

Wann habe ich das letzte Mal
etwas zum ersten Mal gemacht?



Dr. med. Franz Stratmann

abgeschlossene Ausbildungen u.a. in

- systemischer Beratung und systemischer Therapie
Internationale Gesellschaft für systemische Therapie (Heidelberg)

- tiefenpsychologisch fundierte Therapie
Heidelberger analytisches Institut

- Verhaltenstherapie
Zentralinstitut für seelische Gesundheit in Mannheim
Katathymes

- Katathymes Bilderleben
Prof. Leuner Göttingen

- Ausbildung zum Arzt für Palliativmedizin, Ärztekammer
Nordrhein

- Facharzt für Naturheilverfahren,
Ärztekammer Nordrhein

Tranceinduzierte Kommunikation

konsiliarärztlich,
palliativmedizinisch,
als Supervisor und
in freier Praxis tätig seit 1998

meine Behinderungen
außerdem: no gender hyphen, no binnen capitals,
und Fragen stellen

Vorstellung



- 1) Wer bin ich?
- 2) In welchem Kontext arbeite ich?
- 3) Wie ist das Interesse am Thema:
Beruflich? Persönlich?
- 4) Vorerfahrungen mit Trance ?



Tranceinduzierte Kommunikation

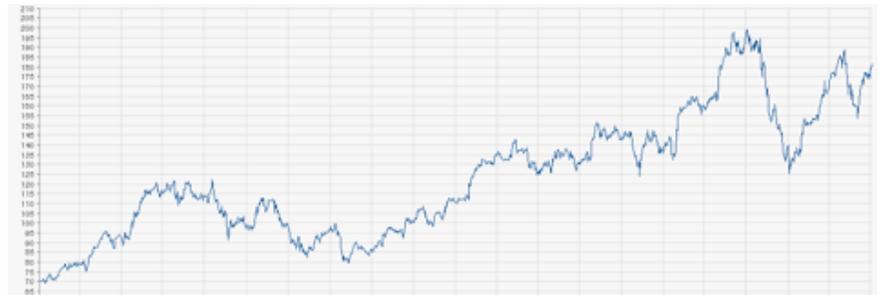
Werkstattcharakter palliative care II 2020

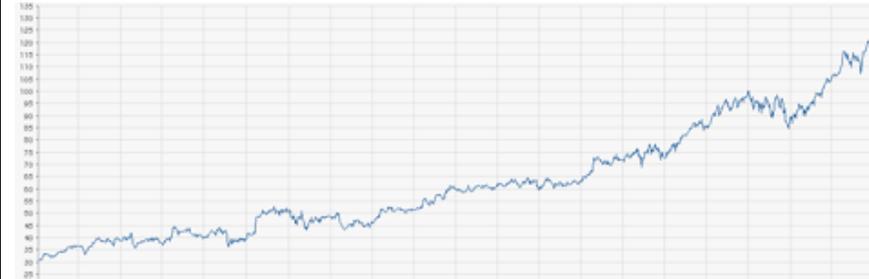
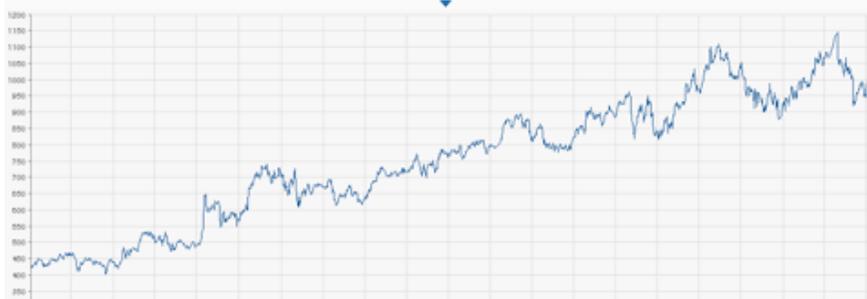
Portavitae.org



