

BEISPIEL-SEITE

# SEMINARTEILNEHMER-HEFT



# „RESISTANCE EQUALS FEAR.“

GERALD F. KEIN

Liebe Reisende, lieber Reisender,

herzlich willkommen zum zweiten Abschnitt Deiner Reise in die Welt der Hypnose!

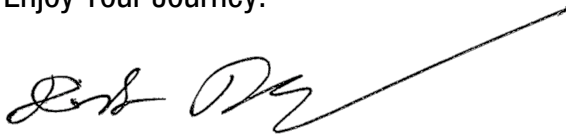
In diesem Seminar geht es unter anderem um die zahlreichen praktischen und konzeptuellen Aspekte einer vollständigen Sitzung. Eine der größten Fragen, die in Deiner Arbeit auftauchen wird, ist: Warum funktioniert bei einem Klienten alles so wunderbar, und bei einem anderen Klienten funktioniert scheinbar gar nichts richtig?

Der bekannte amerikanische Hypnose-Trainer Gerald Kein pflegt zu sagen: „Resistance equals fear“ – Widerstand bedeutet in Wirklichkeit Angst. Früher sagten Hypnotiseure gerne: „Der Klient widersteht mir“ – so als sei Hypnose ein Machtspiel. Mit dieser Einstellung ist man immer auf der Verliererseite, sobald der „Widerstand“ auftritt.

Du wirst großen Erfolg erleben, wenn Du die Ängste, die sich hinter dem Widerstand verbergen, erkennst und auflöst. Um das zu ermöglichen, benötigst Du schon vor der Hypnose guten Rapport. Wenn der Klient diesen Rapport nicht zulässt, dann steht auch hier eine Angst dahinter.

In diesen Tagen wirst Du lernen, viele Ängste zu identifizieren und aufzulösen. Erst danach kommen die erprobten Konzepte der Modularen Tiefenhypnose MTH® erfolgreich zum Einsatz.

Enjoy Your Journey.



# INHALT

|   |           |
|---|-----------|
| <b>ANMELDEFORMULAR .....</b>                            | <b>5</b>  |
| Joker-Fragen .....                                      | 6         |
| Muster-AGB .....  | 6         |
| <br>  |           |
| <b>DIE ERSTE SITZUNG.....</b>                           | <b>7</b>  |
| Emotionalen Rapport bauen.....                          | 8         |
| Die Wunder-Frage nach Steve de Shazer.....              | 8         |
| Erfassungsbogen Erstsitzung (allgemein).....            | 9         |
| <br>  |           |
| <b>DAS HYPNOPLUS® UNIVERSELLE KONZEPT .....</b>         | <b>10</b> |
| Spinning Emotions und Ressourcen.....                   | 10        |
| Ablauf .....  | 11        |
| <br>  |           |
| <b>SKRIPT: SELBSTBEWUSSTSEIN.....</b>                   | <b>15</b> |
| <br>  |           |
| <b>AUFBAU DER ÜBUNGSSITZUNG.....</b>                    | <b>17</b> |
| <br>  |           |
| <b>SUGGESTIONEN ENTWICKELN UND VERSTÄRKEN .....</b>     | <b>18</b> |
| Tipps und Tricks .....                                  | 18        |
| Suggestive Techniken .....                              | 19        |
| <br>  |           |
| <b>DAS UNIVERSALSKRIPT .....</b>                        | <b>20</b> |
| Wirkung .....   | 20        |
| Ablauf .....  | 20        |
| Skript.....   | 20        |
| <br>  |           |
| <b>SKRIPT-BEISPIELE.....</b>                            | <b>24</b> |
| Universalskript: Vorbereitung der Raucherentwöhnung.... | 24        |
| Universalskript: Gewichtsreduktion .....                | 28        |
| Die Schokoladenfabrik .....                             | 32        |
| Keine ungesunden Snacks .....                           | 35        |
| Öffentlich sprechen.....                                | 38        |
| Fingernägel kauen .....                                 | 43        |

|   |           |
|---|-----------|
| <b>DER DICKENS-PROZESS .....</b>                            | <b>45</b> |
| Erklärung .....   | 45        |
| Das Dilemma .....   | 46        |
| Die Lösung.....   | 47        |
| Vorsicht! .....   | 47        |
| <br>  |           |
| <b>RAUCHERENTWÖHNUNG .....</b>                              | <b>49</b> |
| Frei ohne Rauch® MINIMAL.....                               | 49        |
| Frei ohne Rauch® KOMPAKT .....                              | 54        |
| Frei ohne Rauch® PROFESSIONELL .....                        | 57        |
| Erfassungsbogen Frei ohne Rauch® .....                      | 61        |
| Kognitiver Wirkdialog .....                                 | 62        |
| <i>Wieso Abschreckung nicht funktioniert.....</i>           | <i>62</i> |
| <i>Ex-Raucher und freie Nichtraucher.....</i>               | <i>63</i> |
| <i>Warum „reduzieren“ nicht funktioniert .....</i>          | <i>64</i> |
| <i>Die Illusion des Gelegenheitsrauchers .....</i>          | <i>64</i> |
| <i>Der unbewusste Stress-Teufelskreis .....</i>             | <i>64</i> |
| <i>Wieso Abschreckung wirklich nicht funktioniert .....</i> | <i>66</i> |
| <i>Du bist nicht drogensüchtig! .....</i>                   | <i>67</i> |
| <i>Die Kosten des Rauchens – und des Aufhörens.....</i>     | <i>71</i> |
| <i>Die zeitliche Entwicklung eines Rauchers.....</i>        | <i>73</i> |
| <i>Lohnt es sich noch, jetzt aufzuhören? .....</i>          | <i>80</i> |
| <i>Wie Du nicht zunehmen wirst .....</i>                    | <i>81</i> |
| <i>Der Kreislauf des Rauchens .....</i>                     | <i>82</i> |
| Dickens-Prozess Raucherentwöhnung.....                      | 83        |
| Suggestionen (Skript).....                                  | 88        |
| Der Ballon .....  | 92        |
| Der Schalter.....   | 93        |
| Die Helferchen .....  | 94        |
| <br>  |           |
| <b>GEWICHTSREDUKTION .....</b>                              | <b>95</b> |
| Ablauf .....  | 95        |
| Erfassungsbogen Gewichtsreduktion.....                      | 98        |
| Dickens-Prozess Gewichtsreduktion.....                      | 100       |