

Inhalt

Vorbemerkung zur 8., aktualisierten Neuauflage	13
Vorbemerkung zur 6., revidierten und erweiterten Auflage	17
Vorwort von Peter Kemmer	19
Einführung: Hypnose, der erste Bewusstseinszustand	23
 TEIL I: DIE PHÄNOMENE	 31
 1. Begriffsbestimmung	 33
Was ist Hypnose?	34
<i>Zustand</i>	34
<i>Ablauf</i>	35
<i>Ziele</i>	36
Autohypnose und Heterohypnose	36
Was ist Suggestion?	36
Andere Fachbegriffe	37
 2. Hypnose und Suggestion als natürliche Phänomene	
Im täglichen Leben – geschichtliche Entwicklung	39
Archaische Formen, geschichtliche Entwicklung	39
<i>Zeittafel</i>	44
Hypnose und Suggestion im täglichen Leben	47
<i>Autohypnose (Selbsthypnose) und Autosuggestion</i>	
<i>(Eigensuggestion) im täglichen Leben</i>	48
<i>Fremdhypnose und Suggestion im täglichen Leben</i>	51
 3. Grundsätzliches zu den Möglichkeiten und Einsatzbereichen	 68
Allgemeine Möglichkeiten der Hypnose	68
<i>Passive hypnotische Ruhe – allgemeine psychophysiologische</i>	
<i>Veränderungen</i>	68
<i>Gezielte Leistungen in Hypnose</i>	69
Einsatzbereiche der Hypnose – Überblick	74

TEIL II: Die Theorien 81

1. Seelische und körperliche Grundlagen der Hypnose – biologische, psychologische, neue naturwissenschaftliche und geisteswissenschaftliche Erklärungsmodelle	83
Geschichtliche Hypothesen	84
<i>Magische Theorien</i>	84
<i>Fluidum- und Wellentheorie</i>	86
<i>Suggestionstheorie</i>	90
Stand der heutigen Hypnoseforschung	92
<i>Biologische Grundlagen</i>	92
<i>Neue Definition der Hypnose nach Meinhold</i>	100
<i>Weitere hypnosespezifische psychobiologische Zusammenhänge und Erklärungsmodelle</i>	110
<i>Neue naturwissenschaftliche Modelle</i>	122
<i>Tiefenpsychologische Grundlagen der Hypnose</i>	136
<i>Psychologische Hypnosemodelle</i>	143
2. Die Kommunikation in Hypnose	151
Der hypnotische Rapport	151
<i>Verbale Kommunikation</i>	152
<i>Nonverbale Kommunikation</i>	154
<i>Ultraschwache Photonenemission als hypnotisches Kommunikationsmedium?</i>	155
<i>Telepathie im Mutterleib?</i>	156
3. Geisteswissenschaftliche Sicht der Hypnose	160
Hypnose – ein gefährlicher psychischer Sonderzustand?	161
Entwicklungschancen durch Hypnose	164
4. Ganzheitlich-integrative Sicht der Hypnose – Zusammenfassung und Überblick	170
Die Natur des hypnotischen Bewusstseinszustandes	170
Das Zustandekommen des hypnotischen Bewusstseinszustandes	172
Die Kommunikation im hypnotischen Bewusstseinszustand	173
Die Möglichkeiten des hypnotischen Bewusstseinszustandes	177

TEIL III: Grundlagen der praktischen Anwendung 179

1. Die Voraussetzungen	181
Wer kann hypnotisieren?	181
<i>Persönliche Anlagen und Fähigkeiten</i>	181
<i>Ausbildung</i>	182
<i>Verhalten und Auftreten</i>	182
Wer kann hypnotisiert werden?	183
<i>Wer darf nicht hypnotisiert werden?</i>	184
<i>Wovon sind Hypnotisierbarkeit und Suggestibilität abhängig?</i>	184
Äußere Einflüsse und Voraussetzungen	190
<i>Ort und Raum</i>	190
<i>Einrichtung</i>	191
<i>Beleuchtung</i>	191
<i>Temperatur</i>	192
<i>Geräusche</i>	192
<i>Tageszeit</i>	192
<i>Anwesenheit von Dritten als Beobachter</i>	192
2. Die Praxis der Hypnose	194
Die Vorbereitung der Hypnose	194
<i>Das einführende Gespräch und der Umgang mit Widerständen</i>	194
Die Einleitung der Hypnose (Fremd- und Selbsthypnose)	198
<i>Bekannte physiologische Vorgänge als Unterstützung der</i>	
<i>Einleitung</i>	198
<i>Einleitung durch Verbalsuggestion</i>	201
<i>Die Fixation und die Faszination</i>	204
<i>Haptische und magnetopathische Verfahren (Tastsinn)</i>	211
<i>Vestibuläre Verfahren (Gleichgewichtssinn)</i>	214
<i>Hetero- und autotoxische Verfahren (bewusstseinsverändernde</i>	
<i>Substanzen)</i>	214
<i>Apparative Verfahren, Biofeedback</i>	215
<i>Tiefenpsychologische Einleitungsverfahren</i>	215
<i>Telepathische Verfahren</i>	216
<i>Gemischt autogen-heterogene Verfahren</i>	217
<i>Kombinationen von Einleitungsverfahren</i>	218
<i>Die fraktionierte Einleitung</i>	218
<i>Empfehlung eines breit anwendbaren Verfahrens</i>	220
<i>Gefahren infolge fehlerhafter Einleitung</i>	224
Die Durchführung der Hypnose	225
<i>Das Ritual und seine Bedeutung in der Hypnose</i>	225

