

Moderne Formen der Hypnose:

Sanfte selbstorganisierende oder schnelle und radikale Hypnose?
Passt das ins Coaching?

Dr. Björn Migge, Porta Westfalica

zum Workshop:

Hypnose hat sich in vielen Anwendungsformaten (Hypnotherapie bei Rauchentwöhnung etc.) bewährt. Gleichwohl haftet ihr mitunter immer noch ein zwielichtiger Beigeschmack an, da mit ihr, befeuert durch Personenkult, gewisse Effekthascherei betrieben wird (Show- oder Straßenhypnose). Unkenntnis über die Wirkzusammenhänge führt zudem oft zu Angst oder verschrobene Vorstellungen von Hypnose.

Milton Erickson und Gunther Schmidt mit seiner systemischen Erweiterung ist es zu verdanken, dass Coaches in Deutschland Hypnose sehr sorgfältig und professionell einsetzen.

In diesem Workshop lernen wir – neben grundlegenden Orientierungen – auch eine Hypnosrichtung kennen, die in den USA viel genutzt wird und in Deutschland weniger verbreitet ist im Vergleich zum Ansatz von Erickson. Dieser Hypnosestil ist etwas direkter und arbeitet an Ursachen von Problemen (Regression Therapy / Radical Short-Term Hypnotherapy).

Folgende Themen werden wir zumindest ansatzweise diskutieren:

- Definition der Hypnose
- Das Unbewusste und das Bewusste
- Einordnung in Therapie und Coaching
- Ethik, Ausbildung, Potential, Gefahren
- Suggestionen: Aufbau, Sinn, Grenzen
- Texte und Skripte: Sanftes Zudecken aus der Konserve?
- Individuelle Metaphern, Stellvertreter und Geschichten
- Verhandeln innerer Teile in Hypnose
- Regressionsarbeit (Ursache in der Biografie finden und bearbeiten)
- Wo sehen wir die Grenze zum Format Therapie? (Diskussion)

Demonstration und praktische Übungen mit Freiwilligen

- Hypnose-Kompetenz oder Trance-Kompetenz erkunden
- Verschiedene Induktionsformen: In Hypnose gehen
- Ausdrucksformen der Hypnose: Trance, Katalepsie u. a.
- Arbeit an einem inneren Thema mit Handlevitation
- Kurze Regressionsarbeit

Zur Person:

Dr. med. Björn Migge, verheiratet, zwei Töchter. Studium Medizin, soziale Verhaltenswissenschaft und Philosophie. Oberarzt und Dozent UniSpital Zürich bis 2000. Seit 2004 hauptberuflich Coaching und Hypnose-Therapie. Autor von Lehrbüchern im Beltz-Verlag. Senior Coach im Deutschen Bundesverband Coaching (DBVC), Mitglied in der Milton-Erickson-Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.) und in der Deutschen Gesellschaft für ärztliche Hypnose und AT (DGäHAT).

Kontakt:

Dr. Björn Migge
Portastrasse 41
32457 Porta Westfalica
www.drmigge.de
bm@drmigge.de

Handout:

Nach dem Kongress finden Sie auf der Startseite von www.migge-hypnose.de ein PDF mit den Themen des Workshops und den Ergebnissen unserer Übungen und Diskussionen.

Verschwiegenheit:

Zu diesem Workshop melden sich bitte nur Personen an, die zusichern, dass sie das Erleben anderer Personen im Workshop vertraulich behandeln. Denn wenn einige Personen sich freiwillig melden, um in der Kürze der Zeit an ihren Anliegen zu arbeiten, braucht dies einen geschützten Rahmen. Das sprechen wir auch im Workshop noch einmal an.

Literatur:

Schule nach Milton Erickson:

Burkhard Peter: Einführung in die Hypnotherapie
Gunther Schmidt: Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung
Ghita Benaguid / Stefanie Schramm: Hypnotherapie

Andere Hypnoserichtungen in den USA:

Dave Elman: Hypnotherapy
Charles Tebbetts: Miracles on Demand: The Radical Short-Term Hypnotherapy
Roy Hunter & Bruce N. Eimer: The Art of Hypnotic Regression Therapy
Calvin D. Banyan & Gerald (Jerry) F. Kein: Hypnosis and Hypnotherapy: Basic to Advanced Techniques for the Professional
Gordon Emmerson: Ego State Therapy

Weitere Hinweise auf: <https://www.doktor-migge.de/hypnose-seminar-medizinstudierende/>