

Hypnosystemische Ansätze für Beratung, Therapie und Coaching III

Dipl. Psych. Regine Kaschub



Herzlich Willkommen

Schön, dass Sie da sind

**„Energy flows, where
attention goes.“**

Milton Erickson

Agenda

- **Von unerwünschtem zu erwünschtem Erleben**
- **VAKOG und die Nutzung von Repräsentationssysteme**
- **Lösungsorientierung bei gleichzeitiger Würdigung des Problems**
- **Assoziation und Identifikation mit dem Problem und Dissoziationstechniken**
- **Techniken zur Regulation von Gefühlen**

Wieviel systemische Vorerfahrung habe ich ?



Erkenntnisse vom letzten Workshop



Selbstfürsorge:

Was tut mir derzeit gut und wohin möchte ich meine Energie noch mehr lenken, um gut für mich zu sorgen.

Gruppenarbeit: 3 Personen jeder 5 Minuten



Theoretische Konzepte der „Hypnosystemik“ und ihre Anwendung im Umgang mit Menschen

KONSTRUKTIVISMUS
und die Subjektivität
der Wahrnehmung



- Erleben ist immer subjektiv von der Person selbstkonstruiert
- Perspektivenwechsel: verschiedene Perspektiven einnehmen
- Haltung des „Nicht-Wissens“ und der Neugier
- Augenhöhe und Wertschätzung

AUTOPOIESE
Selbstorganisation von
Prozessen und
Systemen



- Klient als Experte für seinen Prozesse
- Autonomie und Individualität achten
- *Keine Ratschläge erteilen, Lösungen des Klienten explorieren*
- *Hypothesen anbieten und auf Stimmigkeit prüfen lassen*

Theoretische Konzepte der „Hypnosystemik“ und ihre Anwendung im Umgang mit Menschen

AUFMERKSAMKEITS
FOKUSSIERUNG
erzeugt die Wirklichkeit



- Subjektives Erleben wird autonom erzeugt
- Wirklichkeit wird selbsthypnotisch erzeugt
- Trancephänomene nutzen

UNBEWUSSTE
UNWILLKÜRliche
PROZESSE



- Das Körperwissen und unwillkürliche Erlebnisprozesse nutzen

PLURALITÄT
DER
PERSÖNLICHKEIT



- Konzept der „inneren Anteile“
- Beobachterposition aufbauen

Erlebnisprozesse

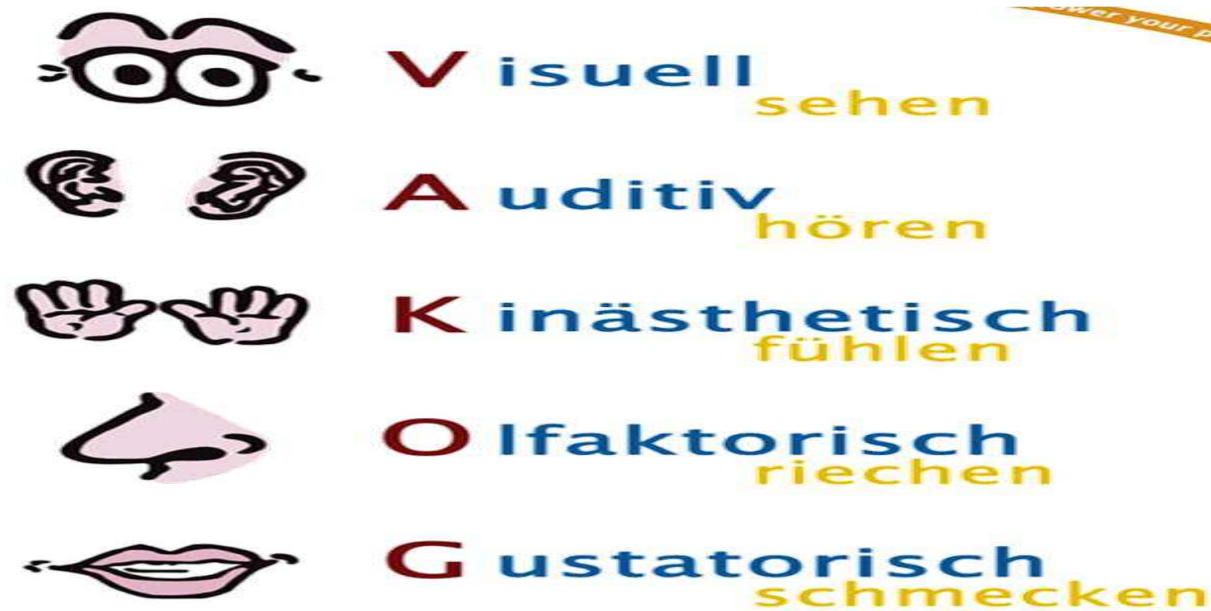
Innere Dialoge
Innere Stimmen
Glaubenssätze

