

PSYCHOTHERAPIE-REPETITORIUM ZUM SAMMELN

HYPNOTHERAPEUTISCHE INTERVENTIONEN FÜR VERHALTENSTHERAPEUTEN: ELEGANT UND WIRKSAM

Anke Pielsticker

Fragen

1. Welche der folgenden Variablen sind gemeinsame Bestimmungselemente von Hypnose und Verhaltenstherapie? Wählen Sie 2 Antworten!
 - a) Verbalsuggestionen
 - b) Empathie
 - c) Entspannungsinstruktionen und Imaginationen
 - d) Widerstandanalyse
2. Welchen Vorteil hat die Kombination von Verhaltenstherapie und Hypnose?
3. Was kann die Verhaltenstherapie von der Hypnose lernen? Wählen Sie 3 Antworten!
 - a) Aufbau von Rapport
 - b) Ressourcenorientiertes Vorgehen
 - c) Einübung von sozialen Fähigkeiten
 - d) Indirektes Vorgehen
4. Welche Interventionen gehören zum hypnobehavioralen Ansatz nach Revenstorff? Wählen Sie 3 Antworten!
 - a) Progression in einen Zielzustand
 - b) Überprüfung von Fakten sensu Beck
 - c) Regressive Prozesse
 - d) Reizkonfrontation
5. Nennen Sie 3 Störungen (gemäß ICD-10), bei denen die Wirksamkeit der Hypnose empirisch belegt ist!
6. Wie kann der Trancezustand genutzt werden? Wählen Sie 3 Antworten!
 - a) Zur Transformation von Symptomen
 - b) Zur Progression in einen Zielzustand
 - c) Zur Strukturierung von Gesprächsinhalten
 - d) Zur Dissoziation von traumatischer Erfahrung
7. Was versteht man unter hypnosespezifischer Diagnostik?
8. Was bedeutet das Utilisationsprinzip? Wählen Sie 1 Antwort!
 - a) Um eine Veränderung zu erreichen, wird an einer Stelle, die unverdächtig ist, eine kleine Intervention gesetzt, die unschuldig erscheint und auf die der Klient nicht vorbereitet ist.
 - b) Die individuellen Merkmale und Interaktionsmuster einschließlich u.U. des Symptoms und des „Widerstands“ werden für die Veränderung genutzt.
 - c) Durch die Anwendung von Konfusionsstrategien werden festgefahrene kognitive Positionen und Verhaltensmuster aufgelöst.
9. Anhand welcher Strategien kann die Tranceinduktion vorbereitet werden? Wählen Sie 3 Antworten!
 - a) Abbau von Widerständen und Vorurteilen gegenüber Hypnose
 - b) Aufbau von Rapport
 - c) Abdunkelung des Therapieraumes
 - d) Verwendung von hypnotischen Sprachmustern
10. Was versteht man unter dem Submodalitätenkonzept? Wählen Sie 1 Antwort!
 - a) Bei Veränderungen im Rahmen von Tranceprozessen werden sämtliche Sinnesqualitäten mit einbezogen
 - b) Die Trennung der bewussten von der unbewussten Ebene
 - c) Der Einbezug von Geschichten und Anekdoten zur Lösungssuche
11. Was kennzeichnet den Pacing-Leading-Prozess? Wählen Sie 1 Antwort!
 - a) Die Benutzung einer besonders bildhaften Sprache
 - b) Zunächst werden bestimmte Gesprächsinhalte, Sprachmuster oder Körperhaltungen des Klienten bestätigt; anschließend werden andere Inhalte, Sprachmuster oder Körperhaltungen angeboten
 - c) Die Kommunikation mit dem Symptom in Trance
12. Welche Strategien sind kennzeichnend für hypnotische Sprachmuster? Wählen Sie 3 Antworten!
 - a) Der häufige Einsatz von Nominalisierungen
 - b) Die Benutzung von unbestimmten Verben
 - c) Der bewusste Gebrauch von semantischen Fehlgeformtheiten
 - d) Das häufige Ansprechen des Klienten mit seinem Namen
13. Was sollte bei der Reorientierung nach der Trance unbedingt berücksichtigt werden? Wählen Sie 1 Antwort!
 - a) Es sollten dieselben Bilder und Metaphern angewandt werden, die auch bei der Trancevertiefung zu Beginn der Hypnose eingesetzt wurden (z.B. eine Treppe hinunter- bzw. hinaufgehen).

- b) Jede Trance sollte mit einem Bild zum „sicheren Ort“ beendet werden.
- c) Die Reorientierung sollte vom Pat. allein, d.h. ohne Anleitung durch den Therapeuten, vorgenommen werden.
14. Nennen Sie ein typisches Trancephänomen!
15. Woran erkennt man einen tiefen Trancezustand?
Wählen Sie 1 Antwort!
- a) Armlevitation
- b) Veränderung der Gesichtsfarbe
- c) Zucken der Gliedmaßen
16. Nennen Sie 3 Anwendungsbereiche für die Technik der Visualisierung von somatischen Prozessen!
17. Aus welchem Grund ist der Einsatz von Selbsthypnose besonders effektiv?
Wählen Sie 2 Antworten!
- a) Das Erleben der Selbsteffizienz des Klienten wird durch Selbsthypnose besonders gefördert.
- b) Der Klient kann die erlernten Strategien auch in Alltagssituationen anwenden.
- c) Eine Symptomatik kann mit Selbsthypnose in wenigen Sekunden aufgelöst werden.
18. Welche Schwierigkeiten können bei Anwendung der Technik der Visualisierung von somatischen Prozessen auftreten?
Wählen Sie 3 Antworten!
- a) Geringe Konzentrationsfähigkeit des Klienten aufgrund starker Schmerzen
- b) Eingeschränkte Fähigkeit zur Imagination
- c) Angst vor einer Verstärkung der somatischen Beschwerden
- d) Starke Fokussierung auf den somatischen Prozess
19. Mit welcher hypnotherapeutischen Technik kann die Funktion einer Symptomatik herausgearbeitet werden?
20. Nennen Sie 2 Kontraindikationen zur Anwendung von Hypnose!
7. beziehungsorientierte Aspekte berücksichtigen, Suggestibilitätstests
8. b
9. a+b+d
10. a
11. b
12. a+b+c
13. a
14. z.B. Armlevitation, Augenkatalepsie, Veränderung des Zeitgefühls, Veränderung des Körperschemas (nur 1 Antwort erforderlich)
15. a
16. z.B. chronische Schmerzen, Reizdarmsyndrom, Kopfschmerzen, Tinnitus, Globusgefühl, Atembeschwerden und Beklemmungsgefühle bei Ängsten (3 Antworten erforderlich)
17. a+b
18. a+b+c
19. Personifizierung des Symptoms
20. z.B. Psychosen, histrionische Persönlichkeitsstörung, Borderline-Persönlichkeitsstörung, Epilepsie (2 Antworten erforderlich)

Dr. Anke Pielsticker
Praxis für Psychotherapie
Tal 15 • 80331 München

Antworten

1. a+c
2. z.B. diagnostische Hilfe, leichter Zugang zu Problempatienten, Ermöglichung von Therapieszenen, Ermöglichung von Modifikationen (nur 1 Antwort erforderlich)
3. a+c+d
4. a+b+d
5. z.B. Phobien, PTSD, somatoforme Störungen, chronische Schmerzen, Schlafstörungen, Essstörungen, Nikotinabusus, Adipositas (3 Antworten erforderlich)
6. a+c+d