

# INHALT

## I. EINLEITUNG

1. Wozu hypnosystemische Seelsorge? –  
Was Hypnotherapie und systemische Therapie  
für die Seelsorge austragen ..... 7

## II. GRUNDLAGEN

2. Biografie und Therapie –  
Leben und Wirken von Milton Erickson ..... 13
3. Alles Kopf-Kino –  
Was ist eigentlich Hypnose? ..... 21
4. Alles ist möglich dem, der da glaubt –  
Die Kraft der Aufmerksamkeitsfokussierung ..... 34
5. Ein Häkelkurs für die Seele –  
Probleme trennen, Lösungen verknüpfen ..... 48
6. Alles neu gerahmt –  
Utilisation und Reframing ..... 60
7. Und er redete zu ihnen in Gleichnissen –  
Die Wirkung von Bildern, Metaphern und  
Geschichten ..... 66
8. Glaube, Hoffnung, Liebe –  
Was wirkt in Seelsorge und Therapie? ..... 73
9. Zu Risiken und Nebenwirkungen –  
Ethische Grundhaltungen in der  
hypnosystemischen Seelsorge ..... 79

### **III. PRAXIS**

<b>10. Was willst du, dass ich dir tun soll? – Von Aufträgen und Zielen .....</b>	<b>83</b>
<b>11. Und dann geschieht ein Wunder – Von der Kunst, die richtigen Fragen zu stellen .....</b>	<b>91</b>
<b>12. Wer Ohren hat zu hören, der höre – Hypnotische Sprachmuster und Mehrebenen- Kommunikation .....</b>	<b>98</b>
<b>13. Landschaften der Seele – Von Häusern, Dörfern, Rittern und Stürmen .....</b>	<b>109</b>
<b>14. Von Seilen, Steinen und Inseln – Die Arbeit mit Boden- und anderen Ankern .....</b>	<b>116</b>
<b>15. Der Hoffnung einen Platz geben – Das Spiel mit den Möglichkeiten .....</b>	<b>123</b>
<b>16. Grüßen Sie Ihre Seele – Kurzinterventionen in drei Sätzen .....</b>	<b>144</b>
<b>17. Das Schwere leichter machen – Vom Umgang mit Trauer, Trauma und Depression ....</b>	<b>148</b>
<b>18. In der Welt habt ihr Angst ... – Von Phobien und Zwängen .....</b>	<b>157</b>
<b>19. ... wie dich selbst! – Selbstfürsorge und Burnout-Prophylaxe .....</b>	<b>164</b>

## **IV. SCHLUSS**

<b>20. Von Dämonen und anderen Krankheiten – Entdeckungen in biblischen Texten .....</b>	<b>170</b>
<b>21. Bittet und euch wird gegeben – Beten in hypnosystemischer Perspektive.....</b>	<b>176</b>
<b>22. Fluch und Segen – Die Macht der Worte .....</b>	<b>181</b>
<b>23. Und was wirkt wirklich? – Nachwort von Stefan Hammel .....</b>	<b>185</b>

## **V. ANHANG**

<b>Kleines Glossar hypnosystemischer Grundbegriffe .....</b>	<b>191</b>
<b>Danksagung.....</b>	<b>200</b>
<b>Literatur- und Medienverzeichnis .....</b>	<b>201</b>