

**Agenda**

- Einführung  
„Was ist hypnosystemisch?“
- Methoden / Techniken für den aus der Problemtrance
- Zielklärung
- Ressourcen des Klienten heben
- Abschluss

Üben und erleben

SX

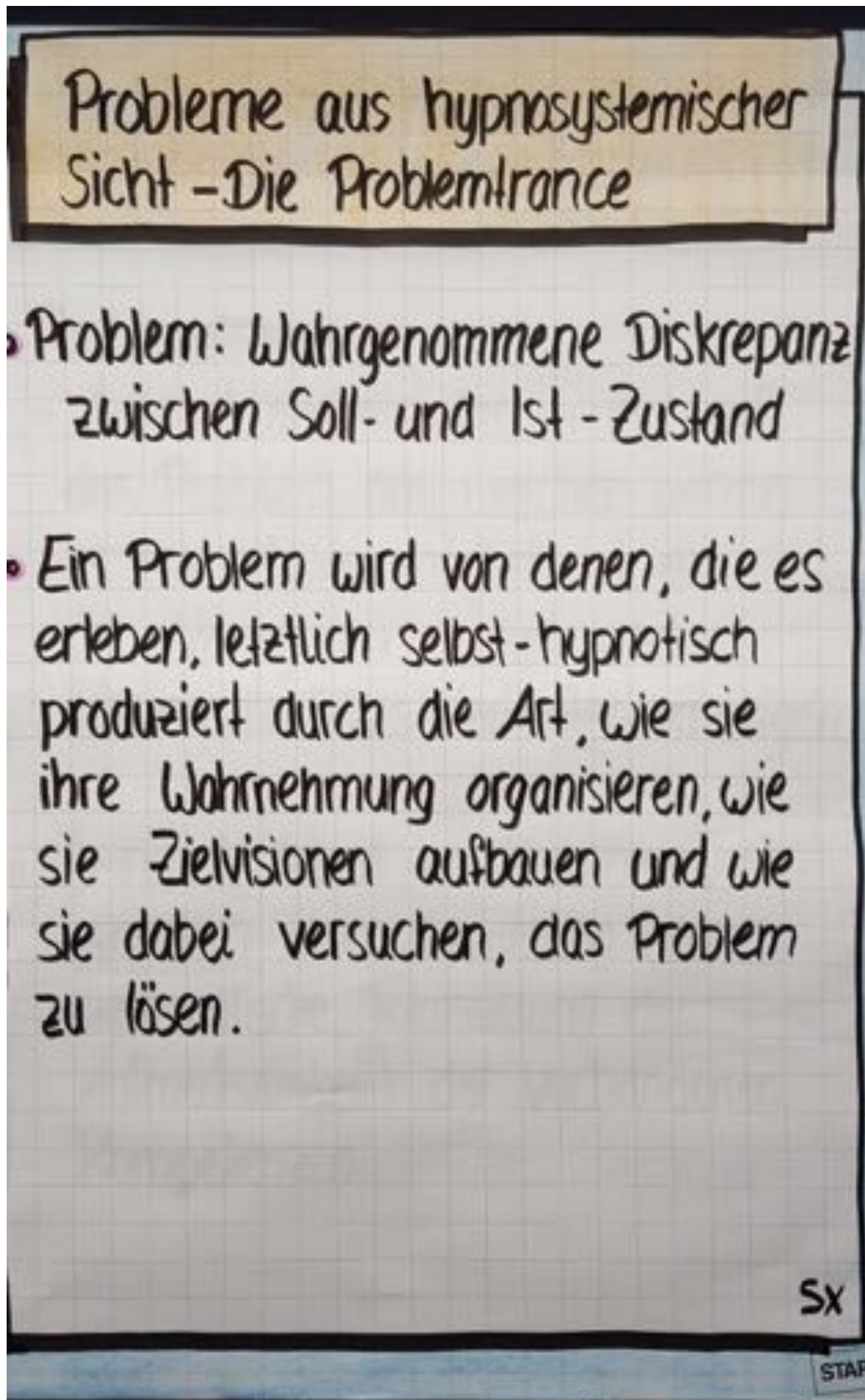
## Was ist hypnosystemisch?

