

## Erfolgreich hypnotisieren

Für wohl jeden angehenden Hypnotiseur stellt sich irgendwann die Frage, welche Eigenschaften einen guten Hypnotiseur ausmachen. Stöbert man Literatur und Internet nach den entsprechenden Kriterien durch, findet man oft mehr oder weniger lange Listen.

Angefangen von Fachwissen über ein gepflegtes Äußeres bis hin zur "hypnotischen Stimme" wird alles angeführt, was helfen soll, besser zu hypnotisieren. Es ist zweifelsfrei richtig, daß jemand, der all diese Voraussetzungen mitbringt, für's erste schon einmal gute Karten in Sachen Hypnose hat. Die wichtigste Eigenschaft wird jedoch bei alledem oft gar nicht erwähnt.

### Elementare Basis

Die Rede ist vom so genannten "Sensungsbewußtsein". Damit gemeint ist die Fähigkeit eines Menschen, einzuschätzen wie sein Reden und Tun auf andere wirkt und sich in Wortwahl und Auftreten den Gegebenheiten einer Situation so anzupassen, daß ein bestimmtes Ziel erreicht wird. Gerade für Hypnotiseure ist das eine elementare Notwendigkeit, da nur so eine wirksame Kommunikation mit dem Unterbewußtsein des Probanden möglich ist. Ohne diese Voraussetzung bleibt jeglicher Erfolg dem Zufall überlassen.

### Ursache & Wirkung

Wann immer ein Mensch mit einem anderen in Kontakt tritt, findet automatisch Kommunikation statt. Sowohl verbal, über gesprochene Worte, als auch nonverbal über die Körpersprache, Mimik und Gestik. Informationsaustausch findet dabei sowohl auf der bewußten Ebene, als auch - und das sogar zum viel größeren Teil - auf der unbewußten Ebene statt.

Das Gesagte kommt auf die eine oder die andere Weise beim Zuhörer an.

Ein Beispiel aus dem Alltag: Sie gehen morgens zum Bäcker Brötchen kaufen. Die Verkäuferin hinter dem Tresen scheint einen schlechten Tag erwischt zu haben, jedenfalls ist ihre Laune nicht die beste. Sie können sich nun von dieser schlechten Laune anstecken lassen und in einem sehr mißgestimmten Tonfall ihre Brötchen bestellen. Dann multipliziert sich diese Stimmung und der nächste Kunde, der die Bäckerei betritt, bekommt sie noch deutlicher zu spüren.

Es geht aber auch anders herum, wenn Sie positiv auftreten, Ihre Brötchen mit einem Lächeln in Empfang nehmen und vielleicht der Dame hinter dem Tresen noch etwas Freundliches sagen. Meistens werden Sie dann nämlich ein Lächeln zurück bekommen und die Stimmung wird augenblicklich besser.

### Kongruenz

Alles, was kommuniziert wird, hat eine Auswirkung auf den Gesprächspartner. Natürlich ist dabei der Inhalt des Gesagten von Bedeutung, also die sachliche, objektive Aussage, die getroffen wird. Eine viel größere Rolle spielen jedoch der Unterton und die Körpersprache, die mit einer verbalen Aussage einhergehen, denn erst diese Faktoren bewirken eine bestimmte Art von Verständnis beim Gegenüber. Zum Beispiel entscheidet sich danach, inwieweit die Körpersprache zum objektiv Gesagten paßt, ob eine Aussage glaubhaft und vertrauenserweckend wirkt, oder nicht. Für einen Verkäufer wird es schwierig, wenn nicht sogar unmöglich etwas zu verkaufen, wenn er seinem Kunden unsicher und gestreßt gegenüber tritt.

Es versteht sich fast von selbst, daß auch in Bezug auf die Hypnose das Prinzip der Kongruenz, also der Deckungsgleichheit, von Reden und Verhalten ein wichtiger Faktor ist. Ein

[weiter auf Seite 2...](#)

## Themen:

Erfolgreich hypnotisieren.....	1
Kurznachrichten.....	1
Positives Denken.....	2
Ausbildungstermine.....	2
Unsere Leistungen.....	2
Kontakt.....	3
TV-Termine.....	3
Sonderausgaben.....	3
Wußten Sie schon.....	3

Alle bisherigen Ausgaben können Sie auf unserer Website downloaden.

## Kurznachrichten

Detaillinformationen finden Sie auf unserer Website unter 'News'.

