

Vordergrund - Hintergrund (Aufmerksamkeit, Sorgen, Zwänge, Schmerzen....)

Hypnose mit Kindern und Jugendlichen

Hypnose mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Susy Signer-Fischer, lic. phil. Psychologin und Psychotherapeutin FSP, Basel, Switzerland

www.susysigner.ch

6. Kindertagung: Hypnotherapeutische und Systemische Konzepte

Heidelberg 29.10. – 1.11. 2009

Stichworte

Zu verschiedenen Zeiten und in verschiedenen Lebensphasen stehen unterschiedliche Themen im Vordergrund, andere im Hintergrund. Auch in der Wahrnehmung (visuell, akustisch, kinästhetisch...), der Informationsverarbeitung (wichtig – unwichtig) und in der Gefühlswelt (wie auch in der Kunst) spielt das Thema „Vordergrund – Hintergrund“ eine wichtige Rolle. Die Aufteilung verschiedener Themata in Wichtiges oder weniger Wichtiges beeinflusst die Aufmerksamkeitssteuerung, die Informationsaufnahme allgemein und somit auch die Wahrnehmung von Stimuli der Lebensumwelt, den Kontakt zu anderen Personen.

Themen wie Schmerzen und die damit verbundenen Einschränkungen, störende Wahrnehmungen wie beispielsweise Lärm oder Tinnitus, Gefühle wie Trauer, Kummer, Sorgen, Wut, Ärger oder Rachegefühle drängen sich oft in den Vordergrund des Erlebens. Diese Aspekte des Erlebens sollen einen angemessenen Platz erhalten, um andere aktuelle und wichtige Themen in den Vordergrund zu lassen. Mit Hilfe von Hypnose können Themen bearbeitet und Entscheide über deren Stellenwert gefällt werden. So können bestimmte Themen aktiv verstärkt und in den Vordergrund gerückt werden, während anderen Themen den ihnen zustehenden Platz im Hintergrund zugewiesen wird. Stellenwert und Integration von Themata werden somit besser kontrolliert.

Hinweis: Im Buch „Signer-Fischer, S., Gysin, T., & Stein, U. (2009). *Der kleine Lederbeutel mit allem drin. Hypnose mit Kindern und Jugendlichen*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag“, das auch in der Literaturliste aufgeführt ist, wird das Thema ausführlich behandelt.

Vordergrund – Hintergrund in verschiedenen Bereichen

- Wahrnehmung (visuell, akustisch, kinästhetisch)
- Kognition: Informationsentnahme. Was ist wichtig, unwichtig?
- Gefühle: z. B. Wut, Angst
- Themen, Lebensthemen

Methoden

- Etwas in den Vordergrund stellen, z.B. stärker, deutlicher, lauter machen.
- Etwas in den Hintergrund stellen, z.B. schwächer, transparenter, leiser machen.
- Alle aktuellen Themen sammeln, neben einander stellen, gewichten nach Prioritäten, auswählen, was in den Vordergrund gestellt wird.
- Im Hintergrund Themen laufen lassen, z.B. dem Unbewussten übergeben. Bei mehreren wichtigen Themen oder einem wichtigen Thema, das noch nicht direkt angegangen werden kann.
- Genaues Wahrnehmen im Hier-und-Jetzt-Zustand, z.B. essen, wenn gegessen wird. In den Vordergrund stellen.

- Hintergrund als Ressource (z.B. Erfahrungen, Fähigkeiten) nutzen für den Vordergrund (z.B. Entwicklungsaufgabe meistern)
- Trance ist geeignet, um herauszufinden, was im Vordergrund oder im Hintergrund stehen soll.

