

Hypnose-Scripts

Ziel eines jeden Hypnotiseurs sollte sein, auf der Grundlage seiner Persönlichkeit sein eigenes Repertoire zusammenzustellen um optimale Erfolge zu erzielen.

Nun setzt dies zunächst voraus, daß er über ausreichende Kenntnisse und auch Erfahrung verfügt. Anfänger neigen oft dazu, Hypnose-Einleitungen in Form eines starren Scripts abzuspulen. Die Ergebnisse sind naturgemäß mäßig, mitunter auch mangelhaft. Auch wenn ein Script bei den ersten Schritten helfen kann, Zusammenhänge zu verstehen und Anfangserfolge zu erzielen, so hat es eigentlich recht



wenig mit Hypnose zu tun. Denn Hypnose ist Kommunikation mit dem Unterbewußtsein, und diese Kommunikation funktioniert am besten, wenn der Hypnotiseur sich selbst auf eine unterbewußte (gefühlsmäßige) Ebene begeben, wenn er mit dem Probanden kommuniziert.

Ein wirklich guter Hypnotiseur sollte also ein breites Spektrum an Methoden kennen und beherrschen, dann aber die Hypnoseeinleitung einfach "aus dem Bauch heraus" ganz locker durchführen.

Wie Autofahren

Es ist ähnlich wie beim Autofahren: Dem Führerscheinbewerber werden viele Regeln in der Theorie beigebracht, bei den ersten Fahrten fällt es aber schwer, diese immer vollständig zu beachten. Er versucht zunächst, alles bewußt richtig zu machen, wie er es gelernt hat. So mancher kommt dabei regelrecht ins Schwitzen, und das nicht nur an heißen Sommertagen... 1 - 2 Stunden Fahrt können regelrecht in Streß ausarten.

Nach einigen Jahren hat er dann so viel Routine, daß viele Vorgänge wie

schalten, bremsen, kuppeln usw. unbewußt ausgeführt werden. Ein paar Stunden Autofahrt lösen aufgrund der Routine dann überhaupt keinen Streß mehr aus.

Bei der Hypnose ergibt sich ein zusätzliches Hindernis, daß der angehende Hypnotiseur überwinden muß. Während es dem Auto absolut egal ist, ob sein Fahrer Streß hat oder schwitzt, überträgt sich bei der Hypnose die Stimmung des Hypnotiseurs auf den Probanden. Sicherheit und Selbstvertrauen des Hypnotiseurs werden also dazu führen, daß der Proband schnell und sicher in Trance geht und sich dabei wohl fühlt. Ist der Hypnotiseur aber unsicher und zweifelt an seinen Fähigkeiten, wird sich auch dies übertragen. Zumindest dann, wenn der Proband es merkt.

'Versuchen' reicht nicht

Es liegt auf der Hand, daß das Herunterspulen eines Scripts kaum Sicherheit ausstrahlen kann. Im günstigsten Fall strahlt es nichts aus (ist also neutral), im ungünstigsten Fall bemerkt der Proband, daß nur ein auswendig gelernter Text vorgetragen wird. Nun stellt sich die Frage, warum erfahrene Hypnotiseure Erfolg haben, obwohl sie bei verschiedenen Probanden zumindest ähnlich vorgehen und oberflächlich betrachtet so etwas wie ein Script benutzen. Dies erklärt sich daraus, daß der erfahrene Hypnotiseur seine Einleitung keinesfalls als "Script" betrachtet, sondern sehr wohl weiß, was genau er mit jedem seiner Worte bezweckt. Außerdem erkennt er an den Reaktionen des Probanden, welche Suggestionen gut wirken und welche weniger gut. Deshalb kann er seine Vorgehensweise an den Probanden anpassen.

Die ersten praktischen 'Versuche' eines angehenden Hypnotiseurs sind oft entscheidend für seinen späteren Werdegang. Aus diesem Grunde ist es sinnvoll, die erste Hypnoseeinleitung möglichst erst zu starten, wenn man eine klare bildhafte Vorstellung davon hat, was man beim Probanden bewirken will und wie man dies machen wird. Unter anderem sollte man sich beim 1. Mal darüber bewußt sein, Hypnose niemals zu 'versuchen'. Ein Hypnotiseur, der eine Hypnose "versucht" ist wie ein Kfz-Mechaniker, der versucht einen Wagen zu reparieren. Das hat mit Professionalität nichts zu tun und führt allenfalls zufällig zum Ziel.

Wesentlich ist die Praxis

Die meisten Menschen sind aus den vorgenannten Gründen nicht in der La-

weiter auf Seite 2...