### Geschenkgutscheine

Möchten Sie Ihrem Ehepartner, Ihren Eltern, Ihrem Freund oder Ihrer Freundin zu Weihnachten ein besonders persönliches Geschenk machen? Schenken Sie einen Axis-Wertgutschein.

### Kostenloser Info-Abend

In unregelmäßigen Abständen veranstalten wir für Interessenten kostenlose Informations-Abende.

### Seminarqualität 'sehr gut'

Seit einiger Zeit bitten wir die Teilnehmer um eine Bewertung der Seminarqualität mit den Noten 1 bis 6 (sehr gut - ungenügend). Berechnet wurde - bei gleicher Gewichtung der einzelnen Kriterien - der Notendurchschnitt aller vollständig ausgefüllten Bewertungsbögen im Zeitraum Januar bis Oktober 2011.

### Hypnose-Seminarblock

Buchen Sie jetzt einen 4-tägigen Seminarblock (bestehend aus Basisseminar und -Aufbauseminar) online mit Kombirabatt.

### Wochenend-Aufbauseminar

Nicht jeder kann sich innerhalb der Woche für ein Seminar freinehmen. Deshalb findet unser Aufbauseminar vom 7. bis 8. Januar 2012 ausnahmsweise an einem Wochenende statt. Buchen Sie bitte rechtzeitig.

### Selbsthypnose-Seminar

Unser 2-tägiges Wochenend-Seminar richtet sich an alle, die ihr Leben bewußter und erfolgreicher gestalten wollen.

### Neue Workshops

Neu sind seit November Supervisions-Workshops sowie ab 2012 die beiden Themen-Workshops 'Rückführungen' und 'Praxisgründung'.



**Nutzen Sie unsere  
Adventsrabatte!**

Fortsetzung 'Erfolgreich hypnotisieren'

Hypnotiseur muß, wenn er Erfolg haben will, nicht nur darauf achten, was er sagt, sondern vor allem darauf, wie er dabei auftritt.

#### In Bildern

Angehende Hypnotiseure wissen häufig noch nicht, wie sie diese Deckungsgleichheit herstellen sollen. Gerade bei den ersten Hypnose-Einleitungen passiert es so manchem, daß er seine eigene Nervosität auf den Probanden überträgt. Selbst die besten Vorsätze scheinen manchmal nicht zu helfen.

Dabei gibt es einen einfachen Trick, mit dem man in sich selbst und beim Probanden automatisch für Ruhe sorgen kann. Das geht ganz leicht, indem man seine Aufmerksamkeit fest auf das richtet, was man im jetzigen Moment erreichen möchte. Ein guter Hypnotiseur versteht es, in seinem eigenen Unterbewußtsein ein klares Bild davon aufzubauen, wie der Proband während der Hypnose reagieren soll. Dadurch wird sein gesamtes Reden und Verhalten „wie von selbst“ darauf ausgerichtet, das innere Bild Realität werden zu lassen. Man könnte auch sagen, daß eine Kommunikation „von Unterbewußtsein zu Unterbewußtsein“ stattfindet.

Auf diese Weise läßt sich auch leicht die unangenehme Situation des „Text vergessens“ vermeiden, denn jeder

nächste Schritt ergibt sich gefühlsmäßig aus dem vorigen. Skripte oder auswendig Gelerntes sind so ebenfalls überflüssig.

#### Starthilfe

Zu Beginn fällt es manchmal schwer, eine Vorstellung davon zu entwickeln, wie ein Proband in Trance reagieren soll. Zwar ist dies ein Handicap, das mit jeder erfolgreich durchgeführten Hypnose kleiner wird, aber es kann zunächst ein Hindernis sein.

Leichter fällt es oft, wenn ein erfahrener Hypnotiseur die ersten Hypnose-Übungen überwacht und Hilfestellung gibt, wenn mal ein Problem oder eine Unsicherheit auftritt. Am besten ist es, wenn dabei nur man selbst, der Hypnose-Trainer und der Proband anwesend sind. Das schafft für alles eine sichere und vertraute Atmosphäre, in der es sich leicht lernen läßt.

Ein „virtuelles“ Training in tiefer Trance im Rahmen eines Hypnose-Coachings kann ebenfalls schnelle und nachhaltige Erfolge schaffen. Man wird in die Situation hinein versetzt, jemanden zu hypnotisieren und sich dabei vollkommen sicher und routiniert zu erleben. Das Unterbewußtsein speichert diese „Erfahrung“ genauso ab, als wäre sie tatsächlich geschehen.

