

Inhalt

Einleitung 7

Zwei Vorbemerkungen 7

Bedienungsanleitung 9

Ein paar Worte zum Warum und ein

Appetithäppchen 11

Frisch gewaschen 13

I Das therapeutische Erzählen 15

*Therapeutisches Erzählen: Wer, wie,
was, wieso, weshalb, warum?* 15

**Magische Momente für Kinder
und Jugendliche nutzbar
machen** 21

**Es ist einfach, aber nicht leicht: die
Macht der inneren Bilder** 22

*Ein paar Gedanken zur
Hypnotherapie* 24

Schönen Gruß von der
Hypnoschlange Kaa aus dem
Dschungelbuch 24

**Das Kino im Kopf oder: Ein Oscar
für Ihr inneres Filmteam** 27

Guck mal, wer da spricht 32

Embodiment 34

**Das berechenbar unbewusste Hirn
oder: Kekse, ich will Kekse** 35

2 Die Geschichten 37

Einleitung 37

Ängste und Selbstwert 39

Das Delfinschwein 39

Das Gießkannenprinzip 40

Schildkröten pflanzen 40

Die Verwechslung 42

Die Bienenheizung 47

Ansteckende Gesundheit 49

Der Grummelbauchbär 49

Der Taucher 52

Muggs, das neugierige

Murmeltier 54

<i>Mobbing und Schulunlust</i>	58	<i>Das Motschekiebchen</i>	77
<i>Das Eichhörnchen</i>	58	<i>Jetzt erst recht!</i>	78
<i>Fliege und Löwe</i>	59	<i>Seelenflug</i>	79
<i>Der Schulterkobold</i>	61	<i>Vom anderen Stern sein</i>	80
<i>Ich will so bleiben, wie ich bin</i>	62	<i>Der Ameisenplanet</i>	80
<i>Hefekucheneffekt</i>	64	<i>Das ph-f</i>	83
<i>Die Rennschildkröte</i>	65	<i>Die Bordmöwe</i>	84
<i>Die Kuscheldecke</i>	67	<i>Das Baumkrokodil</i>	86
<i>Verlust, Loslassen, Übergänge</i>	69	<i>Wut und andere Wichtel</i>	90
<i>Auch Krokodile können küsselfen</i>	69	<i>Der Geysir</i>	90
<i>Das Regal oder: Die unendliche Geschichte</i>	72	<i>Das Kriegsbeil verstecken</i>	91
<i>Der Geschichtenerzähler</i>	73	<i>Der gelassene Drache</i>	91
<i>Gewohnheitstier</i>	76	<i>Katzenkrallen</i>	94

3 Trance 96

<i>Der Tanz der Trancen oder: Wir hypnotisieren uns durch unseren Alltag</i>	96	<i>Beispiel für eine Tranceeinführung</i>	100
<i>Was passiert in einer Trance?</i>	97	<i>Beispiel für eine Tranceausleitung</i>	101
<i>Wie sag ich's meinem Kinde?</i>	98	<i>Tranceinduktionen für einen medizinischen Eingriff</i>	102

Anhang 115

<i>Alphabetisches Verzeichnis der Geschichten</i>	115	<i>Quellen und Literaturempfehlungen</i>	118
<i>Vorgeschlagene Indikationen</i>	116	<i>And my Dank goes to ...</i>	122