

Hypno-NOTIZEN

- Bei gutem Rapport wird Oxytocin (Neuropeptid) ausgeschüttet, welches die Bindung, Wohlfühlen und hypnotische Empfänglichkeit verbessert
- Unter Hypnose werden äußere Hirnareale aktiviert. Sichtbar unter MRT, PET und EEG
- Der Hypnose-Coach ist „Traumpilot“; das Ziel wird im Vorgespräch vorher zusammen festgelegt
- Gedankenreise/-Spiel funktioniert nur, wenn der Klient es zulässt
- „Erinnerungen“ können nur nochmal geträumt werden, inkl. der Emotionen, und werden neu konstruiert (Phantasie). Vergangenes kann **nicht** erneut „erlebt“ werden. Kein Abruf tatsächlich erlebter Bilder oder „abgespeicherter“ Bilder. „Erinnerungen“ sind daher **immer subjektiv** und von außen leicht manipulierbar.
- Verhältnis von Bewusstsein zu Unterbewusstsein = 5mm : 11km
- „Altersregressionshypnose“ = Arbeit mit dem „inneren Kind“
- Unterbewusstsein steuert >90% des Alltagserlebens und Alltagshandlungen
- Trance ist für Hypnose **nicht** erforderlich
- Hypnose ist ein dynamischer Eingriff in den Gedanken-Steuer-Kreislauf