Themen:

Hypnose-Scripts.....	1
Kurznachrichten.....	1
Hypnose und Medizin.....	2
Ausbildungstermine.....	2
Unsere Leistungen.....	2
Online-Hypnosetests.....	3
Kontakt.....	3
TV-Termine.....	3
Unsere Website.....	3
Sonderausgabe.....	3

Ältere Ausgaben können Sie auf unserer Website downloaden.

Kurznachrichten

Detaillinformationen finden Sie auf unserer Website unter 'News'.

Seminarblöcke Ausbildung

Sie können unser Hypnose-Seminar und Hypnose-Aufbauseminar entweder einzeln oder in einem 4-tägigen Block buchen. Der nächste Seminarblock findet vom 13 - 16. November 2010 (Samstag bis Dienstag) statt.

Der Seminarblock in den Weihnachtsferien findet ausnahmsweise von Donnerstag bis Sonntag statt, und zwar vom 6. bis 9. Januar 2011. Hier besteht deshalb auch die Möglichkeit, das Aufbauseminar einzeln an einem Wochenende zu buchen. Es ist davon auszugehen, daß dieser Block frühzeitig ausgebucht sein wird, melden Sie sich bei Interesse bitte rechtzeitig an.

Seminarqualität 'sehr gut'

Unsere Seminare wurden von den Teilnehmern mit der Gesamtnote "sehr gut" (1,42) bewertet. 100% der Teilnehmer beurteilten das von ihnen besuchte Seminar als empfehlenswert.

Am Ende eines jeden Seminars bitten wir die Teilnehmer um eine Bewertung der Seminarqualität (Noten 1-6). Berechnet wurde der Notendurchschnitt aller vollständig ausgefüllten Bewertungsbögen im 3. Quartal 2010.

Selbsthypnose-Seminar

Vom 27. - 28. November 2010 (Wochenende) findet das nächste Seminar 'Positives Denken und Selbsthypnose' in Dülmen statt.

Workshop im November

Das Thema ist diesmal 'Blitz- und Wachhypnose', dieser Workshop findet am 20. November 2010 (Samstag) in unseren Geschäftsräumen in Dülmen statt.

Fortsetzung 'Hypnose-Scripts'

ge, Hypnose aus Büchern zu lernen. Ohne konkrete Anleitung versagen viele bei den ersten Einleitungen, wodurch es auch in der Folgezeit aufgrund mangelnder Erfolgserlebnisse bei 'Versuchen' bleibt. Viele sind auch schon zufrieden, wenn sich eine leichte Trance einstellt was teilweise dazu führt, daß der Hypnotiseur auch später die Existenz tiefer Trancezustände leugnet.

Eine gute Hypnose-Ausbildung sollte deshalb neben Gruppen-Seminaren auch die Möglichkeit einer praktischen Einzelschulung mit einem geeigneten Probanden umfassen, um gleich von Anfang an erfolgreich zu starten.

Ernst Mathes

Hypnose und Medizin

Hypnose ist in den Medien seit Jahren ein oft diskutiertes Thema. Es gibt viele Reportagen, die die vielseitigen Möglichkeiten der Hypnose darstellen.

Im Gegensatz dazu ist es schockierend, wie hartnäckig einzelne Mediziner die wissenschaftlichen Erkenntnisse in diesem Bereich ignorieren. Dazu kommt mir ein konkretes Beispiel in den Sinn, das ich vor einiger Zeit in einer TV-Sendung gesehen habe. Das Thema war Rauchen und wie man davon loskommen kann. Als Stu-

diogast hatte man einen Pharmakologen und Buchautor geladen. Im Laufe der Sendung wurde offensichtlich, dass dieser die Tabaksucht und Süchte im Allgemeinen als rein körperliche Probleme ansieht, die auch auf einer rein körperlichen Ebene behandelt werden müssen. Nun muss man dem Manne zugute halten, dass er Pharmakologe und kein Psychologe ist, doch sollte auch ihm klar sein, dass die Psyche des Menschen einen sehr großen Einfluss auf Verhaltensweisen ausübt.

Nikotinpflaster usw.

Natürlich spielen chemische Prozesse bei der Suchtentstehung eine Rolle, allerdings ist bekannt, daß eine ausschließlich symptomatische Behandlung der Nikotinsucht mit Pflastern oder Pillen oft nur für kurze Zeit von Erfolg gekrönt ist. Die Betroffenen werden meist schnell wieder rückfällig.

Unter Medizinern dürfte unstrittig sein, daß der Zeitraum, den der Körper benötigt, um die physischen Entzugerscheinungen zu überwinden, etwa eine Woche beträgt. Was danach bleibt, ist also eine psychische Abhängigkeit, die es zu überwinden gilt. Das ist der Teil des Unterfangens, der für viele angehende Nichtraucher die schwierigste Hürde darstellt und deshalb liegt hier der Punkt, an dem man mit der Raucherentwöhnung ansetzen muß.