Dr.F.Stratmann

| Altersgruppen | Bevölkerung in Millionen | Interpolierte Mortalitätsrate von Covid in % | annehbare Todesfälle |
|---|--------------------------|--|----------------------|
| 55,308 Millionen | | | |
| Unter 1 Jahr | 0,7 | 0,2 | 140 |
| 1-5 Jahre | 3,4 | 0,2 | 680 |
| 6-14 Jahre | 6,2 | 0,2 | 1.240 |
| 15-17 Jahre | 2,3 | 0,2 | 460 |
| 18-20 Jahre | 2,5 | 0,2 | 500 |
| 21-24 Jahre | 3,3 | 0,2 | 660 |
| 25-39 Jahre | 15 | 0,4 | 6.000 |
| 40-59 Jahre | 23,4 | 1,2 | 28.080 |
| 60-65 Jahre | 10 | 3 | 30.000 |
| 65-80 Jahre | 12 | 5,5 | 66.000 > 60 Jährige |
| älter | 5 | 23 | 115.000 |
| ca. | 83,8 | | |
| annehbare Todesfallsumme für den Gesamtverlauf der Pandemie bei ungebremsten ungeimpften Verlauf ohne spezifische Therapeutika: | | | 248.760 |





*Das heutige Thema:
Kommunikation im Dreieck:*

Suggestion



Placebo

Trance

Tranceinduzierte Kommunikation

*Was hat das miteinander zu tun
und
was bringt es mir und meinen
Patienten ?*

Erleichterung

*durch den Einsatz und den
Gebrauch aller Sinne,
um Gefühlslage und Stimmung
positiv zu beeinflussen.*

Tranceinduzierte Kommunikation

*Ist heute schon jemand mit
dem Auto gefahren ?*

- 1 Bewusstsein
- 2 Kritischer Teil des Bewusstseins
- 3 Unterbewusstsein
- 4 Somatischer Teil



Tranceinduzierte Kommunikation

Rituale und Wiederholungen

Rituale, sich wiederholende Bewegungen, Monotonie, aber auch die gleichzeitige Verknüpfung unterschiedlicher Sinneseindrücke werden dafür eingesetzt. Sie erleichtern die Übermittlung von Botschaften an unser Unterbewusstsein

Ausserdem erleichtern sie auch unser Lernen.

Tranceinduzierte Kommunikation

Verstärker für Trancezustände:

*Geruch Geschmack
Gehör Gefühle
Bilder*

Tranceinduzierte Kommunikation

*Visionen Klänge
Empfindungen
Aromen Düfte*

Tranceinduzierte Kommunikation

Rhythmen und Harmonie

Schamanentrommeln und Monotone Rhythmen

Tranceinduzierte Kommunikation

Rhythmen und Harmonie

Schamanentrommeln und Monotone Rhythmen

Tranceinduzierte Kommunikation

Rhythmen und Harmonie

Schamanentrommeln und Monotone Rhythmen

Tranceinduzierte Kommunikation

Rhythmen und Harmonie

oder harmonische Klänge

Tranceinduzierte Kommunikation

oder die Monotonie der Derwischtänze:

<https://youtu.be/HljoLnKG7Ko>

Tranceinduzierte Kommunikation

oder eine Gotteserfahrung im Tanzen:

[Derwischtänze online youtube](#)

Tranceinduzierte Kommunikation

oder die Monotonie der Derwischtänze:



Tranceinduzierte Kommunikation

oder die Monotonie der Derwischtänze:



Tranceinduzierte Kommunikation

Eine Art "Wächter", ein kognitiver Filter, kontrolliert den Zugang unserer Sinneseindrücke zu unserem Unterbewußten.

Das UBW seinerseits aber braucht keinen Kontrolleur zum Zugang in unsere Welt.

Das UBW ist allzeit präsent:

Das Tor vom UBW in das Alltagsbewusstsein steht immer offen

Tranceinduzierte Kommunikation

Das Auto und das UBW

- was haben die miteinander zu tun ?

Selbstverständlichkeiten, Wiederholung, Gewohnheiten, Rituale

lassen unwillkürliches Handeln zu, machen es möglich,

daß das Unbewusste das Steuer übernimmt. und unser rationaler Verstand ausgeschaltet werden kann und auf Automatik schaltet.

