



DOLPHINPOWER® – SEMINARE

Hypnose und spirituelle Aus- und Weiterbildung

Checkliste - Habe ich es tatsächlich mit einem Hypnotiseur zu tun?

Nachdem ich 2002 begonnen habe Hypnotiseure auszubilden, haben sich unzählige Ausbildungsinstitute gegründet. Inzwischen ist der Markt völlig unübersichtlich geworden und nachdem es keinerlei Qualifikation bedarf und sich grundsätzlich jeder Hypnotiseur, Hypnosecoach oder mit einer Zulassung zur Behandlung von Krankheiten, sogar Hypnosetherapeut nennen und grundsätzlich auch jeder ausbilden darf, ist es für einen Außenstehenden kaum mehr möglich, die Qualifikation zu überprüfen. Auch eine Zulassung als Arzt oder Heilpraktiker stellt keinerlei Qualitätskriterium dar, da das Wissen über Hypnose keineswegs überprüft wird.

Inzwischen gibt es so viele Ausbildungen, die zwar „Hypnose“ im Namen haben, mit echter, klassischer Hypnose jedoch gar nichts mehr zu tun haben, dass sogar die Auszubildenden der Meinung sind, sie seien Hypnotiseure, wobei sie jedoch oft nur Entspannungstechniken anbieten.

Echte, klassische Hypnose erreicht oft sehr tiefe Trancezustände und ist extrem effektiv. Ob sie nun bei einem Hypnotiseur sind, der wirklich Ahnung von der ursprünglichen Technik hat, oder bei einem Menschen, der der Meinung ist, er wäre Hypnotiseur, jedoch nur Techniken verwendet, die eher als autogenes Training anzusehen sind, können sie mit ein paar Fragen schnell klären:

Wie nennt sich die Technik, die sie verwenden? Ist diese Technik direkt, oder indirekt?

Vorsicht bei „moderne Hypnose“, „klinische Hypnosetherapie“ oder alles was mit „Erickson-Technik“ oder „nach Erickson“ zu tun hat. Das sind in der Regel indirekte Techniken, die nur noch sehr, sehr wenig mit ursprünglicher Hypnose zu tun haben. Die ursprüngliche, klassische Hypnose, arbeitet mit direkten Suggestionen, wird jedoch häufig als zu autoritär abgelehnt. Vorsicht auch, wenn es eine „anti-autoritäre Hypnose“ sein soll. Das Unterbewusstsein benötigt klare, eindeutige Ansagen, ebenso wie ein Computer. Milton Erickson selbst hat auch mit direkter Hypnose gearbeitet. Das, was heute unter seinem Namen angeboten wird, hat in der Regel nichts mit ihm zu tun, außer dem berühmten Namen.

Ist es möglich, dass ich in Hypnose Dinge durchführe, die gegen meinen ursprünglichen Willen sind?

Sollte die Antwort lauten, dass es völlig unmöglich ist, sollten sie sofort den Rückzug antreten. Der Hypnotiseur hat entweder keine Ahnung und glaubt es selbst, oder er lügt bewusst. In tiefer Hypnose sind sehr wohl Dinge möglich, die dem bewussten Willen zuwider laufen, sofern man mit Halluzinationen z.B. arbeitet. Das bedeutet nicht, dass ein



DOLPHINPOWER® – SEMINARE

Hypnose und spirituelle Aus- und Weiterbildung

Hypnotiseur das tut! Jeder Chirurg kann Schaden anrichten und klärt entsprechend auf und eine bewusste Schädigung ist nahezu ausgeschlossen. Ebenso ist es bei der Hypnose. Nur die Möglichkeit eines schädlichen Verhaltens impliziert noch lange nicht, dass es auch durchgeführt wird. Hypnose ist Vertrauenssache und ein ordentlicher Hypnotiseur wird sie auf Nachfrage gerne aufklären, dass Hypnose ein sehr wirksames Werkzeug ist, dass natürlich auch missbraucht werden könnte. Doch ist es gerade diese hohe Wirksamkeit, die Hypnose zu einem nahezu perfekten Werkzeug macht.

Kann das Unterbewusstsein Begriffe wie „nein“ und „nicht“ oder andere Negationen verarbeiten?