Nähe
Distanz
Größe
Altersempfinden

Körperhaltung
Gestik
Mimik
Atmung

VAKOG

Wahrnehmungssysteme: VAKOG aus: Landsiedel Seminare

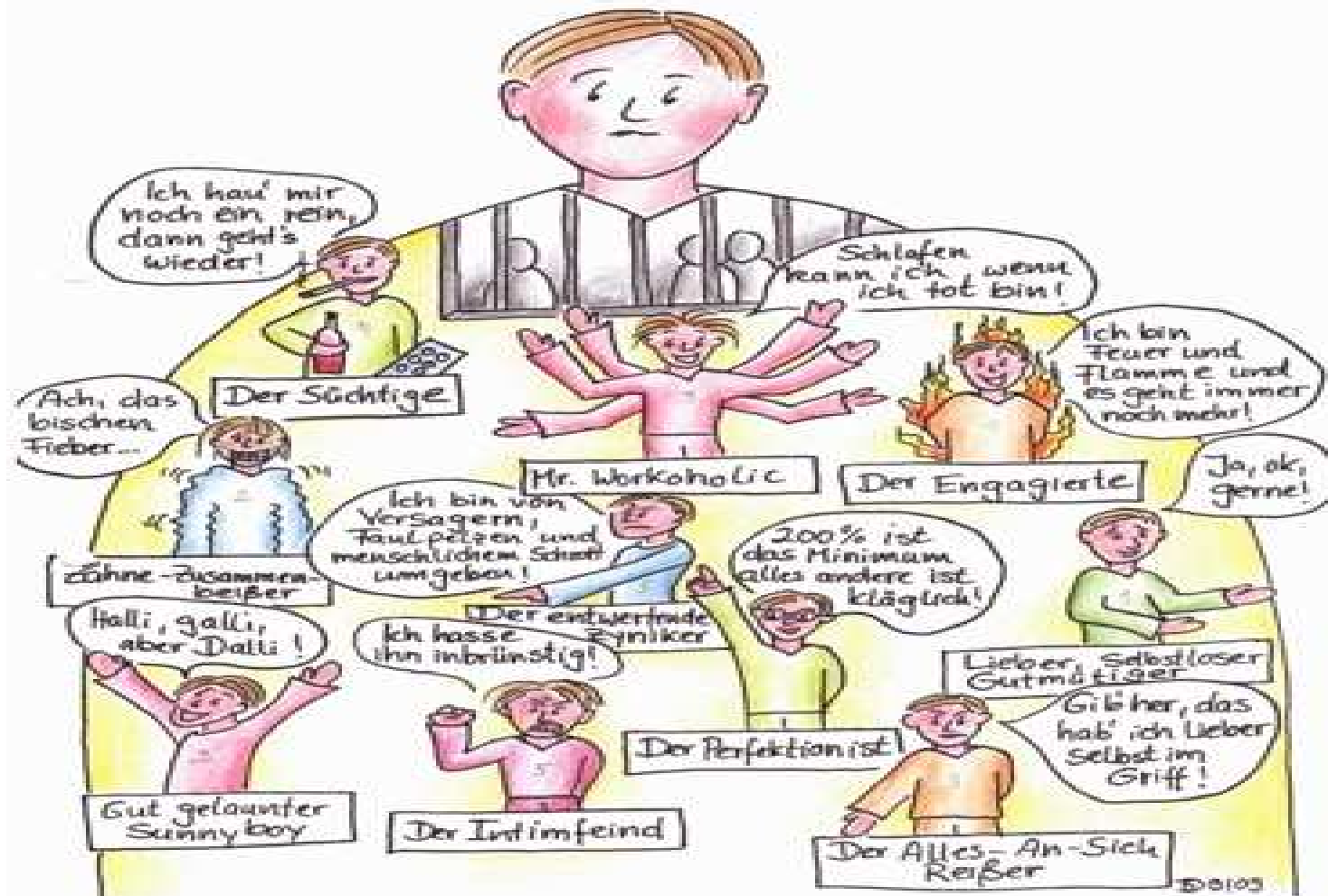


Klient mit der Vision: „Unter der Brücke“ und die „inneren Anteile“



Das Innere Team nach Schultz von Thun

Das Burnout-Dream-Team



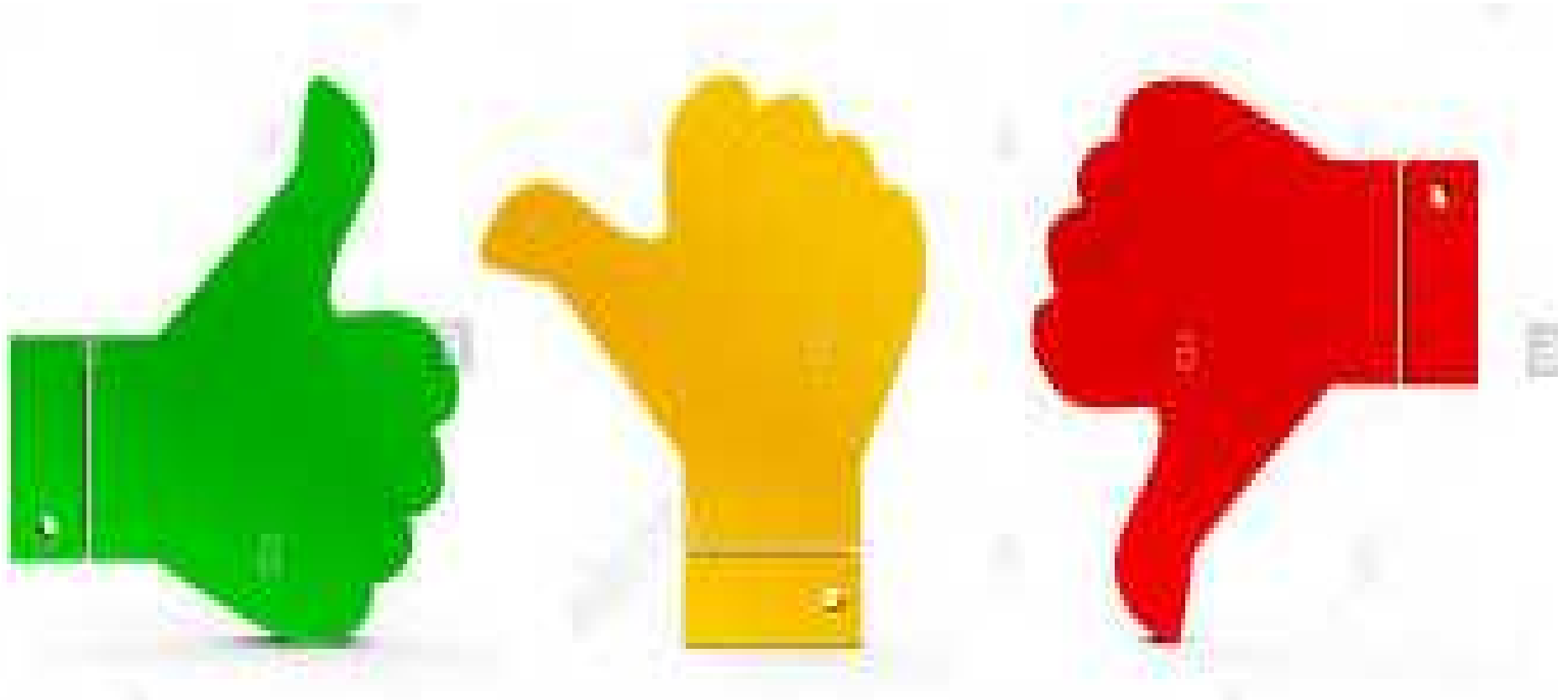