Anwendung bei verschiedenen Themen

- Symptome, die Alltagsleben und Meistern von Entwicklungsaufgaben stören, z.B. Ängste, Zwänge
- Fixe Idee
- Schmerzen
- Körperliche Erkrankungen und Behinderungen
- Tinnitus
- Opferhaltung
- Psychotraumatisierung
- Loyalitätskonflikte, z.B. bei getrennten Eltern
- Parentifizierung
- Ungesunde Bindungen zu einem oder beiden Elternteilen
- ADHS, POS
- Aktuelle Vorkommnisse oder Situationen, z.B. Trennungssituation der Eltern, Erkrankung eines Elternteils
- Übergänge und Entwicklungsschritte meistern

Verschiedene Methoden in der Schmerzbehandlung

1. Dissoziation

- 1.1 Ganzer Körper: z.B. sich an den Strand legen, oder sich von aussen betrachten.
- 1.2 Der schmerzende Teil wird dissoziiert: z.B. Bein mit Vorstellung von Kälte oder Anästhesiemittel oder Bein neben sich legen, Parästhesie.
- 1.3 Amnesie: ganz, partiell
- 1.4 Ressource: Altersregression, Zeit, in der sich Person wohl gefühlt hat (vgl. 2.1)

2. Ressourcen

- 2.1 Zu Zeit zurückgehen, zu der man sich wohl fühlte.
- 2.2 Im Körper Stelle finden, wo man sich wohl fühlt, dann ausdehnen lassen.
- 2.3 Auslöser der Schmerzen finden. An dieser Stelle Ressource einsetzen.

3. Sich dem Schmerz stellen und mehr Kontrolle gewinnen

3.1 Schmerz visualisieren lassen

- 3.1.1 Eine Gestalt geben *ausserhalb* des Körpers, auf einen Stuhl setzen, dabei herausfinden, was Schmerz sagen will.
- 3.1.2 Eine Gestalt geben *innerhalb* des Körpers, ev. verschieben, färben, vergrössern, verkleinern, ausatmen.

3.2 In den Körper gehen und tun, was zu tun ist

Spiegelbild, verkleinern, in den Körper schlüpfen, wo es schmerzt. Die kleine Figur macht und erledigt dort, was es zu tun gibt, z.B. putzen, polieren, lockern.

3.3 Dem Schmerz einen Platz geben: Ort und Zeit

- Ort: Ort des Schmerzes verschieben oder an bestimmten Orten den Schmerz zulassen, z.B. in die kleine Zehe verschieben oder in einem bestimmten Zimmer (z.B. Gästezimmer) zulassen.
- Zeit: Zu einer bestimmten Zeit, z.B. zwischen 21.30 und 22.00h.

4. Entspannung

- Schmerzen wahrnehmen, Spannung dabei
- Lockerheit zulassen

5. Gleichgewicht zwischen Schmerzen und guten Empfindungen, Gefühlen, Interessen: Vordergrund – Hintergrund

- Schmerzen in den Hintergrund stellen, Vordergrund stärken.
- Gutes Gleichgewicht zwischen interessanten, erfreulichen Themen und Schmerz.
- Schmerzen ignorieren, sich auf anderes, z.B. lesen eines Buches... konzentrieren.

Verschiedene Methoden in der Zwangsbehandlung

Die verschiedenen Zugänge sind:

1. Das direkte **Stärken der Selbstsicherheit**, z.B. durch den Ausbau der eigenen Fähigkeiten.
2. Stärken des Wohlbefindens
3. Genug **Kontrolle**, Struktur und Ordnung in den Alltag und das Leben bringen.
4. Vermehrt **Kontrolle** über den Zwang erwerben durch **Stoppen** der Gedanken oder der Handlungen.
5. Auf die **symbolische Bedeutung** und auf die Funktion des Zwangs einzugehen (z.B. in die Familienhierarchie Ordnung zu bringen). Dies beinhaltet auch das Eingehen auf andere dem Zwang zu Grunde liegende Probleme, wie z.B. unverarbeitete Trauer, Eifersucht, Selbstunsicherheit, Wahrnehmungsstörung, eine nicht zugegebene homophile Neigung etc.
6. Ein **Gleichgewicht** erhalten zwischen Zwang und der gewünschten Handlung.
7. **Vordergrund und Hintergrund**: Zwang jeweils in den Hintergrund stellen.

