

Inhalt

| | |
|---|----|
| Einleitung | 9 |
| Hinweise für die bessere Lesbarkeit | 15 |

Teil 1: Vorbereitung

| | |
|---|----|
| Mysterium Hypnose – ein Modell, das auch wirklich funktioniert | 19 |
| Impromptu Hypnose | 28 |
| Bewusstsein, Unterbewusstsein und der kritische Faktor | 32 |
| Faszination Hypnose: aufklären und Ängste nehmen | 38 |
| Hypnotische Phänomene: Woran erkenne ich, dass jemand hypnotisiert ist? | 46 |
| Ein sicherer Kompass in jedem hypnotischen Prozess – die AUS-Formel | 56 |
| Das Geheimnis aller großen Hypnotiseure: die Intention ... | 59 |
| <i>Do it your Way</i> : Hypnose mit Anspruch und Verantwortung | 63 |
| Der sechsstufige Impromptu-Prozess | 67 |

Teil 2: Das Set-Up

| | |
|--|----|
| <i>Pre-Talk reloaded</i> – der hypnotische Kontext | 73 |
| Die Vorstellungskraft anfeuern: Konzentrationsübungen | 80 |
| Buch und Ballon | 85 |
| Magnetische Finger | 88 |
| Magnetische Hände | 90 |
| Steifer Arm | 93 |
| Klebende Hände | 95 |
| Fenster im Kopf | 98 |
| Die Konzentrationsübungen als eigenständige Induktion ... | 99 |

Teil 3: Rapid Inductions

| | |
|--|-----|
| Schnell, elegant und wirkungsvoll: <i>Rapid Inductions</i> | 105 |
| Elman-Induktion | 112 |
| Magnetische Hände | 118 |
| Auge-Hand-Fixation | 121 |
| <i>Handshake-Interrupt</i> | 125 |
| <i>Rehearsal</i> -Induktion | 130 |
| Acht-Wörter-Induktion | 135 |
| <i>Armpull</i> -Induktion | 139 |
| <i>Butterfly Fingers</i> | 143 |
| Steifer Arm | 147 |
| Dissoziierter Arm | 149 |
| Kreisende Hände | 153 |

Teil 4: In Hypnose – und jetzt?

| | |
|--|-----|
| <i>Down the Rabbit Hole</i> – Intensivierung | 159 |
| Den ganzen Weg nach unten – <i>Deepeners</i> | 164 |
| Suggestionen kunstvoll präsentieren | 173 |
| Die Supersuggestion | 186 |
| Hypnotische Phänomene: Hypnose »testen« | 188 |
| Der hypnotische Blitz | 201 |

Teil 5: Nach der Hypnose

| | |
|---|-----|
| Die Hypnose sicher ausleiten: das <i>Wake-Up</i> -Skript | 207 |
| Nach der Hypnose ist vor der Hypnose – abschließende Worte | 210 |
| Anmerkungen | 214 |