

3 Hypnosystemische Tagung in Zürich 19.-21.06.2015 www.hypnosystemische-tagung.ch

Abstract – Vortrag und Workshop

Dr. med. Dipl. rer. pol. Gunther Schmidt Milton-Erickson-Institut Heidelberg

Dr. med. Dipl.-Volkswirt Gunther Schmidt, Facharzt für psychosomatische Medizin u. Psychotherapie, Ärztlicher Direktor der SysTelios-Privatklinik für psychosomatische Gesundheitsentwicklung in D-69483 Waldmichelbach-Siedelsbrunn, Leiter des Milton-Erickson-Institut Heidelberg. Träger des Life Achievement Awards 2011 der deutschen Weiterbildungsbranche www.life-achievement-award.de und des MEG-Preises 2014 www.meg-hypnose.de/ueber-uns/meg-preisverleihungen.html

Begründer des hypnosystemischen Ansatzes für Kompetenz- Aktivierung und Lösungsentwicklung in Therapie/ Beratung/ Coaching/ Team- und Organisationsentwicklung, Lehrtherapeut des Helm Stierlin Instituts für systemische Therapie/ Beratung, Ausbilder u. langjähriger 2. Vorsitzender der Milton-Erickson-Gesellschaft (MEG), Mitbegründer und Senior Coach des Deutschen Bundesverbands Coaching (DBVC). Internationale Lehr- und Beratungs-Tätigkeit. Autor zahlreicher Fachpublikationen (Bücher, Fachartikel, Audio- und Video-Publikationen).

Website: www.meihei.de

Kontakt: office@meihei.de

Vortrag

Geborgen im Ungewissen mit Kraft gebender Endlichkeit - hypnosystemische Strategien für die Schöpfung erfüllender Zukünfte.

In Zeiten der Globalisierung, häufiger politischer und sonstiger Krisen, sehr schnell wachsender Innovationsdynamik, mit vielfachem Umstrukturierungsdruck etc. erleben viele Menschen starke Verunsicherung, und bisher Orientierung gebendes Wissen ebenso wie vertraute Positionen (beruflich und privat) erscheinen bedroht und entwertet. So ist es kein Wunder, dass z.B. die Zahl von Burnout-Entwicklungen und psychischen «Erkrankungen» dramatisch zugenommen hat.

Die Betroffenen erleben die damit einhergehenden Ängste, Krisen-Stress, Entscheidungs-«Unvermögen», Prokrastination («Aufschieberitis»), Schlafprobleme u. ähnliches, meist als Ergebnis solcher äusseren Situationsbedingungen. Da sie aber erleben, dass sie diese Faktoren meist nicht selbst in gewünschter Weise gestalten können, erleben sie sich noch mehr ausgeliefert, was wieder die Problemreaktionen verstärkt.

Im Vortrag wird gezeigt, wie man mit hypnosystemischen Strategien mit Flexibilität, Kompetenz und Kraft in erfüllender Weise mit den immer ungewiss bleibenden Situationen elegant «surfen» kann, dabei mit Überblick auch in diesen komplexen Situationen zielführend handeln kann und dabei mit Würde die eigene Endlichkeit für bereichernde Sinn-Erfahrungen nutzen kann. Es wird auch gezeigt, wie man sich selbst ungewollt in Problem-Trance-Prozesse hypnotisieren kann und wie man dies wieder erfolgreich auflösen kann.

Workshop

Der Organismus als Gesamtkunstwerk im systemischen Raum - Hypnosystemik mit allen Sinnen für gewünschte Wirklichkeiten und die Lösungstransformation von Symptomen

Beschwerden/ Symptome werden meist zunächst auf vorsprachlicher Ebene (durch als unangenehm erlebte «somatische Marker») signalisiert bzw. wahrgenommen. Dann werden sie fast immer abgewertet und oft auch bekämpft, was die Probleme längerfristig meist verstärkt. Denn gegen diese Signale, die ja aus dem immer schnelleren und stärkeren Bereich unwillkürlichen Erlebens kommen, verliert das bewusste willentliche Ich und wird so zum Opfer.

Hypnosystemisch können sie aber verstanden und übersetzt werden als kluge, kompetente Feedback-Informationen des Organismus aus seinem unbewussten, unwillkürlichen Wissen darüber, was den Betroffenen fehlt und was er braucht. Dies zeigt er praktisch immer auch nonverbalen Signalen.

Gezeigt wird insbesondere, wie man auch willentlich gezielt den ganzen Körper mit allen Sinnen- also nicht nur mit Imaginationen (z.B. mit vielen nonverbalen, ideomotorischen, auditiven, visuellen u.a.)

- a) für die Übersetzung von Beschwerden in kluges Wissen für Gesundheit nutzen kann, die leidvolle bisherige Dynamik unterbrechen und konstruktiv transformieren kann,
- b) wie man bisher unbewusste Lösungs-Kompetenzen auffinden und wirksam re-aktivieren und für die Aktivierung von Lösungserleben nutzen kann und
- c) wie man bisherige Problem-Auslösereize (von aussen und von innen) so mit Lösungskompetenzen vernetzen kann, dass sie als «Lösungswecker» utlisiert werden können,

dass willentliche und unwillkürliche Prozesse als optimales «Symphonie-Orchester» quasi wie ein Gesamtkunstwerk wirken können für heilsame Kooperation zwischen Kognition und Intuition und Körper.

Gezeigt wird auch, wie durch spezifische Körper-orientierte Priming-Interventionen auch Menschen geholfen werden kann, die sich mit üblichen hypnotherapeutischen Strategien (z.B. Imaginationen, Entspannungsverfahren etc.) oft schwer tun und wie auch für sie der ganze Körper als kontinuierlicher «Erinnerungshelfer» für die Induktion der Lösungsprozesse überall im Alltag genutzt werden kann (der ganze Alltag als «selbsthypnotisches Feld»).