

# Inhalt

<b>Einleitung .....</b>	<b>11</b>
 <b>1 Die »freie Assoziation« und ihre Entwicklung in der Psychotherapie .....</b>	<b>15</b>
1.1 Die freie Assoziation und ihr »Urvater« Sigmund Freud ..	16
1.2 Weitere Entwicklungen der Assoziationsarbeit durch C. G. Jung .....	22
1.3 Die Psychoanalyse der Gegenwart .....	25
1.3.1 Freies Assoziieren in der zeitgenössischen Psychoanalyse	26
1.3.2 Gleichschwebende Aufmerksamkeit .....	27
1.3.3 Das Verhältnis zwischen Psychoanalyse und der Hypnose heute .....	29
1.4 Freies Assoziieren in der tiefenpsychologischen Psychotherapie .....	30
1.5 Freies Assoziieren in nicht-psychodynamischen Psychotherapierichtungen .....	32
1.6 Freies Assoziieren in hypnotherapeutischen Verfahren ...	35
1.6.1 Hypnoanalyse .....	35
1.6.2 Assoziative Arbeit in der Hypnotherapie des 21. Jahrhunderts .....	36
1.7 Ist »freies Assoziieren in Hypnose« eine Form der Hypnoanalyse? .....	38
1.8 Definition der »freien Assoziation« im vorliegenden Buch .....	40
 <b>2 Die Rolle der therapeutischen Intuition .....</b>	<b>43</b>
2.1 Was versteht man unter »Intuition«? .....	44
2.2 Intuition als Werkzeug in der Psychotherapie .....	45
2.3 Wie lässt sich Intuition im Allgemeinen fördern? .....	46
2.4 Intuition von Patienten fördern .....	49
2.5 Die Rolle der Intuition bei der Arbeit mit freien Assoziationen .....	50

<b>3</b>	<b>Theoretische Grundlagen .....</b>	<b>52</b>
3.1	Grundannahmen und therapeutische Haltung.....	52
3.2	Mögliche Wirkmechanismen des freien Assoziierens in Hypnose .....	54
3.3	Indikationen und Kontraindikationen .....	56
3.4	Therapeutische Herausforderungen bei der Arbeit mit freien Assoziationen .....	58
3.5	Abreaktionen und Katharsis .....	59
3.6	Vorbereitung des Patienten .....	62
3.6.1	Aufklärung .....	62
3.6.2	Inneren sicheren Ort etablieren .....	64
<b>4</b>	<b>Praktische Grundlagen der freien Assoziation in Hypnose .....</b>	<b>65</b>
4.1	Geeignete Induktionsformen und Vertiefungen .....	65
4.2	Sprachmuster zur Förderung der freien Assoziation in Hypnose .....	67
4.3	Freies Assoziieren auf unterschiedlichen Ebenen anstoßen .....	70
4.4	Therapeutischer Umgang mit auftauchenden Assoziationen .....	74
4.4.1	Das Auftauchen von Assoziationen abwarten .....	75
4.4.2	Therapeutische Begleitung von freien Assoziationen .....	76
4.4.3	Mitteilung von eigenen Wahrnehmungen und Impulsen .....	80
4.4.4	Eingreifen und Steuern .....	81
4.5	Non-verbale Kommunikation und Ideomotorik .....	83
4.6	Kombination von freier Assoziationsarbeit mit anderen Interventionen .....	86
4.7	Strukturierter Ablauf .....	90
<b>5</b>	<b>Freies Assoziieren in Hypnose in der klinischen Praxis .....</b>	<b>92</b>
5.1	Mit freien Assoziationen zu Entspannung und Wohlfühlorten finden .....	92
5.2	Das Wahrnehmen von Bedürfnissen fördern .....	97
5.3	Arbeit an Leitsätzen und Grundannahmen .....	103
5.3.1	Leitsätze in formaler Trance frei assoziieren .....	104
5.3.2	Leitsätze mittels Visualisierung bearbeiten .....	106

5.4	Arbeit mit »inneren Kind«-Zuständen .....	110
5.5	Arbeit mit »inneren Blockaden« .....	117
5.6	Die Arbeit mit freien Assoziationen bei Ängsten .....	121
5.6.1	Konfrontatives Vorgehen .....	121
5.6.2	Ressourcenorientierte Arbeit bei Ängsten .....	124
5.7	Trauerbewältigung.....	126
5.8	Unerwünschte Verhaltensweisen .....	132
5.8.1	Umgang mit Essanfällen und Gewichtsreduktion .....	133
5.8.2	Raucherentwöhnung.....	135
5.9	Freies Assoziieren bei psychosomatischen Symptomen und körperbezogenen Ängsten .....	138
5.10	Freies Assoziieren bei somatischen Körpersymptomen ..	146
<b>6</b>	<b>Stolpersteine in der Arbeit mit freien Assoziationen .....</b>	<b>149</b>
6.1	Es stellen sich keinerlei Assoziationen ein.....	149
6.2	Umgang mit ungünstigen Assoziationen .....	151
6.3	Umgang mit ausgeprägten Abreaktionen und kathartischen Zuständen .....	156
6.4	Einbeziehen von Störelementen bei ungünstigen Settingbedingungen .....	159
<b>7</b>	<b>Freies Assoziieren in der psychologischen Beratung .....</b>	<b>163</b>
<b>8</b>	<b>Zusammenfassung und Fazit .....</b>	<b>170</b>
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>173</b>