

Klinische Hypnose – Warum und wofür funktioniert sie?

DIE KRAFT DES UNBEWUSSTEN

VON SVEN BÜDDING UND NADINE-DENIESE POST



Speicher des Gehirns zugänglich. Dort sind alle unsere Gewohnheiten und Verhaltensstrukturen abgespeichert – das Ergebnis unserer bis dahin erfolgten eigenen Lebensprogrammierung. Der Klient (Hypnotisand) hat bei dieser modernen Art der Behandlung die vollständige Kontrolle über sich. Auch wenn die Augen geschlossen sind, bekommen die Hypnotisanden alles mit. Der Hypnosetherapeut (beg-)leitet ihn durch gemeinsame Kommunikation ins Unterbewusstsein, wobei die Hypnose jederzeit von beiden Seiten beendet werden kann.

Ein deutlicher Unterschied zur klassischen Hypnose besteht darin, dass durch die professionelle Diagnostik mit klinischer Hypnose die Auslöser herausgefunden werden, die uns Menschen in ein unbewusstes, unkontrolliertes und somit ständig im Hintergrund aktives Problemverhalten bringen. Dies können z.B. automatisch auftretende Ängste, ständiges Gedanken machen, Depressionen etc. sein.

Schon im Altertum war es üblich, kranken Menschen mit Hilfe von Düften, Blicken ins Feuer, magischen Ritualen, heilenden Worten und anderen Techniken Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. Im 19. Jahrhundert gab es hauptsächlich in England und in Frankreich mehrere Mediziner, die den sogenannten Hypnos – einen schlafähnlichen Zustand - bei ihren Patienten herstellen konnten, damit diese besonders empfänglich für die (hoffentlich) helfenden Worte der Therapeuten waren. Im medizinischen Bereich entwickelte der amerikanische Arzt und Psychotherapeut Milton H. Erickson die klinische Hypnose als ein tief und schnell wirkendes medizinisches Behandlungsverfahren.

Die klinische Hypnose in ihrer heutigen Form ist die modernste Art der gezielten angewandten medizinischen Hypnose, die aufgrund von Hirnforschungsergebnissen entstanden ist. Fast alle Menschen können diese Form der Hypnose selber zur Optimierung und Veränderung von Verhaltensweisen nutzen. Es würde den Rah-

men dieses Artikels sprengen, die vielen Anwendungsmöglichkeiten der klinischen Hypnose aufzuzählen. Viele Menschen sind an dieser Stelle erst einmal skeptisch und vielleicht auch neugierig – zurecht... Durch gezielte Aufmerksamkeitslenkung wird in Zusammenarbeit mit den Klientinnen und Klienten der unbewusste

In weiteren Schritten wird dann sozusagen ein „update“ mit neuen Reaktionsmöglichkeiten erarbeitet und abgespeichert, worauf das Gehirn in Zukunft zugreifen kann. Die klinische und therapeutische Hypnose ermöglicht selbst in schwierigen Fällen echte und nachhaltige Veränderungen und gehört heute zu den modernsten und effizientesten Verfahren innerhalb der Hypnose.

Leitsätze dieser Therapierichtung:

- **Jeder Klient braucht seine eigene individuelle Behandlungsmethode**
- **Die Meinung des Therapeuten und seine Lösungen werden außen vorgelassen**
- **Es wird immer lösungsorientiert mit den Menschen gearbeitet**
- **Diese Art von Hypnose hat nichts mit Showbühnenhypnose zu tun**
- **Sie hat nichts mit Suggestionen zu tun (jemand redet auf den Hypnotisanden ein, während dieser irgendwo liegt)**

Da alle Verhaltensweisen und Gewohnheiten aus unseren unbewussten Hirnarealen stammen, sind die erfolgreichen Einsatzgebiete sehr weitreichend. Ängste und Panikattacken, gesunde Gewichtsreduzierung, Gedankenkreisen, Raucherentwöhnung, Kontrollverhalten, Erschöpfung, Schlafstörungen u.v.m. sind tägliche

Behandlungsthemen in den wenigen hoch qualifizierten Praxen. Der Reiz besteht in der Faszination der Veränderung, zu der jeder Mensch selber in der Lage ist, wenn er einen gezielten Weg ins Unterbewusstsein gezeigt bekommt. Genau dies sollte der Ansatz sein: „Den Menschen etwas beibringen, damit sie selber mehr Lebensqualität bekommen und nicht abhängig von unseren Methoden werden.“

Es darf hiermit wieder vielen Menschen mit dieser Art der Arbeit Hoffnung gemacht werden, denn die Rückmeldungen der Menschen zeigen, dass auch nach

vielen Jahren und dem Durchlaufen mehr oder weniger erfolgreicher anderer Therapien noch Vieles veränderbar ist.

Wenn Sie sich in Behandlung begeben möchten, so achten Sie bei möglichen Behandlern auf mehrjährige qualifizierte Ausbildungen. Fragen Sie nach dem therapeutischen und medizinischen Hintergrund der Therapeuten, welche mindestens einen Heilpraktiker für Psychotherapie haben sollten.

Nähere Informationen und Behandlungen gibt es bei:

**Sven Büdding, Kettelerstr. 1 - Kirmesplatz
(In den Räumen der Physiotherapie Robert Lanjouw),
46414 Rhede · Mobil: 0172 288 4002
E-Mail: info@svenbuedding.de
Weitere Infos unter www.svenbuedding.de**

Infoveranstaltungen zu Themen der klinischen Hypnose finden auch im Gesundheitszentrum LUDGERUSHOF Bocholt Spork statt. Ansprechpartner: Meinulf Brauckmann, Glockenstr. 6 , 46399 Bocholt, Tel. 02871 / 21765-63.