- Kombination von Hypnotherapie nach Milton Erickson und den Erkenntnissen aus dem systemisch-konstruktivistischen Denken
- Unterscheidung und Integration von internalen und interaktionalen Erlebnisprozessen

Konstruktivismus, Kybernetik,  
Lösungsorientierung, Ressourcenorientierung,  
Unterschiedsbildung, Kontextberücksichtigung,  
Aufmerksamkeitsfokussierung,  
Willkürliche & unwillkürliche Prozesse,  
Arbeit auf allen Sinneskanälen

SX

STAP



## Probleme aus hypnosystemischer Sicht - Die Problemtrance

- Problemtrance  
= Aufmerksamkeitsfokussierung auf das Problem, aus welcher heraus es nur schwer möglich ist, an die Lösung zu denken und lösungsdienliches Verhalten zu zeigen
- ⇒ nicht Arbeit an Problemen, sondern eher Aktivierung (durch systematische Fokussierung der Aufmerksamkeit) der vorhandenen Kompetenzen

SX

**Methoden**  
Problemtrance => Lösungstrance

- Pacing & Leading
  - Andocken an den Klienten & anschl. Änderung der Aufmerksamkeitsfokussierung
- Zielklärung (anstatt ausführliche Problemanalyse)
- Fragetechniken
  - Ressourcenorientierung, Utilisation, Lösungsorientierung, Skalierungsfragen, etc.
- Arbeit auf unterschiedlichen, möglichst passenden Sinneskanälen
  - VAGOK (visuell, auditiv, gustatorisch, olfaktorisch, kinästhetisch)
- Arbeit mit Körperhaltungen (u. a. zur Zielklärung) SX