<i>Die »Geheimsprache des Unbewussten« und die stimmige</i>	
<i>Verwendung von Sprache und Suggestion</i>	228
<i>Aktive Mitarbeit des Hypnotisierten</i>	244
<i>Die Vertiefung der Hypnose und die verschiedenen Tiefenstadien</i> . . .	248
<i>Die Kontrolle der Hypnose und ihrer Stadien</i>	257
Die Rückführung aus der Hypnose	259
<i>Grundsätze</i>	259
<i>Praktisches Vorgehen</i>	260
<i>Komplikationen bei der Rückführung</i>	262
<i>Folgen falscher oder unvollständiger Rückführung</i>	263
Die Nachbesprechung	263
Der Selbstschutz des Hypnotiseurs/Therapeuten	265
Die Hypnosedauer	266
<i>In der therapeutischen Anwendung</i>	266
<i>Bei anderen Anwendungen</i>	266
Anzahl der Sitzungen und Intervalle	266

TEIL IV: Außermedizinische Hypnoseanwendungen 269

1. Persönlichkeitsbildung und Lebenshilfe	271
Selbsthypnose und Meditation	272
<i>Autogenes Training</i>	273
<i>Christlich-mystische Meditationsübungen</i>	273
<i>Anthroposophische Meditation</i>	274
<i>Yoga</i>	275
<i>Transzendente Meditation</i>	277
In der Beziehung	278
In der Kunst	281
Im Sport	281
Als Lernhilfe und im Beruf	282
2. Institutionelle Anwendung	287
In der Politik und beim Militär	288
<i>Zur Vorbereitung und Durchführung von Kriegen</i>	290
In den Kirchen	306
In der Wissenschaft	308
In Wirtschaft und Werbung	310

3. Hypnose in der Parapsychologie und im Okkultismus	316
Einführung	316
Generelle Voraussetzungen und Vorbereitungen	320
Kontrollmaßnahmen und Fehlerquellen	322
Außersinnliche Wahrnehmung (ASW)	
und verwandte Phänomene	324
<i>Telepathie</i>	324
<i>Hellsehen</i>	326
<i>Psychometrie</i>	329
<i>Außerkörperliche Erfahrung (AKE)</i>	330
<i>Psychokinese (PK)</i>	330
Psychoplastische Phänomene	331
Erscheinungen aus spiritistischer Sicht	333
Meditativ-magische Verfahren	336
 4. Hypnose im kriminalistischen Bereich und rechtliche Gesichtspunkte (Forensischer Bereich)	338
Straftaten an Hypnotisierten und durch Hypnotisierte	338
Aufklärung von Straftaten durch Hypnose	339
Verantwortlichkeit in Hypnose	341
 5. Schau- und Jahrmarkthypnosen	346
 6. Hypnose bei Tieren	351
 TEIL V: Die Hypnose in der Heilkunde	353
 1. Erweiterte Grundlagen der Psychologie aus der Sicht der Therapie in Hypnose	355
Eine ganzheitliche Landkarte der Seele	355
<i>Das Unbewusste – Es, Ich und Über-Ich</i>	356
<i>Die Konfliktbereiche</i>	358
<i>Die störungsauslösenden Faktoren</i>	359
Allgemeines zur Psychopathologie und Psychotherapie	365
<i>Symptomverschiebung und psychosomatische Wechselbeziehung</i>	367