Tranceinduzierte Kommunikation

Selbstverständlichkeiten, Wiederholung, Gewohnheiten, Rituale machen es möglich, daß das Unbewusste das Steuer übernimmt. und unser rationaler Verstand ausgeschaltet werden kann und auf Automatik schaltet.

Tranceinduzierte Kommunikation

*Selbstverständlichkeiten,
Wiederholung, Gewohnheiten, Rituale
machen es möglich,
daß unser rationaler Verstand
ausgeschaltet werden kann und
gewissermaßen auf eine unwillkürliche
Automatik schaltet.*

Tranceinduzierte Kommunikation

Von der Trance zur Kommunikation in Trance

*Wie gelangen Botschaften
in Trance an das Unbewusste ?*

Tranceinduzierte Kommunikation

*Der Eintrittswächter für Botschaften d.h.
Suggestionen ist unser kritischer Verstand.*

*Dieser Wächter bzw. Filter kann für eine
vorübergehende Zeit durch
Selbstverständlichkeiten, durch gleichförmige
Monotonie und durch sich wiederholende
Rituale ausgeschaltet werden.*

Tranceinduzierte Kommunikation

*Dann öffnet sich ein direkter Weg, ein
Informationskanal für Botschaften d.h.
Suggestionen am kritischen Wächter
vorbei an die darunter liegenden
Kosmos unseres Unbewussten, dem
Ort unwillkürlichen Handelns und
kreativer Imaginationen.*

Tranceinduzierte Kommunikation

Botschaften, die das Unbewusste zum Ziel haben, sind alltäglich in unserer Welt:

*in der Geschäftswelt (am deutlichsten zB. in der Werbung)
(s. Aktiencharts der bedeutendsten AGs weltweit und deren Sujet)*

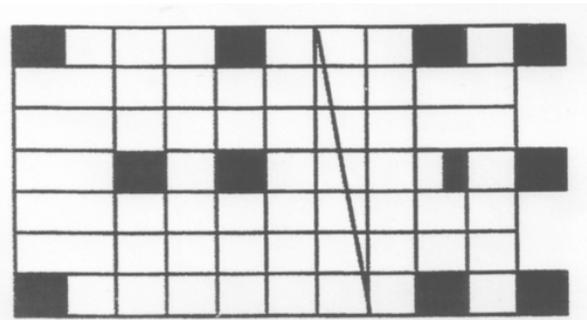
*in der Sprache der Politik
(das Vage und Ungefähre ruft die Visionen im Zuhörer hervor)*

in der Religion

*und in der Medizin
(letztlich geht's heute darum)*

- *Monotonie*
- *Wiederholungen*
- *mehrere gleichzeitige Sinneseindrücke*
- *nonverbale Tranceinduktion*

Zur Pause



Tranceinduzierte Kommunikation

Rituale und Wiederholungen

Die Wirkung von Wiederholungen und Alltagsgewissheiten (zB.: **Monotonie im Schulunterricht oder das Rosenkranzgebet**) auf das Alltagsbewusstsein kann darin bestehen, dass unser Alltagsbewusstsein und die kritischen Instanzen unseres bewussten Verstandes aufweichen oder sich auflösen und dadurch **suggestive Botschaften allmählich direkt auf das Unbewusste Einfluss nehmen können.**

Tranceinduzierte Kommunikation

Intensive Sinneseindrücke

Gleichzeitig wahrnehmbare, starke Eindrücke verschiedener Sinne, zb: Achterbahnfahrten und im extremen: ein Unfallschock können unser Alltagsbewusstsein - den kritischen Wächter - beeinflussen, beeinträchtigen oder auflösen.

Unter diesen Umständen können **suggestive Botschaften direkt auf das Unbewusste Einfluss** nehmen.