Wer diese Frage verneint, plappert leider nur eine relativ neue und auch völlig falsche Lehrmeinung nach, die inzwischen auch wieder relativiert wird. Das Unterbewusstsein kann sehr wohl Negationen problemlos verarbeiten. Hypnotiseure, die der Lehrmeinung folgen, dass das Unterbewusstsein das angeblich nicht kann, sind nicht mehr in der Lage, frei zu sprechen. Versuchen sie einmal, eine Stunde frei zu reden, ohne die Worte „nein“, „nicht“, oder andere Negationen zu verwenden. Es ist problemlos möglich, zu beweisen, dass das Unterbewusstsein diese Negationen verarbeitet. Man muss es einfach nur ausprobieren. Hinzu kommt, dass in keinem älteren Lehrbuch der Hypnose diese Meinung vertreten wird. Der „Beweis“, der häufig angetreten wird: „Denken sie jetzt nicht an einen rosa Elefanten“ (oder ähnlich) ist absurd. Diese Kommunikation erfolgt mit dem Wachbewusstsein und nicht mit dem Unterbewusstsein. Zudem wird auch durchgehend gelehrt, wie man das Unterbewusstsein mittels Fingerbewegungen befragen kann und dieses dann mit „ja“ oder „nein“, also einer Antwort, die es angeblich ja gar nicht kennt, antwortet.

Arbeiten sie aufdeckend oder überdeckend?

Um Probleme nachhaltig zu lösen, ist es notwendig aufdeckend zu arbeiten. Das bedeutet, dass man die eigentliche Ursache des Problems (oder der Krankheit, etc.) herausfinden muss um dann den Blickwinkel auf die Ursache zu ändern. Um überhaupt aufdeckend arbeiten zu können, ist es notwendig, dass man die Kommunikation mit dem Unterbewusstsein und Rückführungen im jetzigen und in frühere Leben beherrscht. Keinesfalls funktioniert das mit dem Ablesen fertiger Skripte, was sehr häufig praktiziert wird.

Lesen sie in der Hypnose von fertigen Skripten ab?

Wer der oft noch herrschenden Lehrmeinung folgt, dass das Unterbewusstsein keine Negationen verarbeiten kann, ist darauf angewiesen, von vorgefertigten Skripten abzulesen, da es nahezu unmöglich ist, in diesem Fall frei zu reden. Doch auch sonst wird häufig auf fertige Texte zurückgegriffen, insbesondere wenn der Hypnotiseur keine oder nur wenig Erfahrung hat. Prinzipiell ist der Hypnotiseur in diesem Fall nicht besser als eine fertige Hypnose-CD (MP3), die auf eine große Masse zugeschnitten ist, jedoch niemals individuell



DOLPHINPOWER® – SEMINARE

Hypnose und spirituelle Aus- und Weiterbildung

sein kann. Das mag prinzipiell bei einer Raucherentwöhnung funktionieren oder auch bei anderen leichten Problemen, jedoch ist für eine dauerhafte Problemlösung oder gar Heilung die Aufdeckung und Behandlung der eigentlichen Ursache notwendig. Das kann ein vorgefertigter Text nicht leisten. Außerdem ist es dann wesentlich billiger, sich eine fertige Hypnosesitzung eines guten Hypnotiseurs aus dem Internet herunter zu laden, anstatt 80, 120 € oder mehr für eine Vorlesestunde oder gar Märchenstunde zu bezahlen.

Wie viele Sitzungen werden benötigt um mein Problem zu lösen?

Wenn sie als Antwort zu hören bekommen „Wir benötigen MINDESTENS xx Sitzungen“, sollten sie sich gut überlegen, ob der Hypnotiseur der Richtige ist. Grundsätzlich können viele Probleme in einer Sitzung gelöst werden. Man kann es im Voraus nur sehr schlecht beurteilen. Eine, zwei oder drei Sitzungen sind je nach Problem vertretbar. Wenn jedoch vorher schon gesagt wird, dass mindestens xx Sitzungen benötigt werden, ist das bereits eine Suggestion und es wird verhindert, dass eine Lösung bereits nach einer Sitzung möglich ist. Es hilft nur dem Geldbeutel des Hypnotiseurs. Solche Aussagen halte ich für unseriös. Das bedeutet nicht, dass auch einmal 15 oder mehr Sitzungen nötig sind, wenn es um multiple Probleme geht, bei denen man erst nach und nach auf den Punkt kommt (wie Zwiebelschalen abschälen). Ein einzelnes Problem sollte jedoch, wenn es nicht andere Probleme als Ursache hat, schnell gelöst werden. Das kann erst ein Vorgespräch und evtl. eine erste Hypnosesitzung klären.

Werden oder wurden sie im Vorbereitungsgespräch auf mögliche Gefahren hingewiesen?

Hypnose ist, richtig durchgeführt, grundsätzlich relativ ungefährlich. Jedoch gibt es Ausnahmen, in denen eine Hypnose kontraproduktiv oder auch gefährlich werden kann. Hierzu gehören zum Beispiel die Einnahme von Beruhigungsmitteln (z.B. Benzodiazepam). Diese können in Verbindung mit Hypnose zum Atemstillstand führen. Auch sind sehr niedriger Blutdruck oder manche Herzkrankheiten Ausschlusskriterien. Das Selbe gilt für manche psychiatrische Krankheitsbilder. Ein verantwortungsbewusster Hypnotiseur sollte sie vor der Hypnose darauf hinweisen, bzw. derartige Dinge abfragen um sich und sie nicht in Schwierigkeiten zu bringen.

