

# **Curriculum der Grundausbildung Medizinische Hypnose hygs**

## **Leitidee (LI)**

**Ziel des Grundkurses in medizinischer Hypnose ist es, den Teilnehmenden ein umfassendes Verständnis der Beziehung und Kommunikation in der Arzt-Patient-Interaktion aus hypnotischer Perspektive zu vermitteln. Ärztinnen und Ärzte achten nach dem Kurs auf ihr eigenes Wohlbefinden und fühlen sich entspannter bei der Arbeit, auch weil sie sicherer kommunizieren, auf die Effekte ihrer verbalen und nonverbalen Interventionen achten und Entspannungstechniken nebenbei und konstant nutzen können. Die Behandelnden im Arztberuf nutzen sich selbst als wichtigstes Werkzeug in Intervention und Ausstrahlung.**

**Am Ende des Kurses können die Teilnehmenden das ärztliche Gespräch konstruktiv konzipieren und ausführen anhand hypnotischer Aspekte der Kommunikation. Sie können und wenden an: Entspannungshypnose / Selbsthypnose / Vorbereitung auf medizinische Eingriffe / Schmerz- und Angstlinderung / entspannte und positive Kommunikation / Kommunikation in Notfallsituationen / Aufbau und Pflege der Arzt -Patient-Beziehung**

# Lernzielkatalog der Grundausbildung Medizinische Hypnose hygs

## G 1 / G 2

Lernthema (LT)	Lernziel (LZ)	Lernformat (LF)	Lernkontrolle (LK)
<p><b>Formale Hypnose (FH)</b> LT 1</p> <p>Kommunikation mit dem Unbewussten / unbewusste Reaktionen auslösen (FH)</p>	<p><i>LZ 1</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden können wichtige Begriffe der medizinischen Hypnose erklären und eigenständig unter Supervision durchführen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Atemsynchrones Pacing</i></li> <li>• <i>Hypnotische Sprache</i></li> <li>• <i>Hypnotische Kommunikation an Hand des Priming</i></li> <li>• <i>Suggestionen incl. posthypnotische Suggestionen</i></li> </ul> <p><i>Die Teilnehmenden:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>können die Grundsätze der Induktion erklären</i></li> <li>• <i>kennen den Ablauf einer formalen Hypnose</i></li> <li>• <i>erleben unterschiedliche Entspannungszustände während der Trance</i></li> <li>• <i>wenden unterschiedliche Induktionsmethoden an</i></li> <li>• <i>erfahren den Safe-Place als Teil der praktischen Hypnose</i></li> </ul>	<p>LF 1</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 1</p> <p>Teilnahme</p>

<p>LT 2</p> <p>Hypnotische Phänomene: Reaktionsweise des Unbewussten (FH)</p>	<p>LZ 2</p> <p><i>Die Teilnehmenden können die wichtigsten Merkmale und Phänomene der Hypnose benennen.</i></p> <p><i>Sie kennen die Gefahren der Hypnose.</i></p> <p><i>Sie können selber Trancephänomene erfahren, während der Gruppentrance, Bewegungstrance und bei hypnotischen Geschichten</i></p>	<p>LF 2</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenarbeit</p>	<p>LK 2</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 3</p> <p>Erkenntnisgewinn in intuitiven Momenten (FH und HK)</p>	<p>LZ 3</p> <p><i>Hypnotische intuitive Momente als Zugang zum Unbewussten.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden erkennen den Wert und die Irrtumsmöglichkeiten von intuitiven Einfällen aus dem Unbewussten und lernen diese anhand von untersuchten Beispielen zu reflektieren.</i></p>	<p>LF 3</p> <p>Inputreferat</p>	<p>LK 3</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 4</p> <p>Geschichte der Hypnose (FH)</p>	<p>LZ 4</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen die geschichtliche Entwicklung der modernen medizinischen Hypnose und den Beitrag der Entwicklung von Milton Erickson.</i></p>	<p>LF 4</p> <p>Inputreferat</p>	<p>LK 4</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 5</p> <p>Suggestionen formulieren 1 (FH)</p>	<p>LZ 5</p> <p><i>Die Teilnehmenden können verschiedene Suggestionen beobachten, benennen und anwenden.</i></p>	<p>LF 5</p> <p>Inputreferat, ein Video von Milton Ericksons Induktion, Gruppenarbeit</p>	<p>LK 5</p> <p>Teilnahme</p>

