

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
1. Was ist Hypnose?	8
2. Hypnose als Mittel der Psychotherapie	15
3. Der Rapport als Grundlage der Hypnose	21
4. Suggestionen zur Hypnoseinduktion	27
Wie spricht der Hypnotiseur und was sagt er?	
Trancevertiefung und Rückführung	
Andere Methoden des Hypnotisierens	
5. Die hypnotische Trance	54
Wer ist hypnotisierbar?	
Das Erleben der hypnotischen Trance	
Die hypnotische Trance aus der Sicht des Hypnotiseurs	
Die hypnotische Trance aus der Sicht des Forschers	
6. Gefahren und Chancen der Hypnose	69
Gefahren der Hypnose?	
Chancen der Hypnose	

7. Formen der Hypnotherapie	83
Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Richtungen der Psychotherapie	
Psychotherapie mit Hypnose als einem therapeutischen Hilfsmittel	
Psychotherapie, in der Hypnose eine zentrale Rolle spielt	
Psychotherapie in Hypnose	
Psychotherapie, die ohne formelle Hypnose hypnotisch ist	
8. Hypnotherapie: Erfolgsmöglichkeiten und Voraussetzungen	114
Wem kann Hypnotherapie helfen?	
Mißerfolge bei Hypnotherapie	
Dauer einer Hypnotherapie	
Kosten einer Hypnotherapie	
Qualifikation von Hypnotherapeuten	
Wie findet man einen Hypnotherapeuten?	
Literaturhinweise	124