

Victor Rausch: Rapid Induction Technique®

von Rolf Pannewig

Vorgespräch:

Hypnose ist ein anderer Bewußtseinszustand, so ähnlich wie ein Tagtraum. Dabei kann man gleichzeitig sowohl in seinem Traum als auch in der Wirklichkeit anwesend sein.

Im Laufe des Vorgesprächs:

Sie können in Hypnose in einen Raum gehen, in ihren Raum, in dem Sie sich besonders wohl fühlen. Wenn Sie die Türe schließen, bleibt alles andere draußen, Sie sind allein mit sich selbst, können die Ruhe genießen, Ihren Gedanken nachgehen, sich entspannen.... nichts, was draußen geschieht, interessiert Sie noch.

1. Herstellung von Rapport

Mesmersche Passes: Der Behandler streicht über Arme und Hände, eventuell auch über das Gesicht, so lange, bis der Patient etwas spürt. Der Patient wird gefragt, ob er etwas spürt bzw. was er spürt.

Bei der Kommunikation mit dem Patienten ist es für den Hypnotiseur ganz wichtig, den Augenkontakt zu dem Patienten zu halten. Augenkontakt ist einer der wichtigsten Kanäle zum Patienten: Der Hypnotiseur dringt in die Privatsphäre des Patienten ein (he invades the private sphere of the patient). Der Patient kann das Gesagte so lange nicht kritisch hinterfragen, so lange der Augenkontakt besteht. In dieser Zeit muß das Seeding für die Hypnose geschehen. In dieser Zeit müssen die Befehle (Aufforderungen) an das Unbewußte gegeben werden.

Pacen: Wenn der Patient was spürt (Kälte, Wärme, Kribbeln o.ä.) wird er gelobt: „Du bist unheimlich begabt (toll, phantastisch o.ä.), das geht ja viel schneller als ich dachte!“ o.ä. - (Besonders wichtig bei Patienten mit Widerstand.) Der Zustand kann noch verstärkt werden, indem man den Abstand der Hand bei den Mesmerschen Passes noch vergrößert.

2. Induktion

Hypnotiseur: „Ich zeige Dir jetzt, wie Du Dich schnell entspannen kannst. Du atmest gleich tief ein und hältst die Luft an. Dabei schaust Du den Finger an, den ich über Deine Augen halte. Wenn der Finger die Haut der Stirn berührt schließt Du die Augen und gehst tief in Trance. Dann kannst Du auch ausatmen.“

Der Patient **atmet tief ein** und hält die Luft an. Dabei wird der Finger etwa 30 cm so über der Nasenwurzel gehalten, dass der Patient angestrengt hochschauen muss. Dann senkt man den Finger sehr langsam, so dass der Patient Mühe hat, den Atem weiter anzuhalten. Der **Finger berührt die Haut** schließlich, die Augen gehen zu. Der Hypnotiseur kann die Hand nun auf der Stirn belassen. „Jetzt schließen sich die Augen, langsam ausatmen, bis wirklich die gesamte Luft raus ist aus dem Brustkorb..... und wieder... tief einatmen ganz tief.....und die Luft langsam und vollständig

ausatmen..... Wieder einatmen und tief, tief, tiefausatmen und einfach automatisch weiteratmen.... Der Hypnotiseur legt jetzt auch die Hand auf die rechte Schulter des Patienten und sagt: "Mit jedem Ausatmen wird der Körper lockerer und lockerer..... mit jedem Ausatmen gehst Du tiefer... tiefer und tiefer. Du brauchst nicht mehr auf Deinen Körper zu achten. Der Körper wird immer unwichtiger, nichts stört Dich, du hörst nur noch meine Stimme. **Schlaf jetzt (Go to sieep)!!**

3. Vertiefung

- Der Hypnotiseur nimmt einen Arm langsam hoch: „Der Arm wird ganz steif, steif wie ein Rohr und bleibt ganz bequem hier stehen....ganz bequem stehen.... und während sich dein Arm langsam senkt, wird dein Körper lockerer und lockerer.... ganz locker..... locker"
- "Ich zähle jetzt von eins bis zehn und Du gehst eine Treppe hinunter..... mit jedem Schritt gehst Du tiefer und tiefer..... zu deinem Raum, wo Du Dich zurückziehen kannst, eins... zwei.... drei....vier....fünf....tiefer und tiefer gehst du in deine Trance..... sechs.... sieben.... acht....neunzehn.... Du gehst in Deinen Raum, wo du dich wohlfühlst..... Du kannst es dir ganz bequem machen..... du bist dort mit dir ganz allein..... die Türe schließt du soweit, wie es für dich angenehm ist.....

4. Posthypnotische Suggestion

Wenn wir uns das nächste Mal hier in der Praxis sehen und Du meine Hand auf Deiner Schulter spürst, wirst du sofort in Trance gehen und dich wohl fühlen.

5. Aufwecken

Wenn ich jetzt rückwärts zähle, von 5-1 dann wirst Du mehr und mehr wach, je weiter ich mich der 1 nähere, die Augen bleiben aber zu, bis die 1 ausgesprochen wird. Und bei der **eins** wirst Du außerdem die Behandlung vergessen haben. Beim Aufwachen wirst Du Dich frisch, erholt, hellwach und glücklich fühlen, frisch, erholt, hellwach und glücklich! Fünf, vier, drei zwei... Beim Aufwachen wirst du dich frisch, erholt, hellwach und glücklich fühlen, frisch, erholt, hellwach und glücklich.... **eins**(Lachen!)

Veröffentlicht mit Genehmigung von Victor Rausch, D.D.S., Kanada

Victor Rausch hat uns vor kurzem per e-mail zugesagt, daß er im Jahre 2000 bei unserem Supervisionsseminar in Gozo / Malta als Referent mitwirken wird.

Wir freuen uns auf interessante Workshops und lehrreiche Seminare mit dem Meister der "Rapid Induction".