2. Besonderheiten für die Anwendung der Hypnose in der Heilkunde	371
Einführung	371
Das therapeutische Verhalten	372
Erstkontakt – einführendes Gespräch – Anamnese	372
<i>Diagnostische Schlüsse aus der passiven Beobachtung</i>	373
<i>Die aktive Untersuchung</i>	377
Therapievereinbarung	378
Hypnoseeinleitung	382
Durchführung und Vertiefung	382
Rückführung und Nachbesprechung	384
Hypnosedauer, Sitzungsanzahl und -frequenz	384
<i>Dauer und Anzahl der notwendigen Hypnosesitzungen unter medizinischen Gesichtspunkten</i>	384
<i>Sitzungsfrequenz</i>	386
Beendigung der Therapie und Therapie-Zeitschema	386
3. Die verschiedenen Verfahren der Therapie in Hypnose	388
Die autohypnotischen und die gemischt auto-/heterohypnotischen Verfahren	388
<i>Auto- und Heterohypnose unter medizinischen Gesichtspunkten</i>	388
<i>Das autogene Training</i>	389
<i>Die gestufte Aktivhypnose</i>	404
<i>Die Ablationshypnose</i>	408
Einzel- und Gruppenhypnose unter medizinischen Gesichtspunkten	409
<i>Vor- und Nachteile der Gruppenbehandlung</i>	410
<i>Anwendungsbereiche</i>	411
Die diagnostischen Hypnoseverfahren	412
<i>Diagnostische Hypnose beim Patienten</i>	412
<i>Der Diagnostiker in Hypnose</i>	414
<i>Diagnostische Hypnose über ein Medium</i>	415
Die tiefenpsychologisch orientierten analytischen Verfahren in Hypnose	415
<i>Die Hypno-Integrative Tiefenpsychologische Therapie (HITT) nach W.J. MEINHOLD</i>	417
Andere analytische Verfahren	425
<i>Regressionstherapie</i>	425
<i>Situationsanalytische Hypnoseverfahren</i>	426
<i>Katathym imaginative Psychotherapie (KIP)</i>	426
<i>Reinkarnationstherapie in Hypnose</i>	431

Die kathartischen Hypnoseverfahren (»läuternde« Erlebnishypnosen)	434
<i>Hypnokatharsis</i>	435
<i>Altersregression und Altersprogression</i>	437
<i>Hypnotischer »Exorzismus«</i>	437
<i>Hypnodrama</i>	439
<i>Andere Erlebnistherapieformen</i>	440
Die verhaltenstherapeutischen und suggestiven Verfahren	440
<i>Suggestionsbehandlung bei psychischen Symptomen</i>	441
<i>Suggestionsbehandlung bei somatischer und gemischter Symptomatik</i>	443
<i>Suggestive Fokalthherapie</i>	445
Hypnose in der Anästhesie und Analgesie und als Narkoseersatz oder -unterstützung	446
<i>Hypnonarkose, praktische Durchführung</i>	447
<i>Anästhesiehypnose und sonstige Hypnoseunterstützung bei kleinchirurgischen und diagnostischen Eingriffen</i>	450
<i>Hypnose in der Geburtshilfe</i>	451
<i>Narkohypnose und Narkoanalyse</i>	452
Die Ruhezypnose	453
Die Hypnose in Kombination mit anderen Therapieverfahren ..	453
<i>Magnetopathie</i>	453
<i>Andere Verfahren</i>	454
4. Die Indikationen	456
Allgemeines	456
<i>Prognostische Kriterien</i>	457
<i>Besonderheiten in der Therapie</i>	458
5. Die Therapie in Hypnose bei spezifischen Störungsbildern und Erkrankungen von A bis Z	462
Hypnosetherapie als Therapie der Wahl	656
Autohypnose für den Therapeuten	658
6. Kontraindikationen, Gefahren und Ängste	660
Gegenanzeigen	660
<i>Absolute Gegenanzeigen</i>	660
<i>Relative Gegenanzeigen</i>	661
Gefahren bei fehlerhafter Durchführung	662
<i>Sauerstoffmangel</i>	662
<i>Rapportverlust</i>	662
<i>Unzureichende Desuggestion</i>	662

<i>Erleichterung der unbeabsichtigten Hypnotisierbarkeit</i>	662
Vorbehalte und Ängste	662
<i>Kann es durch Hypnose zu einer unerwünschten Charakterveränderung kommen?</i>	663
<i>Werden in der Hypnose unbeabsichtigt »Geheimnisse gebeichtet«?</i> . .	664
<i>Wacht man aus der Hypnose auch sicher wieder auf?</i>	664
<i>Kann es zu gesundheitlichen Schäden oder unangenehmen Nachwirkungen kommen?</i>	665
<i>Verliert man in der Hypnose die Kontrolle über sich?</i>	665
<i>Kann es zu einer »Abhängigkeit« vom Hypnosetherapeuten kommen?</i>	665
<i>Ist die Hypnosetherapie eine »Fremdbeeinflussung«?</i>	666
<i>Gibt es religiöse Bedenken gegen die Hypnose?</i>	667
7. Fallbeispiele	668
Einige Therapieberichte aus meiner Praxis	669
Schlusswort	675
Literaturverzeichnis	676
Personen- und Sachregister	686