In jedem Fall gibt es einen Anfangserfolg, durch den man erfährt, daß die eigenen Worte und das eigene Verhalten eine große Wirkung haben, wenn

### Ausbildungstermine

Eine vollständige Übersicht mit den aktuell verfügbaren Terminen finden Sie auf unserer Website, nutzen Sie unsere Online-Rabatte.

Hypnose-Seminar:

Sa. 10. + So. 11.12.11\*  
Do. 05. + Fr. 06.01.12\*  
Sa. 04. + So. 05.02.12\*  
Sa. 03. + So. 04.03.12\*

Hypnose-Aufbauseminar:

Mo. 12. + Di. 13.12.11\*  
Sa. 07. + So. 08.01.12\*  
Mo. 06. + Di. 07.02.12\*  
Mo. 05. + Di. 06.03.12\*

Selbsthypnose-Seminar:

Sa. 26. + So. 27.11.11  
Sa. 14. + So. 15.01.12  
Sa. 17. + So. 18.03.12

Workshops:

Sa. 03.12.11 - Tiefenhypnose  
Sa. 21.01.12 - Supervision  
Sa. 28.01.12 - Praxisgründung  
Sa. 25.02.12 - Blitzhypnose  
Sa. 24.03.12 - Rückführungen

\* auch als zusammenhängender 4-tägiger Seminarblock buchbar

man sie richtig einsetzt. Und alles, was ein Mensch schon einmal erfolgreich gemeistert hat, kann er jederzeit wieder genauso tun.

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. Infogespräche vorab sind kostenlos und unverbindlich. Rufen Sie einfach an:

Tel. 0 2548 - 919 427 0

Unsere Zentrale erreichen Sie 24 Stunden täglich.



### Positives Denken

Der alte Spruch 'Aller Anfang ist schwer' ist eigentlich nur für diejenigen wahr, die daran glauben. Interessanterweise ist es in Bezug auf manches größere Vorhaben für einige Menschen wohl leichter, an Schwierigkeiten bei der Umsetzung zu glauben, als an Leichtigkeit. Aber warum?

Einerseits mag das sicher an der im Laufe eines Lebens öfter gemachten Erfahrung liegen, daß man für etwas Positives immer hart arbeiten und sich verausgaben muß. Andererseits könnte es auch daran liegen, daß viele Menschen jeden Tag den selben Alltagsrott durchlaufen, wie seit vielen Jahren schon.

#### Routiniert

Man wird, wie es heißt, zum Gewohnheitstier. Das bedeutet, daß man sich mit den Jahren immer mehr an eine bestimmte Art zu denken und damit zu fühlen, zu han-

deln und Dinge oder Situationen zu bewerten gewöhnt. Es entstehen Muster, die gern auch als Routine bezeichnet werden.

Niemand wird die Wichtigkeit dieser Musterbildung bestreiten, bewahrt sie einen doch davor, über alltägliche Abläufe jedes Mal wieder neu nachdenken zu müssen. Sie werden unbewußt ausgeführt, weshalb man sich in einer vertrauten Umgebung mit einer fast schon traumwandlerischen Sicherheit bewegen kann und sie sind außerdem der Grund, warum man in neuen Situationen automatisch immer nach bekannten Elementen sucht.

#### Gebremst

Die Kehrseite der Medaille ist allerdings, daß man leicht Gefahr läuft, Ängste vor dem Unbekannten und vor Veränderung zu entwickeln, wenn man sich zu sehr an alten Mustern fest-

weiter auf Seite 3...



## Fortsetzung 'Positives Denken'

hält. Bei manchen Leuten geht das so weit, daß sie sogar den nächsten Tag fürchten. Sie bemerken zwar nach einiger Zeit, daß ihnen diese Lage alles andere als gut tut, aber sie bleiben darin, weil ihnen niemand garantieren kann, daß es anders besser wird bzw. weil sie durch ihre Gewohnheiten noch gar nicht wissen, wie ein besseres Leben überhaupt aussehen könnte.

Diese fehlende Perspektive führt meist zu einer großen Unzufriedenheit und mangelndem Antrieb, das Leben noch in die eigenen Hände zu nehmen. Dinge werden dann nur noch gemacht, weil sie 'gemacht werden müssen' oder 'weil man das eben so macht'. Eine echte, produktive Zielsetzung steht nicht mehr dahinter. Das ist so, als würde man mit dem Auto so lange planlos herumfahren, bis der Tank leer ist und man einfach irgendwo liegenbleibt.