Themen

1. Gestörte Wahrnehmung, häufig gestörte Figur-Hintergrunddifferenzierung.
2. Eifersucht, Neid, häufig auf Geschwister.
3. Schwierigkeiten im Umgang mit Gleichaltrigen.
4. Beharrlichkeit, Sturheit.
5. Starke Anspruchshaltung sich selbst gegenüber, Ehrgeiz, Vermeiden von eigenen Fehlern.
6. Bei Eltern und Geschwister können ähnliche Symptome beobachtet werden.
7. Sie machen sich grosse Sorgen und grübeln häufig.
8. Die Kinder zeigen mehr als altersgemäss grosses Interesse am Umweltschutz, Waldsterben, Zerstörung der Ozonschicht, an Kriegen, Atomwaffen und politischen Entwicklungen.

Wesen des Zwangs: Hintergrund, Mechanismus

1. Kontrolle und Kontrollillusion
2. Ordnen und strukturieren
3. Machtaspekt
4. Individuum und Kollektiv
5. Entwicklungsaspekt und Magie
6. Hypnotischer Aspekt
7. Das Getriebensein im Unterlassungsfalle

Aus der Publikationsliste

- Signer-Fischer, S. (1992). Schwimmweste und Sicherheitsgurt: Die Behandlung von Ängsten bei Kindern und Jugendlichen mittels hypnotischer Techniken. In: B. Peter & G. Schmidt (Hrsg.), *Erickson in Europa*. Heidelberg: Auer.
- Signer-Fischer, S. (1993a). Symbolhandlungen: Ritus oder Zwang? Hypnotische Techniken zur Behandlung von Kindern mit einschränkenden, zwangsartigen Handlungen und Gedanken. In S. Mrochen, K.-L. Holtz & B. Trenkle, *Die Pupille des Bettnässers*. Heidelberg: Auer.
- Signer-Fischer, S. (1993b). Der Wachhund und der Schlafhund. Hypnotische Techniken zur Behandlung von Schlafstörungen bei Kindern. In S. Mrochen, K.-L. Holtz & B. Trenkle, *Die Pupille des Bettnässers*. Heidelberg: Auer.
- Signer-Fischer, S. (1993c): Hypnotherapeutische Methoden in der Erziehungsberatung. In K. Hahn & F.W. Müller (Hrsg.), *Systemische Erziehungs- und Familienberatung*. Grünewaldverlag.
- Wicki, W., Dumont, J., Signer-Fischer, S. (1995): Funktion und Nutzung sozialer, familialer und personaler Ressourcen beim Übergang zur Elternschaft. In *Forschungsbericht aus dem Institut für Psychologie der Universität Bern*.
- Signer-Fischer, S. (1998). Utilization of Autobiographic Memory in Hypnotherapy with young Offenders. *Hypnos*, Vol. XXV, No 4, 198–203.
- Signer-Fischer, S. (1999). Magie und Realismus in der Angstbehandlung. Hypnotherapeutische Methoden mit Kindern und Jugendlichen. In M. Vogt-Hillmann & W. Burr, *Kinderleichte Lösungen*. Dortmund: Borgmann publishing.
- Signer-Fischer, S. (2000a). Die Stärkung des Selbstvertrauens in der Hypnotherapie. In K.-L. Holtz, S. Mrochen et al., *Neugierig aufs Grosswerden*. Heidelberg, Auer.
- Signer-Fischer, S. (2000b). Störungsbilder bei Kindern und Jugendlichen. In: D. Revenvstorf & B. Peter (Hrsg.), *Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin*. Berlin: Springer.
- Signer-Fischer, S. (2000). Traumatische Erinnerungen und wie sie zu bearbeiten sind. *Psychoscope*. Vol. 21, No 8, 6–9.
- Gysin, Th., Signer-Fischer, S., Ziegler, C., Bubl, R. & Schindler, C. (2000). Selbsthilfe in der Behandlung von chronischen und episodischen unspezifischen Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen mit Hypnose und Selbsthypnose. *Pädiatrische Praxis*, 57/Heft 3, 393–399.
- Signer-Fischer, S. (2001). Die Bedeutung der Erinnerung für das Individuum – Umgang mit traumatischen Erlebnissen. *Psychotherapeuten Forum Praxis und Wissenschaft*. Nr. 6, 12–16.
- Signer-Fischer, S. (2001). Die Bedeutung der Erinnerung für das Individuum – Umgang mit traumatischen Erlebnissen. In W. Rotthaus, *Systemische Kinder- und Jugendlichen-psychotherapie*. Heidelberg: Auer.
- Signer-Fischer, S. (2004): Das Symptom als Metapher nutzen. Hypnose und hypnotherapeutische Methoden mit Kindern, Jugendlichen und ihren Erwachsenen. In: B. Metzmaker & F. Wetzorke (Hrsg.), *Entwicklungsprozesse und die Beteiligten- Perspektiven einer schulübergreifenden Kinder- und Jugendlichen-psychotherapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Signer-Fischer, S. (2004): Identität und Kontrolle. Der Weg zu mehr Selbstvertrauen. In H. Schuckall & H. Ebell (Hrsg.), *Warum Hypnose – aus der Praxis von Ärzten und Psychotherapeuten*. Pflaum Verlag.
- Signer-Fischer, S., Widmer, A. (2005). Sensationelle Selbstsuche: Risikoverhalten bei Jugendlichen. *Psychoscope*. Vol. 26, No 7, 6–9.

