

Was ist Hypnosepsychotherapie?

“Psychotherapie ist ein eigenständiges Heilverfahren im Gesundheitsbereich für die Behandlung von psychischen, psychosozialen oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen.”

“Hypnosepsychotherapie ist ein tiefenpsychologisches Psychotherapieverfahren, in dem die Trancefähigkeit des Menschen zu Heilungszwecken genutzt wird.”

“Bei der Hypnosepsychotherapie handelt es sich um eine in Österreich wissenschaftlich anerkannte methodenspezifische Ausrichtung, die Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten vorbehalten ist.

Im Bereich der Psychotherapie zählt die wissenschaftliche methodenspezifische Ausrichtung der Hypnosepsychotherapie zu den sogenannten suggestiven Verfahren und Methoden der Trancearbeit.

Zentrales Konzept der auch auf tiefenpsychologische Grundlagen zurückgehenden Hypnosepsychotherapie ist die Annahme, dass der veränderte Bewusstseinszustand einen erleichterten Zugang zu unbewussten und primärprozesshaften Vorgängen schafft.

Hypnotische Trance in verschiedenen Tiefengraden eröffnet vielfältige therapeutische Möglichkeiten. Die Patientin oder der Patient kann beispielsweise mit unbewussten Persönlichkeitsteilen in Dialog treten, innere Ruhe und Kraft sammeln und diese für bestimmte Situationen verfügbar machen, in Hypnose zu einem Problem oder einer Frage träumen und diesen Traum mit Berufsangehörigen der Psychotherapie analysieren oder in Trance Vorstellungen über die Zukunft entwerfen und daraus Perspektiven für die Gegenwart ableiten.

Diese wissenschaftlich fundierte Hypnosepsychotherapie ist strikt zu unterscheiden von nicht therapeutischer Hypnose, wie sie beispielsweise in Shows durch Hypnotiseurinnen und Hypnotiseure vorgeführt, zum scheinbaren Willensverlust der hypnotisierten Personen führt, oder von jenen Hypnoseangeboten, die als erlernte Techniken angewandt werden. Studien zu Wirksamkeit und Wirkungsweise liegen nur im Hinblick auf die wissenschaftlich anerkannte Hypnosepsychotherapie vor.”

What is Hypnotherapy?

“Psychotherapy is an independent healing method in the health sector for the treatment of psychological, psychosocial or psychosomatic behavioural disorders and states of suffering.”

“Hypnosis psychotherapy is a depth-psychological psychotherapy method in which a person’s ability to enter a trance is used for healing purposes.”

“Hypnotherapy is a scientifically recognised method-specific orientation in Austria that is reserved for psychotherapists.

In the field of psychotherapy, the scientific method-specific orientation of hypnosis psychotherapy is one of the so-called suggestive procedures and methods of trance work.

The central concept of hypnosis psychotherapy, which is also based on depth psychology, is the assumption that the altered state of consciousness facilitates access to unconscious and primary processes.

Hypnotic trance at various depths opens up a wide range of therapeutic possibilities. For example, the patient can enter into dialogue with unconscious parts of their personality, gather inner peace and strength and make these available for certain situations, dream about a problem or question under hypnosis and analyse this dream with psychotherapy professionals or create ideas about the future under trance and derive perspectives for the present from this.

This scientifically based hypnosis psychotherapy must be strictly distinguished from non-therapeutic hypnosis, such as that demonstrated in shows by hypnotists, which leads to an apparent loss of will in the hypnotised person, or from those hypnosis offers that are applied as learned techniques.

Studies on the effectiveness and mode of action are only available with regard to scientifically recognised hypnosis psychotherapy.”