

Inhalt

Einleitung	11
1 Die »freie Assoziation« und ihre Entwicklung in der Psychotherapie	15
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
2 Die Rolle der therapeutischen Intuition	43
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

3 Theoretische Grundlagen	52
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
4 Praktische Grundlagen der freien Assoziation in Hypnose	65
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
5 Freies Assoziieren in Hypnose in der klinischen Praxis	92
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
6	Stolpersteine in der Arbeit mit freien Assoziationen	149
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
7	Freies Assoziieren in der psychologischen Beratung	163
8	Zusammenfassung und Fazit	170
	Literaturverzeichnis	173