Signer-Fischer, S. (2006). Hypnose mit Kindern und Jugendlichen. *Psychotherapie im Dialog*. 7. Jg, No.1, 29-34.

Signer-Fischer, S. (2007). Hypnose mit Kindern und Jugendlichen. *CH Hypnose*. Vol XVII. No.1/2007, 15-23.

Signer-Fischer, S. (2007). Die nicht ganz freiwillige Beratung und Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen. In M. Vogt-Hillmann (Hrg.), *Wenn Lösungen Gestalt annehmen*. Dortmund: Borgmann publishing.

Signer-Fischer, S. (2008). Hypnotherapeutische Methoden der Traumatherapie im Kindesalter. In Landolt, M.A.; Hensel, T. (Hrg.), *Traumatherapie bei Kindern und Jugendlichen*. Bern: Hogrefe.

Signer-Fischer, S. (2008). Störungsbilder bei Kindern und Jugendlichen. In: D. Revenvstorf (Hrsg.), *Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin*. Berlin: Springer.

Signer-Fischer, S., Gysin, T., & Stein, U. (2009). Der kleine Lederbeutel mit allem drin. Hypnose mit Kindern und Jugendlichen. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

1. Audiokassetten

Autobahn Universität, Carl-Auer-Systeme Verlag, Kussmaulstr. 10, D-69120 Heidelberg

Signer-Fischer, S. (1992). **Hypnotherapie mit Kindern**. 2 Kassetten, 105 Min., Nr. 2467.

Signer-Fischer, S. (1992). **Wege zwischen Chaos und Zwang**. 2 Kassetten, 100 Min., Nr. 2466.

Signer-Fischer, S. (1993). **Umgang mit traumatischen Erlebnissen**. 1 Kassette, 50 Min., Nr. 2013.

Signer-Fischer, S. (1995). Forum 44: Ankoppeln an Kinderwelten: **Angst und Sicherheit-Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit Ängsten; Zwänge und Zwangsgedanken**. je ca. 90 Min. ISBN 89670-038-3.