Die Einnahme von Antidepressiva wird die Hypnose in vielen Fällen verhindern. In diesem Fall würden sie die Sitzung umsonst bezahlen. Auch das sollte vorher geklärt werden.

Wenn sie bereits hypnotisiert wurden, wurde die Hypnoseauflösung ordentlich durchgeführt?

Sehr oft erlebe ich entweder gar keine, oder nur eine unzureichende Beendigung der Hypnose. Folgendes sollte eine ordentliche Hypnoseauflösung unbedingt enthalten:



DOLPHINPOWER® – SEMINARE

Hypnose und spirituelle Aus- und Weiterbildung

- Wurden Puls und Blutdruck angesprochen? Durch Hypnose werden Puls und Blutdruck gesenkt. Dies muss rückgängig gemacht werden, damit es nicht zu Beschwerden wie Schwindel und Kopfschmerzen kommt.
- Wurde der Einfluss des Hypnotiseurs genommen? Wenn das nicht geschieht, hat der Hypnotiseur grundsätzlich auch weiterhin einen Einfluss auf das Unterbewusstsein.
- Haben sie die Worte (sinngemäß) „Du bist wieder im Hier und Jetzt“ gehört? Das ist kompletter Unsinn und kann vom Unterbewusstsein, wie ich es bereits live erlebt habe, falsch interpretiert werden, was zu massiven Beschwerden nach der Hypnose geführt hat. „Du bist wieder hellwach“ wäre am Ende der Hypnoseauflösung hingegen problemlos. Wichtig ist, dass die Aussagen auch grammatikalisch richtig sind, da das Unterbewusstsein wortwörtlich interpretiert und Unsinn häufig in Unsinn umsetzt.

Sind oder waren sie nach der Hypnosesitzung der Meinung, dass sie gar nicht hypnotisiert waren?

Zunächst einmal ist eine Hypnose keine Narkose! Grundsätzlich werden sie alles bewusst mitbekommen, auch mit eingeschränktem Bewusstsein. Wenn eine Erinnerungslücke auftritt, wie es in der tiefen Trance normal ist, kann der Hypnotiseur die Erinnerung wieder geben, bzw. sie können sich an die Erinnerungslücke nicht erinnern. Ein Zeichen, dass sie in Hypnose waren, ist zum Beispiel, dass viel mehr Zeit vergangen ist, als es ihnen bewusst war/ist. Der Hypnotiseur hat jedoch grundsätzlich Möglichkeiten, ihnen die Hypnose zu belegen. Das kann zum Beispiel durch eine Armlevitation und -katalepsie erfolgen (der Arm steigt von alleine nach oben und wird für kurze Zeit versteift, was ihnen bewusst gezeigt wird). Es gibt auch andere Möglichkeiten, ihnen die Hypnose zu belegen. Grundsätzlich macht es auch nur wenig Sinn, Suggestionen zu geben, wenn kein annehmbarer Hypnosezustand eingetreten ist. Wenn der „Hypnotiseur“ nicht in der Lage ist, den Hypnosezustand mit Tests zu belegen, sollten sie vorsichtig sein!

Vielleicht konnte ich Ihnen bei der Auswahl des passenden Hypnotiseurs etwas weiter helfen. Vielleicht sind sie aber auch selbst Hypnotiseur und haben sich in dem Einen oder Anderen wieder erkannt. Dann sollten sie einmal darüber nachdenken, ob sie wirklich die passende Ausbildung genossen haben und ob es nicht sinnvoll wäre, sich etwas weiter zu bilden an passender Stelle. Es geht um Ihre Probanden und um ihren Erfolg, nicht um Geld und es geht nicht darum, alles ins Lächerliche zu ziehen, nur weil sie sich in einer großen, leider immer größer werdenden Gruppe befinden, die nicht über das Erlernte nachdenkt.

Was mich zu solchen Aussagen qualifiziert? Ich befasse mich seit über 40 Jahren mit Hypnose, habe 15 Jahre lang Bühnenhypnose durchgeführt, habe zusammen mit einem Arzt Hypnosetherapie durchgeführt, Hypnoseforschung betrieben und bilde seit 2002 Menschen



DOLPHINPOWER® – SEMINARE

Hypnose und spirituelle Aus- und Weiterbildung

in Hypnose aus, wobei ausschließlich meine praktische Erfahrung nach tausenden Hypnosen einfließt.



Ihr

Wolfgang Künzel