<p><b>Hypnotische Kommunikation (HK)</b> LT 6</p> <p>Prinzipien und Formen der hypnotischen Kommunikation (HK) / Kommunikation in Notfallsituationen (HK)</p>	<p>LZ 6</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen die Prinzipien der hypnotischen Kommunikation und der hypnotischen Selbstverantwortung des Patienten.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden erleben und üben anhand eines Textes einer nicht lebensbedrohlichen medizinischen Notfallsituation hypnotische Kommunikation. Dabei können sie auch hypnotische Phänomene beobachten.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen verschiedene Beispiele der hypnotischen Kommunikation in der medizinischen Praxis.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen hypnotische Kommunikation im Kontext der menschlichen Interaktion</i></p>	<p>LF 6</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 6</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 7</p> <p>Grenzen und Gefahren der kommunikativen Beeinflussung (FH und HK)</p>	<p>LZ 7</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen den ethischen Code der Hypnose. Sie können die wichtigsten Fehler benennen.</i></p>	<p>LF 7</p> <p>Inputreferat Diskussion</p>	<p>LK 7</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 8</p> <p>Hypnose zur Vorbereitung auf einen medizinischen Eingriff (FH)</p>	<p>LZ 8</p> <p><i>Die Teilnehmenden können anhand einer einfachen Hypnose-Anleitung mit Safe-Place einen Patienten für einen klinischen Eingriff vorbereiten. Der Patient soll dann im Sinne einer Selbsthypnose das vorher Geübte anwenden können.</i></p>	<p>LF 8</p> <p>Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 8</p> <p>Teilnahme</p>

## G 3 / 4

<p><b>Hypnotische Kommunikation (HK)</b> LT 9</p> <p>Hypnotische Sprachmuster im Praxisalltag (HK)</p>	<p>LZ 9</p> <p><i>Die Teilnehmenden können Pacing und Leading und die «Meta» - und «Milton» - Sprache beobachten und üben.</i></p>	<p>LF 9</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 9</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 10</p> <p>Beziehungsaufbau aus hypnotischer Sicht (HK)</p>	<p>LZ 10</p> <p><i>Die Teilnehmenden können den hypnotischen Rapport als Grundlage der therapeutischen Beziehung erkennen, beobachten und üben.</i></p>	<p>LF 10</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 10</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 11</p> <p>Beziehungsaufbau durch Nutzung von Geschichten und Sprachbildern (HK)</p>	<p>LZ 11</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen Bedeutung und wichtige Elemente der Utilisation für den Rapportaufbau. Anhand einer kleinen Metapher oder Geschichte können die Teilnehmenden beobachten und üben.</i></p>	<p>LF 11</p> <p>Einzelarbeit Diskussion Gruppenübung</p>	<p>LK 11</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 12</p> <p>Selbstreflexion (HK)</p>	<p>LZ 12</p> <p><i>Die Teilnehmenden können die eigene praktische Arbeit in Diskussion und Übung reflektieren.</i></p>	<p>LF 12</p> <p>Einzelarbeit Diskussion Gruppenübung</p>	<p>LK 12</p> <p>Teilnahme</p>

<p>LT 13</p> <p>Beziehungsaufbau mittels Nutzung äusserer und innerer Gegebenheiten (HK)</p>	<p>LZ 13</p> <p><i>Die Teilnehmenden erkennen Pacing und Utilisation in einer Vielzahl äusserer und innerer Gelegenheiten. Sie können diese Gelegenheiten zum Üben von Pacing und Utilisation nutzen.</i></p>	<p>LF 13</p> <p>Inputreferat Gruppenübung</p>	<p>LK 13</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 14</p> <p>Priming: Vor- und Nachteile unbewusster Konditionierung (HK)</p>	<p>LZ 14</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen die Prinzipien des Priming.</i></p>	<p>LF 14</p> <p>Inputreferat</p>	<p>LK 14</p> <p>Teilnahme</p>
<p><b>Formale Hypnose (FH)</b></p> <p>LT 15</p> <p>Selbstberuhigung – Selbsthypnose (FH)</p>	<p>LZ 15</p> <p><i>Die Teilnehmenden erkennen Selbstberuhigung als menschlich(-hypnotische) Kernkompetenz.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden erfahren die wichtigsten Grundregeln der Selbsthypnose und Tiefenentspannung.</i></p> <p><i>Sie kennen verschiedene Entspannungszustände in Ruhe und Bewegung.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden praktizieren die Selbsthypnose auch mit dem Fokus als Möglichkeit zur Persönlichkeitsentwicklung.</i></p>	<p>LF 15</p> <p>Gruppentrance Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 15</p> <p>Teilnahme</p>