AUDI TORIUM Netzwerk

Habsbergstr. 9a, D-79379 Müllheim/Baden Tel 0049 7631/170743 – Fax 0049 7631/170745 – E-Mail info@auditorium-netzwerk.de ; www.auditorium-netzwerk.de

„The World of Psychotherapy“ auf Audiokassetten:

2112.68 Signer-Fischer, Susy: **Hypnose und hypnotherapeutische Methoden in der Kinderpsychotherapie**

2111.76 Signer-Fischer, Susy: **Psychotherapie und Beratung bei Verdacht auf sexuellen Missbrauch bei Kindern und Jugendlichen unter Einbezug von Hypnose**

Signer-Fischer, Susy: **Hypnose und Hypnotherapie in der Erziehungsberatung**, 4 Kassetten, 355m, ISBN 3-89680-268-2.

Signer-Fischer, Susy: **Hypnotherapeutischer Umgang mit Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen**, 4 Kassetten, 330m, ISBN 3-89680-096-5.

Signer-Fischer, Susy: **Selbstvertrauen und Selbstsicherheit**, 4 Kassetten, 360m, ISBN 3-89680-269-0. Basel, 1997.

L17-2 Signer-Fischer, Susy: **Der Einfluss des Erinnerens und Vergessens auf die Lebensqualität**

L 41 (2) Signer-Fischer, Susy: **Wege aus der Rolle des Opfers oder des Täters: Kinder, Jugendliche und Erwachsene**

L 39 Signer-Fischer, Susy: **Hypnose bei Kindern und Jugendlichen**.

KITA-02-V-1 Signer-Fischer, Susy: **Das Symptom als Metapher**. ca. 30 Min. 4. Kindertagung der MEG Rottweil. 2002.

KITA-02-W27 Signer-Fischer, Susy: **Einführung in die Kinderhypnotherapie**. ca. 150 Min. 4. Kindertagung der MEG Rottweil. 2002.

KITA-02-W56 Signer-Fischer, Susy: **In scheinbar auswegslosen Situationen Freiräume nutzen**. ca. 150Min. 4. Kindertagung der MEG Rottweil. 2002.

KITA-02-W Signer-Fischer, Susy: **Aufbau von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit**. ca. 150 Min. 4. Kindertagung der MEG Rottweil. 2002.

KITA-05-W031C Signer-Fischer, Susy: **Aufbau von Selbstvertrauen und Identität. Hypnose und hypnotherapeutische Methoden mit Kindern**. 2 CDs, Gesamtlaufzeit ca. 145 Min. 5. Kindertagung Heidelberg, 3.-6. November 2005.

KITA-05-W107C Signer-Fischer, Susy: **Lebensübergänge**. 2 CDs, Gesamtlaufzeit ca. 135 Min. 5. Kindertagung Heidelberg, 3.-6. November 2005.

MS07-D53C Signer-Fischer, Susy: **Umgang mit Erfolg und Misserfolg – Hypnose und hypnotherapeutische Methoden**. 1 CD, Mentale Stärken 2007.

MS07-D23C Signer-Fischer, Susy: **Leistung steigern – Stolpersteine überwinden und Bremsen lösen**. 2 CDs, Mentale Stärken 2007.

ESH08-WS57C Signer-Fischer Susy: **Übergänge und Wendepunkte im Lebenslauf**.

2. Videokassetten / DVDs

Bezugsquelle: VCR GmbH, Kielstr. 10, D-44145 Dortmund, Tel. 0049 0231-815070, Fax 0049 0231-813371, E-Mail: info@vcr.de Internet: www.vcr.de

Signer-Fischer, S. (1995). **Behandlung von Angst bei einem Kind**. Live-Demonstration. 2. Europäischer Kongress für Hypnose und Psychotherapie nach M. H. Erickson. München 95.

Aufzeichnungen der Kindertagung „Hypnotherapeutische und Systemische Konzepte für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen“. Heidelberg 22.-25.10.1997.

Signer-Fischer, S. (1997). **Einführung in die Hypnotherapie mit Kindern und Jugendlichen**.

Signer-Fischer, S. (1997). **Die Behandlung von jugendlichen Tätern**.