Psychologie

Jeder Raucher hat andere Gründe, warum er angefangen hat. Man muss sich, um sie zu erfahren, in Menschen hineindenken können und sich die Zeit zum Zuhören nehmen. Die Zeit, einmal wirklich zuzuhören haben viele Mediziner leider kaum noch, und doch ist sie das, was die Betroffenen brauchen. Denn nur so kommt man den wirklichen Ursachen einer Sucht auf die Spur.

Dazu kommt noch die Gewohnheit, die den Raucher in verschiedenen Situationen, wie selbstverständlich, zum Glimmstängel greifen lässt. Tut er es nicht, fehlt ihm in diesem Moment etwas. Dem kann mit Hypnose effektiv entgegengewirkt werden, denn Hypnose setzt dort an, wo alle Verhaltensweisen - auch schlechte Gewohnheiten - des Menschen gespeichert sind: im Unterbewusstsein.

Mittelalterliche Hypnose?!

Nun wurden in dieser Sendung verschiedene Möglichkeiten der Raucherentwöhnung besprochen und als es auf das Thema Hypnose kam, tat der Pharmakologe diese doch allen Ernstes als 'mittelalterlich' ab...

Hypnose wird bereits seit einigen tausend Jahren in den verschiedensten Kulturen praktiziert, und nicht erst seit dem Mittelalter. Durch die wissen-

Ausbildungstermine

Eine vollständige Übersicht mit den aktuell verfügbaren Terminen finden Sie auf unserer Website.

Hypnose-Seminar

13./14. Nov. 2010 (Sa/So)*
11./12. Dez. 2010 (Sa/So)*

Hypnose-Aufbauseminar

15./16. Nov. 2010 (Mo/Di)*
13./14. Dez. 2010 (Mo/Di)*

Selbsthypnose-Seminar

27./28. Nov. 2010 (Sa/So)

Workshops

20. November 2010 (Sa) (B)
15. Dezember 2010 (Sa) (T)*

* auch im Block buchbar

Für Seminare und Workshops können Sie bei Platzreservierung bis 30 Tage vor dem Termin und sofortiger Anzahlung Frühbucherrabatt erhalten, Details auf unserer Website.

schaftliche Erforschung der Hypnose weiß man aber heute nicht nur, wie sie angewendet werden kann sondern man kann die Wirkungsweise jetzt auch detailliert psychologisch erklären.

Seit den 1950er Jahren erforschte der amerikanische Arzt und Psychiater Milton H. Erickson die Möglichkeiten der Hypnose und erzielte damit bahnbrechende Erfolge. Er revolutionierte durch die Anwendung der Hypnose die Psychotherapie und erkannte, daß durch eine direkte Kommunikation mit dem Unterbewusstsein - nichts anderes ist moderne Hypnose letztendlich - schnellere und nachhaltigere Verhaltensänderungen als mit den bisherigen Therapieformen möglich sind. Man geht heute davon aus, daß eine Hypnosetherapie durchschnittlich nur 25% der Zeit von bisherigen Therapieformen in Anspruch nimmt.

Das Mittelalter (6. bis 15. Jahrhundert) war eine Zeit, in der Menschen, welche hypnoseähnliche Techniken anwandten, als Hexen auf dem Scheiterhaufen verbrannt wurden. Gerade die Ablehnung neuer Erkenntnisse, welche man für unvereinbar mit den Dogmen der Kirche hielt, war typisch für das Mittelalter. Das Wort 'Hypnose' wurde übrigens erst viel später durch den schottischen Arzt James Braid (1795–1860) geprägt.

Informationszeitalter

Heute gibt eine Menge Literatur zum Thema 'Hypnose' und jeder kann sich bequem im Internet informieren. Es bleibt zu hoffen, daß auch Journalisten von dieser Möglichkeit mehr Gebrauch machen und falsche Informationen ihrer Gäste nicht einfach unkommentiert im Raum stehen lassen.

Andrea Prüter

Unsere Leistungen

Die folgenden Info-Broschüren informieren Sie über unsere Dienstleistungen (PDF):

Was ist Hypnose?

Infos über unsere Arbeitsweise, Sitzungen und wie man Hypnose empfindet.

Hypnose per Telefon

Infos zu Telefonsitzungen

Hypnose-Ausbildung nach Maß

Infos über Seminare, Einzelschulungen und Workshops.

Beratung

Natürlich beraten Frau Prüter und Herr Mathes Sie gerne persönlich. Info-gespräche vorab sind kostenlos und unverbindlich. Rufen Sie einfach an:

Tel. 0 2548 - 919 427 0

Unsere Zentrale erreichen Sie 24 Stunden täglich.



Sonderausgabe

In der aktuellen Sonderausgabe 'Hypnose-Ausbildung' finden Sie in kompakter Form die interessantesten Artikel zum Thema aus unseren bisher veröffentlichten Newslettern.

