

Vergangenes für die Zukunft bewältigen



Jochen Peichl
Einführung in die hypnosystemische Teiletherapie
128 Seiten, Kt, 2019
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0264-9
Auch als **eBook** erhältlich

Über das Buch



Jochen Peichl
Einführung in die hypnosystemische Teiletherapie
128 Seiten, Kt, 2019
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0264-9
Auch als **eBook** erhältlich

Jochen Peichl fasst in dieser Einführung die hypnosystemischen Konzepte zum Verständnis und zur therapeutischen Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen zusammen.

Aufbauend auf dem Werk von Gunther Schmidt sowie auf eigenen klinischen Erfahrungen entwickelt der Autor eine eigenständige hypnosystemische Teilepsychologie. In der Abgrenzung zu anderen Teile-Modellen – u. a. der Ego-State-Therapie nach John und Helen Watkins und Schulz von Thuns „Innerem Team“ – werden Unterschiede und Vorzüge des Ansatzes verständlich gemacht. Erstmals beschrieben wird die Anwendung des Modells auf Borderline-Störungen.

Klar formulierte Leitsätze und Kerngedanken sowie anschauliche Fallbeispiele erleichtern die Umsetzung in die Praxis von Therapie, Beratung und Coaching.

Ich bestelle:

Ex. _____ **Einführung in die hypnosystemische Teiletherapie** ISBN 978-3-8497-0264-9
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40

Ich bin an weiteren Informationen per eMail interessiert

Ja, ich möchte den **Carl-Auer Newsletter** abonnieren.
 Ja, ich möchte aktuelle **Buchempfehlungen** erhalten.

Name _____

Straße _____

Ort _____

E-Mail _____

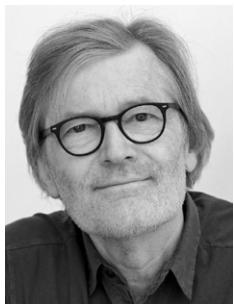
Unterschrift/Datum _____

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstr. 14
69115 Heidelberg

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

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

Über den Autor



Jochen Peichl, Dr.; Facharzt für Psychotherapie und Psychosomatische Medizin, Psychiatrie und Neurologie; Ehem. Leiter der „Schlaf- und Traumforschung“ der Abteilung für Psychosomatik an der Universität München; Kassenpraxis in Nürnberg; Gründer und Leiter des Instituts für hypnoanalytische Telearbeit und Ego-State-Therapie.

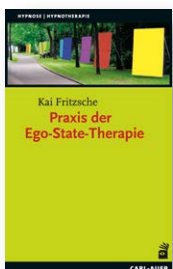
Weitere Titel:



Helmut Rießbeck
Einführung in die hypodynamische Teiletherapie
128 Seiten, Kt, 2013
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0006-5



Silvia Zanotta
Wieder ganz werden
Traumaheilung mit Ego-State-Therapie und Körperwissen
264 Seiten, Kt, 2018
€ (D) 34,95/€ (A) 36,-
ISBN 978-3-8497-0243-4
Auch als **eBook** erhältlich



Kai Fritzsche
Praxis der Ego-State-Therapie
328 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2018
€ (D) 34,-/€ (A) 35,-
ISBN 978-3-89670-867-0

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

Leseprobe

Was ist hypnosystemisch an der Hypnosystemik?

»Den Begriff ›hypnosystemisch‹ habe ich um das Jahr 1980 vorgeschlagen, um ein Modell zu charakterisieren, das versucht, systemische Ansätze für Psychotherapie und Beratung (Coaching, Teamentwicklung, Organisationsentwicklung) mit den Modellen der kompetenzaktivierenden ericksonischen Hypno- und Psychotherapie zu einem konsistenten Integrationskonzept auszubauen (welches auch hilfreiche Aspekte aus anderen Ansätzen mit einbezieht, die mit diesen Konzepten kompatibel sind und sie bereichern, z. B. aus Psychodrama, Körpertherapien u. a.)« (Schmidt 2005, S. 7).

Da beide Therapieansätze laut Schmidt von teilweise identischen Grundannahmen ausgehen, sprach für ihn vieles dafür, die beiden Modelle seelischen Erlebens in der »hypnosystemischen Therapie« zusammenzuführen. Für uns Psychotherapeuten war es Ende des letzten Jahrhunderts sehr befruchtend, dass sich durch das innovative Denken des US-amerikanischen Psychiaters und Hypnotherapeuten Milton Erickson (1901–1980) zwei neue Perspektiven eröffneten: Die bis dato geltende psychoanalytische Tradition wurde infrage gestellt (z. B. die Bewertung der Dissoziation und die Rolle des Unbewussten), und das althergebrachte Verständnis von »Hypnose« wurde modernisiert und dadurch radikal verändert. Für Milton Erickson verfügt das Unbewusste über einen unendlichen Schatz an Kreativität und Ressourcen, der Zugang zu diesem kreativen Unbewussten ist aber durch unseren analytischen Verstand verschüttet. Daher galt es, Wege zu finden, die vorherrschende Position des Verstandes in den Hintergrund zu stellen – z. B. durch Tranceinduktion. Dies passt zur modernen Hirnforschung, die von Neuroplastizität spricht.