Signer-Fischer, S. (1997). **Die Behandlung von traumatisierten Kindern und Jugendlichen**

Aufzeichnungen zum „Hypnose-Kongress München 2000“

Signer-Fischer, S. (2000). **Der Einfluss des Erinnerns und des Vergessens auf die Lebensqualität**. VT 1180, ca. 20 Min.

Signer-Fischer, S. (2000). **Wege aus der Rolle des Opfers oder des Täters: Kinder, Jugendliche und Erwachsene**. VT 1198, ca. 20 Min.

Signer-Fischer, S. (2000) **Kopfschmerzen und Kontrolle**. VT 1165, 3 Vorträge ca. 80 Min.

Signer-Fischer, S. (2002). **Einführung in die Kinderhypnotherapie** (Workshop ca. 150 Min.). Kindertagung auf Video.

Signer-Fischer, S. (2002). **In scheinbar auswegslosen Situationen Freiräume nutzen** (Workshop ca. 150 Min.). Kindertagung auf Video.

Signer-Fischer, S. (2002). **Aufbau von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit**. Hypnose und hypnotherapeutische Methoden mit Kindern und Jugendlichen (Workshop ca. 150 Min.). Kindertagung auf Video.

Aufzeichnungen der Jahrestagung der M.E.G./Hypnotherapie Tage in Bad Orb 2003. Teilesymposium:

Signer-Fischer, S. (2003). **Dissoziation und Assoziation- Hypnose in der Behandlung von psychotraumatisierten Kindern und Jugendlichen**.

Signer-Fischer, S. (2003/04). **Psychotherapiesitzungen mit Kindern und Jugendlichen**

(je 3 Sitzungen auf jedem Band):

Sicherheit und Kontrolle

Konfrontation mit Problem: Kontrolle durch gezielte Konfrontation

Selbstständigkeit und Mut

Signer-Fischer, S. (2005). **Hypnopsychotherapie mit Kindern und Jugendlichen**. (3 DVDs, ca. 204 Min., Bestellnummer: DVD 1590)

KITA-05-W002D Signer-Fischer, Susy: **Einführung in die Kinderhypnotherapie**. (Workshop auf DVD, ca. 154 Min.). 5. Kindertagung Heidelberg, 3.-6. November 2005.

MS07-D53D Signer-Fischer, Susy: **Umgang mit Erfolg und Misserfolg – Hypnose und hypnotherapeutische Methoden**. 1 DVD, Mentale Stärken 2007.

DVDs aus Videos

Signer-Fischer, S. (1995). **Behandlung von Angst bei einem Kind**. Live-Demonstration. 2. Europäischer Kongress für Hypnose und Psychotherapie nach M. H. Erickson. München 1995. (DVD, 53 min)

Signer-Fischer, S. (1997). **Behandlung von jugendlichen Tätern** (Demonstrationen). Heidelberg. (DVD,138min).

Signer-Fischer, S. (2002). **In scheinbar auswegslosen Situationen Freiräume nutzen** (Workshop ca. 150Min.). Kindertagung auf Video.

Signer-Fischer, S. (2002). **Aufbau von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit**. Hypnose und hypnotherapeutische Methoden mit Kindern und Jugendlichen. Heidelberg. (DVD, 151 min).

Signer-Fischer, S. (2003). **Hypnotherapie mit Kindern und Jugendlichen**. Basel. (je 3 Sitzungen auf jedem Band, DVD, 301min).

Anschrift:

lic. phil. Susy Signer-Fischer,
Fachpsychologin Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychologie FSP
Zentrum für Entwicklungs- und Persönlichkeitsdiagnostik – ZEPD, Universität Basel
Missionsstrasse 62
4055 Basel

Zentrum für systemische Therapie und Beratung, ZSB,
Villettenmattstr. 15,
3007 Bern
Tel. +41 (0) 61 267 24 02

E-Mail: susy.signer@unibas.ch / mail@susysigner.ch
www.susysigner.ch