Tranceinduzierte Kommunikation

In der Werbung zum Beispiel führen nicht nur Wiederholungen sondern auch besonders intensive Sinneseindrücke zu mehr Kaufinteresse:

**Aroma-Strassen : Cinema popcorn
Rewe : Obststände**

Tranceinduzierte Kommunikation

Suggestionen und Kaufinteresse entstehen auch durch:

Autoritäten, Freunde, Wissenschaftler, Ärzte, denen man vertraut und manchmal auch nur durch ein Wort: "weil":

Word-of-Mouth-Marketing

Tranceinduzierte Kommunikation

Suggestionen

- 1) durch Wiederholung**
- 2) intensive Sinneseindrücke und**
- 3) Delegation der Entscheidung an Autoritäten**

....

ermöglichen die zeitweise Auflösung des Alltagsbewusstsein so sehr, dass die Grenzen fließend werden zur Trance.

Tranceinduzierte Kommunikation

*Das macht sich nicht nur die
Werbeindustrie zunutze.....*

Das ist allgegenwärtig

Tranceinduzierte Kommunikation

Rituale und Wiederholungen

*Sich regelmässig wiederholende Inszenierungen sind Rituale,
wie zum Beispiel:*

*Werbung,
Parteitage,
Festivals
kirchliche Feiern*

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance und Religion sind eng miteinander verbunden.

*Auch religiöse Rituale setzen möglichst viele Sinne ein,
um Erfahrungen jenseits des Alltagsbewusstseins zu ermöglichen.*

*Farben, Formen,
Gerüche, Geschmack (Brot und Wein)
und akustische Eindrücke (Musik)*

Tranceinduzierte Kommunikation

Botschaften können Bilder, Worte, Gerüche sein.

*Letztlich lassen sich über alle Sinneskanäle tranceähnliche
Zustände erreichen und für eine Beeinflussung des
Bewusstsein nutzen.*

*Ist die Erwartungshaltung erstmal bestätigt und die kritische
Bewusstseinsinstanz, gewissermassen der Grenzwächter,
besänftigt, befriedigt oder überzeugt, können Trance-
Erfahrungen möglich werden.*



Tranceinduzierte Kommunikation

*Ich habe einige weitere
Duftstoffe mit gebracht, die
Sie auf sich wirken lassen
können, wenn Sie wollen...*

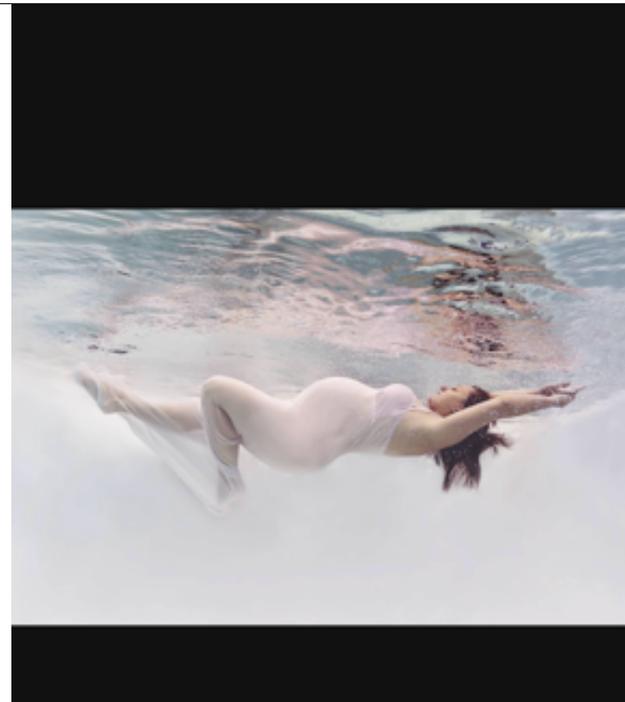
Tranceinduzierte Kommunikation

und in der Medizin ?



*Lourdes
seit 1854
30.000 Spontanheilungen*

*Das folgende Bild stammt von
ntv. Der TV-Sender berichtet
darin vom schmerzarmen
Gebären in Trance, wie es
auch bei der Familie Windsor
praktiziert wurde.*





© www.hypnose-jetzt.de - Hypnobirthing

Tranceinduzierte Kommunikation

17. Februar 1673
Jean-Baptiste Poquelin
stirbt auf der Bühne.

NeueLernpotentiale.de

Dr. Franz Stratmann

Tranceinduzierte Kommunikation

Le Malade imaginaire sollte in bitterer Ironie sein letztes Stück bleiben und die Hauptrolle des eingebildeten Kranken seine letzte Rolle. Während der vierten Aufführung am 17. Februar 1673 erlitt er einen Schwächeanfall inklusive Blutsturz, den die Zuschauer zunächst für eine Einlage innerhalb der Komödie hielten.