Nach Schmidt stehen drei gemeinsame identische Grundannahmen der zwei Modelle im Vordergrund:

- In der systemischen wie in der Hypnotheorie Milton Ericksons werden alle Lebensprozesse als Ausdruck von regelhaften Mustern beschrieben. »Unter ›Muster‹ wird dabei verstanden die Verkoppelung, Assoziation, Vernetzung von diversen sogenannten Elementen des Erlebens. Damit sind z. B. gemeint Kognitionen, Verhaltensbeiträge, die Art der Kommunikation, emotionale Reaktionen, aber auch physiologische Reaktionen wie Atmung, Körperhaltung etc., ebenso Faktoren wie Ort, Zeit, Beteiligte einer Situation etc.« (Schmidt 2005, S. 7–8).
- Beide Modelle verstehen lebende Systeme als sich selbst autonom organisierend: Autopoiese.
- In beiden Therapiemodellen gibt es ein fast gleichlautendes Verständnis davon, wie Veränderung im Therapieprozess geschieht. Vereinfacht gesagt: durch das Einführen von Unterschieden in den Mustern der Klienten. Damit wirksame Veränderungen angeregt werden, muss dann auch nicht

ein ganzes Muster verändert werden, sondern es genüge meist, Unterschiede in einem oder mehreren Elementen, oder in den Verknüpfungsstellen in ihm einzuführen (ebd., S. 8).

Hypnosystemische Psychotherapie ist demnach eine Arbeit sowohl mit interaktionellen (systemisches Modell) als auch internalen und intrapsychischen Mustern (Hypnotherapie). Veränderung geschieht in der hypnosystemischen Arbeit durch Unterschiedsbildung in den Mustern, und somit durch die Neuausrichtung der Aufmerksamkeit auf ein anderes, d. h. zielführenderes Erleben, Fühlen oder Verhalten des Klienten.

Wir finden aber auch Unterschiede, die sich vor allem in der Praxis bei den Therapieinterventionen auswirken können:

- Trance ist das Vorherrschen von unwillkürlichem Erleben.
 - Hypnotherapeutisch gesehen bedeutet das aber etwas ganz Umfassendes, nämlich die Fokussierung der Arbeit auf die unwillkürlichen Prozesse.
 - In Erweiterung dazu heißt hypnosystemisches Arbeiten: Erkunden, wie die unwillkürlichen Prozesse in eine optimale Koordination mit willkürlichen Prozessen kommen können.

Ich will nun das Letztere weiterdenken, denn es hat eine massive Auswirkung auf die Frage, wie nun in der Hypnosystemik »Veränderung« im Klienten entsteht? Die Schritte sind hierbei: Annehmen der unwillkürlichen Prozesse, mitgehen mit ihnen und sie dann so behandeln, dass sie in eine optimale Kooperation mit den willentlich bewussten Prozessen kommen können – sodass das System mehr integriert und die Synergie zwischen Teilkräften der Person zur Weiterentwicklung zur Verfügung steht. Das heißt, es reicht *nicht* aus, nur mit den unwillkürlichen Prozessen zu arbeiten, sondern man muss diese auch mit den willkürlichen verbinden. Ich bitte Sie, das im Gedächtnis zu behalten, denn es wird ein entscheidender Punkt werden, wenn ich Ihnen meine Konzepte einer hypnosystemischen Teiletherapie vorstelle.

Wenn wir nun unsere Teiletherapie nach diesen Grundmustern der Hypnosystemik ausrichten wollen, sollten wir prüfen, wie wir die oben gemachten Grundaussagen in die Praxis umsetzen können, um so Vorbilder zu generieren, die wir bei einer hypnosystemischen Teiletherapie nutzen können. Und immer wieder erkunden wir die Möglichkeiten, wie die unwillkürlichen Prozesse in eine optimale Koordination mit willkürlichen Prozessen kommen können, wir orientieren uns nicht nur an den in der Trance generierten Mustern (Bilder, Gefühle, Körperempfindungen), sondern stärken eine bewusste Steuerung dieser Prozesse durch die höheren Bewusstseins Ebenen des präfrontalen Kortex, dem bewussten Ich des Klienten. In diesem Sinne arbeitet die Hypnosystemik auf zwei Ebenen:

- die Kreativität des Unbewussten fördern, die Intuition der Weisheit des Organismus (bottom-up) nutzen *und*
- diese Prozesse durch bewusstseinsfähige Regulationszentren (top-down) steuern und eingrenzen.

Aber davon später mehr.