur Hypnotherapie vor.

Im vierten Kapitel werden Erfolgsvariablen der Raucherentwöhnung erörtert und eine Übersicht über ihren derzeitigen Stand

gegeben. Zudem werden Studien zum Einsatz der Hypnotherapie in der Raucherentwöhnung diskutiert.

Das fünfte Kapitel beschreibt das im Rahmen mehrerer Studien an einer Stichprobe von 150 Klienten evaluierte und mit dem Nachwuchs-Förderpreis der Milton-Erickson-Gesellschaft ausgezeichnete Tübinger Programm zur Raucherentwöhnung. (...) Aufgrund der empirisch belegten, sehr guten Abstinenzquoten und des ökonomischen Vorgehens – fünf Sitzungen reichen für einen dauerhaften Behandlungserfolg in der Regel aus – empfiehlt es sich für alle Ärzte, Therapeuten und Berater, die (...) Raucherentwöhnung anbieten möchten.

Während das fünfte Kapitel die wissenschaftliche Basis vermittelt, wird im sechsten das Programm für den Praktiker im Detail und Sitzung für Sitzung erläutert. Die einzelnen Suggestionen und Metaphern werden ausführlich dargestellt und die jeweilige therapeutische Intention erklärt. Im Anhang zu diesem Kapitel findet man außerdem Arbeitsmaterialien zur Gestaltung von Erhebungsinstrumenten und verschiedene Kopiervorlagen (...).

Das siebte Kapitel schließlich beschäftigt sich mit den „speziellen“ Fällen, die im Bereich der hypnotherapeutischen Raucherentwöhnung immer wieder auftreten, gibt praktische Tipps für einen konstruktiven Umgang mit ihnen und illustriert das therapeutische Vorgehen anhand von Fallbeispielen. Zusätzlich geben zu diesen Themen Checklisten im Anhang einen schnellen Überblick.

Ziel des Manuals ist es, Ärzten und Therapeuten auf der Basis eines fundierten wissenschaftlichen Hintergrunds alle nötigen praktischen Informationen zu geben, damit sie selbst im Raucherentwöhnungssektor tätig werden können.

Weitere Titel finden Sie unter: www.carl-auer.de



Agnes Kaiser Rekkas
Vollmond am Strand
Hypnotische Sprache
in 70 Tranceanleitungen
248 Seiten, Kt, 2. Aufl. 2017
€ (D) 29,95/€ (A) 30,80
ISBN 978-3-8497-0079-9



Jeffrey K. Zeig
Hypnotische Induktionen
Das Hervorrufen von Ressourcen
und Potenzialen in Trance
271 Seiten, Kt, 2015
€ (D) 44,-/€ (A) 45,30
ISBN 978-3-8497-0052-2



Elvira Muffler (Hrsg.)
**Kommunikation in der
Psychoonkologie**
Der hypnosystemische Ansatz
238 Seiten, Kt, 2015
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-8497-0062-1



Daniel Wilk
Innehalten und Verweilen
Geschichten, die
Veränderungen ermöglichen
231 Seiten, Kt, 2014
€ (D) 24,95/€ (A) 25,70
ISBN 978-3-8497-0045-4



Bernhard Trenkle
**Dazu fällt mir eine
Geschichte ein**
Direkt-indirekte Botschaften
für Therapie, Beratung und
über den Gartenzaun
167 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2017
€ (D) 21,95/€ (A) 22,60
ISBN 978-3-89670-774-1



Bernhard Trenkle
3 Bonbons für 5 Jungs
Strategische Hypnotherapie in
Fallbeispielen und Geschichten
298 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2017
€ (D) 29,95/€ (A) 30,80
ISBN 978-3-8497-0143-7
Zusatzmaterial online