Sie können diese in der mittlerweile 4. Auflage auf unserer Website kostenlos downloaden.

Alle bisherigen Ausgaben unseres Newsletters finden Sie im Newsletter-Archiv, diese sind auch komplett als Zip-Archiv downloadbar.

Ernst Mathes

4. Auflage



TV-Termine

- Hypnose im Fernsehen:
- 19.10.2010 12:00 Mythbusters - Die Wissensjäger (Discovery Channel)
 - 19.10.2010 20:15 Visite Spezial - Schmerzen lindern ohne Pillen: Hypnose (NDR)
 - 20.10.2010 20:15 QUIVIVE (rbb)
 - 22.10.2010 10:05 X:enius Hypnose - Ein Mittel für alle Fälle? (arte)
 - 09.11.2010 23:15 EXKLUSIV - DIE REPORTAGE (RTL)
 - 26.11.2010 16:05 Mythbusters - Die Wissensjäger (Discovery Channel)
 - 30.11.2010 19:00 Gesundheit! Hypnose (BR)

Unsere Website

Unsere Website gibt es mittlerweile seit über 13 Jahren unter der Domain 'Axis-Online.net'. Diese wurde seitdem fortlaufend ausgebaut.

Auch wenn Header und Footer unserer Seiten nach wie vor dem Anfangslayout ähneln, so wurde auch das Layout im Laufe der Jahre immer wieder an die Erfordernisse der aktuellen Browser angepaßt.



Aktuell haben wir den Header überarbeitet und bislang eigenständige Bereiche der Website für mehr Übersichtlichkeit zusammengefaßt.

Insbesondere wurde der Bereich 'Auftragsabwicklung' perfekt integriert, die meisten Formulare sind nun direkt zugänglich.

Ernst Mathes

Online-Hypnosetests

Auf manchen Internetseiten findet man sie und viele Leute fühlen sich auf Grund ihrer Ergebnisse dazu bemüht, Rückschlüsse über die eigene Hypnotisierbarkeit anzustellen.

Solche Tests werden oft von Seitenbetreibern, welche sogenannte Hypnose-CD's anbieten, veröffentlicht. Richtiger wäre in den meisten Fällen allerdings die Bezeichnung 'Suggestionen-CD's'. Wir sind der Meinung, dort sind sie genau richtig aufgehoben, denn ein Test mit einer Tonbandstimme kann lediglich Aufschluss darüber geben, inwieweit man für Suggestionen, die von einem Band, einer CD etc. eingespielt werden, empfänglich ist. Leider wird die so getestete Suggestibilität von vielen mit der Fähigkeit, in Trance zu fallen - die natürlich jeder hat - verwechselt.

Suggestion vs. Hypnose

Bei Suggestionen-CD's werden globale Suggestionen benutzt. Je nach Qualität ist das Ergebnis eine körperliche

Entspannung, möglicherweise auch eine leichte Trance, weshalb viele Menschen hiermit keine nennenswerten Erfolge erzielen können.

Wenn man sich von einem erfahrenen Hypnotiseur in Trance führen lässt, spielt es keine Rolle, ob man suggestibel ist oder nicht. Von Mensch zu Mensch kann nämlich das stattfinden, was zwischen Tonband und Menschen nicht möglich ist: Kommunikation im Sinne eines Dialoges. Diese besteht vom Beginn bis zum Ende der Sitzung und der Hypnotiseur bekommt so ein direktes Feedback über das Befinden der in Trance versetzten Person. Dadurch weiß er jederzeit, wie er auf die Person eingehen muss und wie sein weiteres Vorgehen auszusehen hat.

Das Ergebnis einer Hypnose-Sitzung hängt nicht der Suggestibilität des Klienten ab, sondern von der Qualifikation des Hypnotiseurs.

Andrea Prüter

In unserem kostenlosen Newsletter finden Sie jeden Monat sowohl aktuelle Neuigkeiten aus unserem Hause inkl. Events als auch interessante Artikel... unter anderem Fallgeschichten aus der Praxis sowie Wissenswertes über Hypnose und das menschliche Denken.



Gleich auf unserer Website kostenlos per E-Mail abonnieren!



Axis Unternehmensberatung GmbH
 Personal Coaching - Hypnose-Ausbildung
 Heidkämpfe 17
 48249 Dülmen-Rorup
 Deutschland

Tel. 02548 919 427 0*
 Fax 02548 919 427 1*
 * international: +49 anstatt führender "0"

Die Gesellschaft ist eingetragen beim
 Amtsgericht Coesfeld
 unter HRB 2633
 Geschäftsführer: Ernst Mathes
 USt.-Id: DE124376633

Weitere Informationen auf unserer Website:
<http://axis-online.net>