**Zielklärung**

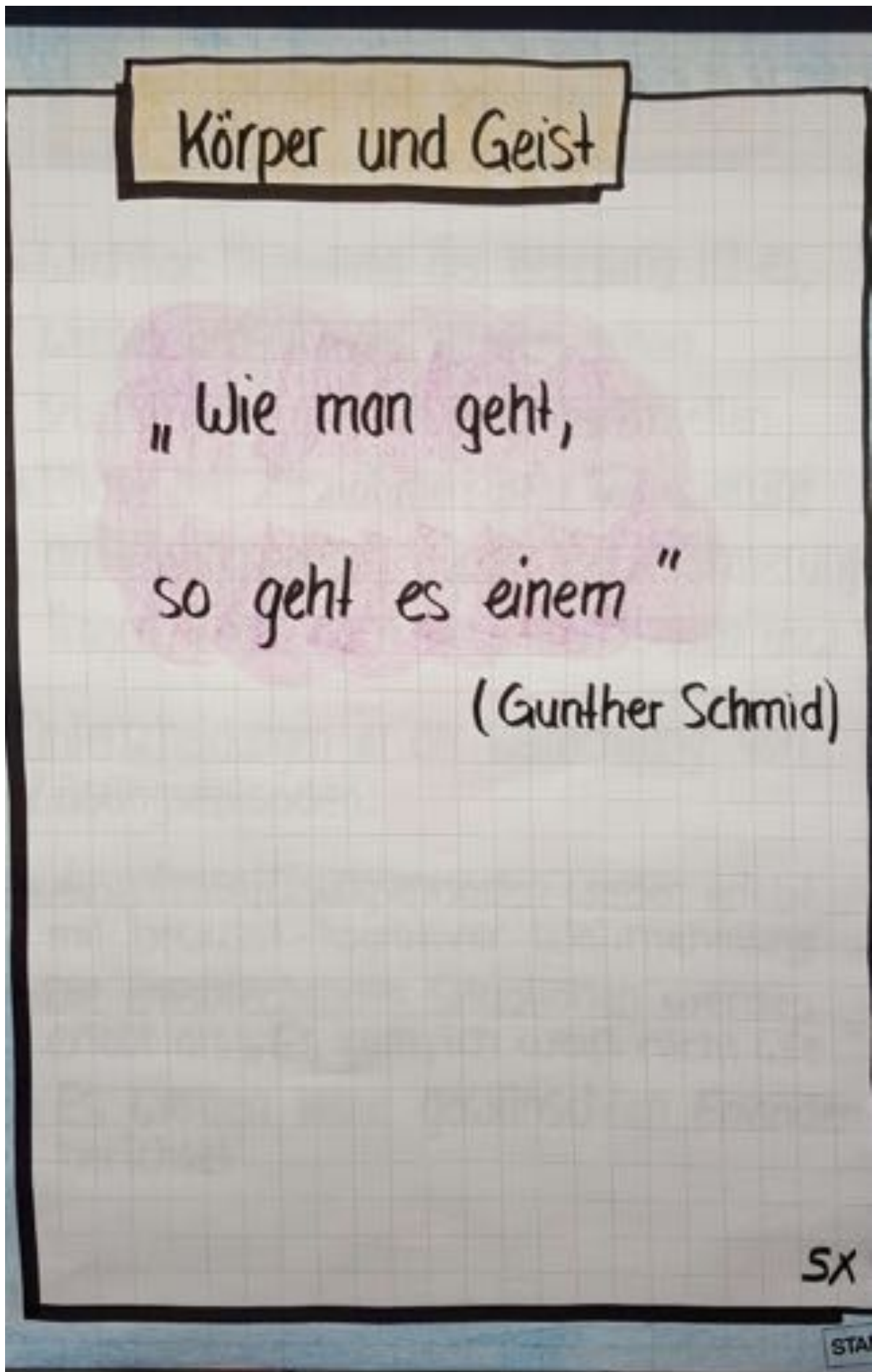
**Zielkriterien**

- Sinnlich konkret WAS DA IST  
(nicht, was dann weg ist)
- Was dann BEGINNT  
(nicht, was dann aufhört)
- Wie dies internal und  
interaktional festgestellt  
werden kann  
(Sinneskanäle, Zirkuläre Fragen etc.)