Der „kompetente Innere Anteil“ und die Beobachterposition



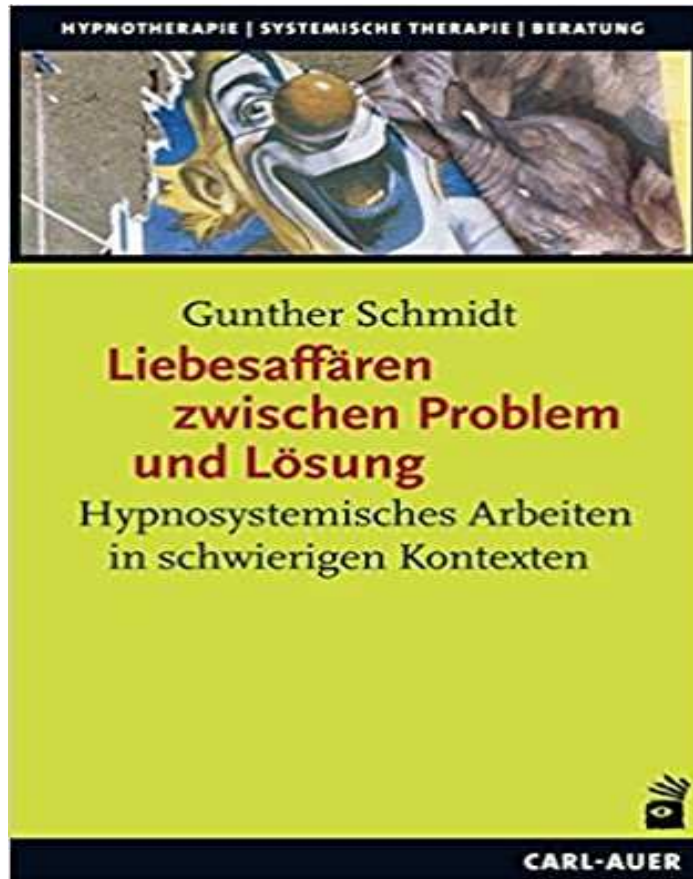
Abschlussstrance für eine gute Weiterreise



Feedback



Literatur



Irvin D. Yalom
Der Panama-Hut
oder Was einen guten
Therapeuten ausmacht

1515



Hypnosystemik in
Unternehmen:

Filme von Vimeo weiß
und orange: z.B.

“Augenhöhe
Wegbegleiter”

[https://vimeo.com/1577
24336](https://vimeo.com/157724336)