<p>LT 16</p> <p>Vorbereitung und Planung der Behandlung (Strategien, Techniken) (FH)</p>	<p>LZ 16</p> <p><i>Die Teilnehmenden können die Vorbereitung eines Patienten zu Hypnose-Anwendung beobachten und in der Gruppe üben.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden können für ausgewählte Situationen (z.B. bei der Vorbereitung auf einen medizinischen Eingriff oder zur Schmerzlinderung) die Strategie und die Rahmenbedingungen festlegen sowie geeignete Techniken für eine medizinische Hypnose auswählen.</i></p>	<p>LF 16</p> <p>Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 16</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 17</p> <p>Praktische Anwendung im Alltag zur Förderung der Entspannung und Kooperation sowie zur Angstlinderung (FH und HK)</p>	<p>LZ 17</p> <p><i>Die Teilnehmenden erfahren die praktische Anwendung hypnotischer Sprache am Beispiel einer medizinischen Intervention (Blutentnahme).</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden erfahren Beispiele praktischer Vorgehensweise aus dem Praxisalltag der Dozenten.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden können Anwendungsmöglichkeiten in ihrem jeweiligen beruflichen Betätigungsfeld entwickeln.</i></p>	<p>LF 17</p> <p>Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 17</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 18</p> <p>Unbewusste Kreativität und Beeinflussbarkeit (FH)</p>	<p>LZ 18</p> <p><i>Die Teilnehmenden erkennen Unterschiede der Hypnotisierbarkeit und können Trance-Tiefe anhand von Trance-Zeichen beobachten.</i></p>	<p>LF 18</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 18</p> <p>Teilnahme</p>

<p>LT 19</p> <p>Nutzbarmachung von Widerständen: aus Hindernissen Ressourcen machen (FH)</p>	<p>LZ 19</p> <p><i>Die Teilnehmenden können den Begriff Utilisation erklären und im Übungssetting anwenden. Sie können Widerstand im Rahmen der Trance erkennen und damit situationsgerecht umgehen.</i></p>	<p>LF 19</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 19</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 20</p> <p>Hypnose und Schmerzlinderung (FH)</p>	<p>LZ 20</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen den ganzen Ablauf einer Hypnose zur Schmerzlinderung.  In einer Demonstration erleben sie diesen Ablauf und können ihn daraufhin selber in der Gruppe anwenden und üben.</i></p>	<p>LF 20</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 20</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 21</p> <p>Metaphern: Symbole und Sprachbilder (FH und HK)</p>	<p>LZ 21</p> <p><i>Die Teilnehmenden lernen verschiedene Formen und Beispiele für Metaphern kennen. Sie üben anschliessend das Einbauen von Metaphern in die Hypnose.</i></p>	<p>LF 21</p> <p>Inputreferat Gruppenübung</p>	<p>LK 21</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 22</p> <p>Suggestionen anwenden 2 (FH)</p>	<p>LZ 22</p> <p><i>Die Teilnehmenden lernen weitere verschiedene Suggestionenarten kennen und können sie in Übungen anwenden.</i></p>	<p>LF 22</p> <p>Inputreferat Gruppenübung</p>	<p>LK 22</p> <p>Teilnahme</p>

<p>LT 23</p> <p>Milton Erickson, das Genie in hypnotischer Therapie (FH)</p>	<p>LZ 23</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen wichtige Episoden aus Milton Ericksons Leben.</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden beobachten und erleben Milton Ericksons «Frühe Lernhaltungs-Induktion».</i></p> <p><i>In der Gruppe können die Teilnehmenden diese üben.</i></p>	<p>LF 23</p> <p>Inputreferat Demonstration Gruppenübung</p>	<p>LK 23</p> <p>Teilnahme</p>
<p>LT 24</p> <p>Ethische Prinzipien (FH)</p>	<p>LZ 24</p> <p><i>Die Teilnehmenden kennen den ethischen Code der ISH</i></p>	<p>LF 24</p> <p>Inputreferat</p>	<p>LK 24</p> <p>Teilnahme</p>