Zielklärung wird zur Imagination  
des Zielerlebens

SX

STAP





## Ressourcen des Klienten heben

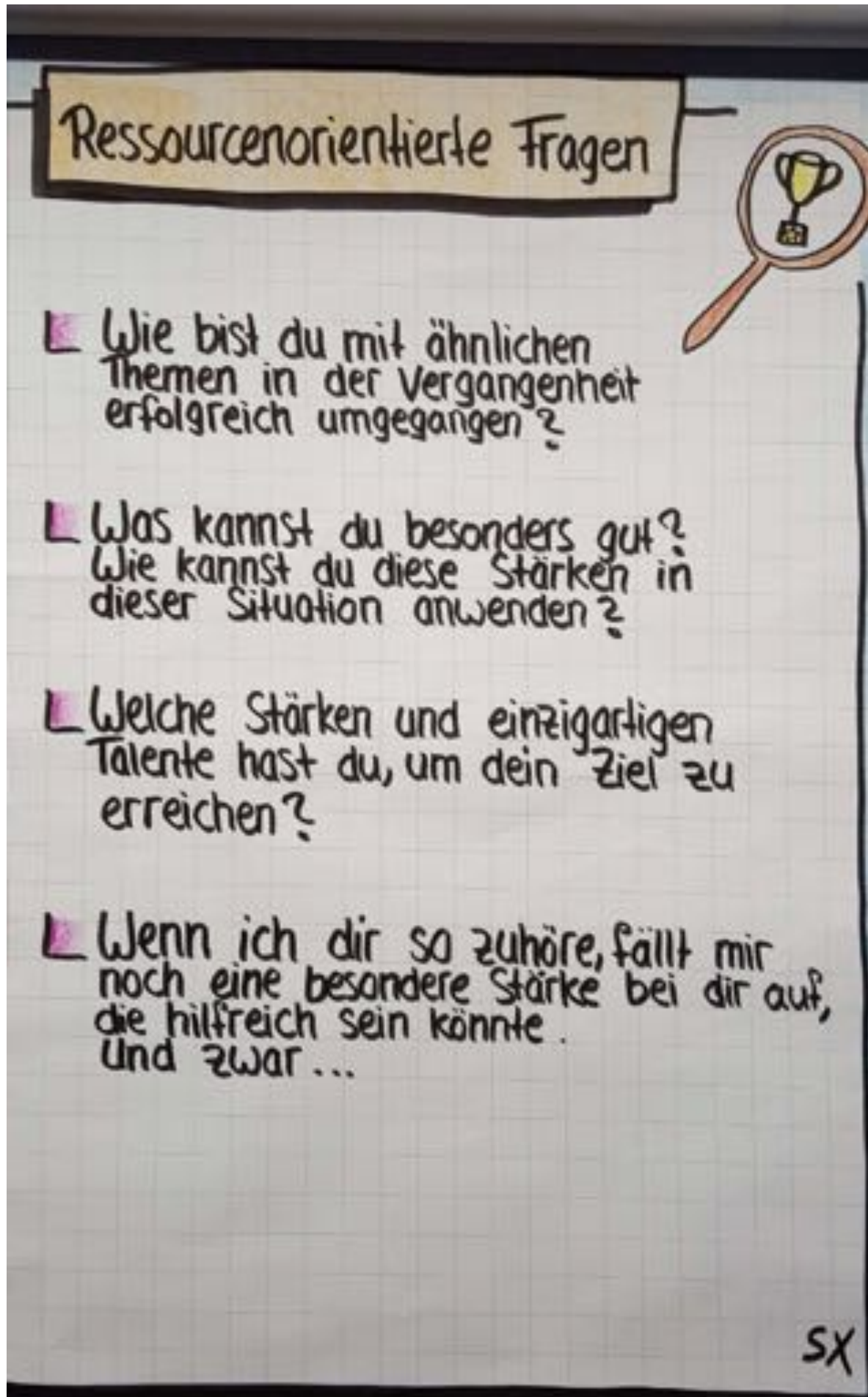
- Wichtige Bedeutung der Beratung ist es, wieder den Kontakt zu den schon vorhandenen Ressourcen herzustellen.
- Phase der Ausnahmen bzw. Fokussierung auf Lösungserleben durch bspw. Skalierungsfragen, Fragen nach Bewahrenswerten usw.

Unterscheidungen in der Betrachtung von Lösungsepisoden:

- Ausnahmen/Lösungsepisoden werden erlebt mit bewusst-kognitiver Wahrnehmung
- Die entsprechenden Situationen werden erlebt als „Es kam, ich weiß nicht wie...“
- Es werden keine gewünschten Episoden berichtet

SX

STAP



## Ressourcenorientierte Fragen

- Wie bist du mit ähnlichen Themen in der Vergangenheit erfolgreich umgegangen?
- Was kannst du besonders gut?  
Wie kannst du diese Stärken in dieser Situation anwenden?
- Welche Stärken und einzigartigen Talente hast du, um dein Ziel zu erreichen?
- Wenn ich dir so zuhöre, fällt mir noch eine besondere Stärke bei dir auf, die hilfreich sein könnte.  
Und zwar ...

SX

flipchart pad  
= 20 68x99 cm

Systemisches  
Tool Camp



Inhalte der zehn Bausteine

1. Auftragsklärung
2. Syst. Fragen I
3. Syst. Fragen II
4. Hypothesenbildung
5. Umdeutung, Reframing, Fokusveränderung
6. Genogrammarbeit
7. Aufstellungen
8. Glaubenssätze
9. Externalisierung
10. Rituale

» Systemische Methoden sicher anwenden, üben und reflektieren «

SX

STAPLES

## KONTAKT



**Sven Lübbers**  
Berater

system worx PartG  
Kanalstraße 7  
85774 Unterföhring

Büro: +49 89 374 195 93  
Fax: +49 89 381 64 282-9

E-Mail [sven.luebbers@system-worx.com](mailto:sven.luebbers@system-worx.com)