## Licht an!

So dunkel und negativ das klingt, so leicht ist es, sich aus einer solchen Dunkelphase zu befreien. Einzig notwendiger Schritt dafür: Das Entwickeln einer neuen, positiven Art zu denken und damit die Schaffung einer neuen Bewertungsgrundlage für die ei-

gene Lebenssituation.

Als hilfreich hat es sich dabei erwiesen, erst einmal eine Bestandsaufnahme aller täglichen Tätigkeiten zu machen und dann die herauszufiltern, die einem besonders wichtig sind bzw. die einem viel Spaß machen und Auftrieb geben. Kurzum: Herausstellen, was Freude macht. Das können schon einfache Dinge sein, wie morgens frischen Kaffee zu genießen.

Durch die Fokussierung auf freudvolle, positive Dinge werden deutliche Effekte erzielt. Zum einen setzt man sich ein Ziel, ohne daß man es merkt und schafft damit die Motivation, sich zu bewegen. Zum Anderen löst der Gedanke an das Gefühl der Freude ganz von selbst ein Gefühl von Freude aus. Im Gehirn werden dabei Glückshormone ausgeschüttet, die das Wohlbefinden und die Laune genauso verbessern, wie ein erholsamer Tag in der Sonne.

## Mit Sicherheit

Unterstützend kann ein persönliches Coaching – auch mit Hypnose – sein. Hierbei können sowohl die Ursachen einer negativen Denkweise gefunden und gelöst, als auch neue positive Ziele und Gedanken erarbeitet und im Unterbewußtsein verankert werden. Zusätzlich kann eine Zukunftssicht in

## TV-Termine

Hypnose im Fernsehen:

- 24.11.2011 12:00 Mythbusters - Die Wissensjäger Schall und Rauch / Unter Hypnose (Discovery)
- 11.12.2011 22:30 Little Britain (Comedy Central)

Die hier aufgeführten TV-Sendungen enthalten nicht unbedingt immer wissenschaftlich fundierte Informationen. Wenn Sie Fragen zur Hypnose haben, rufen Sie uns einfach an!

Trance dabei helfen, Ängste vor dem Unbekannten zu vermeiden. Außerdem wird es leicht, daß man die eigenen Fähigkeiten klarer sieht und dadurch mehr Sicherheit und Selbstvertrauen entwickelt. Veränderung wird auf diese Weise nicht nur möglich, sondern beginnt, jeden Tag mehr Spaß ins Leben zu bringen.

Andrea Prüter

**Wir wünschen Ihnen ein  
frohes Weihnachtsfest  
und einen guten Rutsch  
ins neue Jahr!**

## Wußten Sie schon...

...daß bereits die Priesterärzte im alten Ägypten, die Sunu, das Pänomen der Migräne kannten? So ist es durch ein Papyrus überliefert, das gemeinsam mit dem Papyrus Ebers im Isistempel von Karnak gefunden wurde.

Den Begriff 'Migräne' benutzten die Ägypter allerdings nicht, sondern sie bezeichneten jene stechenden Kopfschmerzen, die von Sehstörungen und

anderen Wahrnehmungsbeeinträchtigungen begleitet sein konnten, als 'Krankheit der halben Schläfe'. Interessant ist, daß diese nicht - wie es heute gemeinhin der Fall ist - als körperliches Problem angesehen wurde, sondern als 'zwei Gestirne, die in unterschiedliche Richtungen gehen oder denken wollen und sich streiten'.

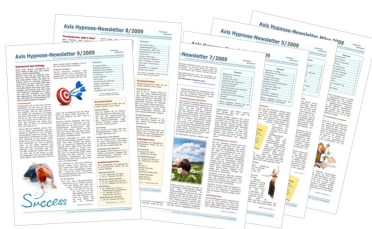
Was man heute mit Medikamenten zu lindern versucht, behandelten die Ägypter mit einfachen, aber wirksamen Stra-

tegien. Zur Heilung schlägt das alte Papyrus die Anwendung bestimmter Zaubersprüche bzw. in schweren Fällen den Tempelschlaf im Isistempel – was man heute als Hypnose bezeichnen würde - vor. Beide Behandlungsmethoden zielten darauf ab, dem Erkrankten zu helfen die innere Uneinigkeit - also den bestehenden Konflikt - zu lösen und ihm seinen inneren Frieden wiederzugeben.

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 kostenlos online abonnieren...



Sonderausgabe  
Hypnose-  
Ausbildung

16 Seiten - 6/11

Sonderausgabe  
Geschichte  
der Hypnose

11 Seiten - 6/11



# Axis

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>