(wikipedia)



DAS MAGISCHE AUGE I

Ein dreidimensionales Kartenspiel

Eine neue Art, Dinge zu sehen !

Beim Durchblättern dieses Spieles sehen Sie zunächst dekorative Bilder, bestehend aus Strichen, Farben und Mustern. Mit etwas Geduld können Sie bald noch viel mehr erkennen ...

Sie brauchen dazu weder besondere Fähigkeiten noch eine spezielle Brille, auch wenn der Titel »DAS MAGISCHE AUGE« heißt. Wir nennen die dreidimensionalen Bilder einfach »magische Bilder« und erklären Ihnen, wie man sie sehen kann.

Berühren Sie die Mitte der Abbildung mit der Nasenspitze, starren Sie eine Weile geradeaus, als würden Sie durch das Bild hindurchschauen. Bewegen Sie die Karte langsam von der Nase weg, bis Sie Ihre gewohnte Leseentfernung erreicht haben. Jetzt beginnt sich vor Ihren Augen ein dreidimensionales Bild zu entwickeln...

Diese Bilder gilt es zu Serien und Reihen zusammenzustellen.

Der Erfolg der Bücher in den USA, Japan und Korea zeigt das große Interesse vieler moderner Menschen an faszinierenden Illusionsbildern.

**Wisst ihr noch damals?
Als Kind auf der Couch
einschlafen und im
Bett aufwachen?
Wann genau verlernt
man das teleportieren?**

Mal was anderes

1 linke Hand heben
2 rechte Hand heben
A Linkes Bein heben
B rechtes Bein heben

1 2 B A 1 2 A B 2 A 1 2 A B 2 A B 1 2 B A 1 2
1 A 2 B 1 2 A B 2 A A 1 2 A B 2 A B 1 2 A A 1 2
1 1 B A 1 B A 1 2 A B 2 A 2 2 A B 2 A 1 2 B

Tranceinduzierte Kommunikation

*In der Medizin gibt es
überwältigend viele
TrancePhänomene.*

Tranceinduzierte Kommunikation

*von
Nocebos der Nebenwirkungen,
Placebos in der Forschung
und
Curabos in der Medizin:*

Tranceinduzierte Kommunikation

***Nocebos und die Sprache
der Beipackzettel***

Tranceinduzierte Kommunikation

und Placebos?

***Placebo domino in regione
vivorum (Ps 114,9)***

Tranceinduzierte Kommunikation

*Das Placebo (entsprechend
Nocebos und Curabos) sind
Sonderformen der Trance*

Tranceinduzierte Kommunikation

*"Quarks" zu
Antidepressiva
31. Oktober 2019*

Fazit

Im Jahr 2018 veröffentlichten Forscher die bisher größte Review-Studie zum Thema Antidepressiva. Nach der Auswertung von Daten aus 522 Einzelstudien kamen die Autorinnen und Autoren zu dem Ergebnis, dass Antidepressiva deutlich besser wirken als Placebos. **Einer Neubewertung der gleichen Daten durch ein anderes Team im Mai 2019 hielt dieses Ergebnis jedoch nicht stand.** Alleine aufgrund der Datenlage aus klinischen Studien scheint man bisher also **keine klare Aussage zur Effektivität von Antidepressiva** treffen zu können. Eine Verbesserung der Studien und Beurteilungskriterien in der Pharmakologie, aber auch im Bereich der Therapieforschung, ist dringend notwendig.

Tranceinduzierte Kommunikation

*"Metastudienergebnisse"
zu Antidepressiva
GWUP 7/2019*

Antidepressiva und Placebo

Punkte auf einer subjektiven Ratingkala von 0 bis 52 Punkten geht. Sobald als Behandlungsergebnis härtere Messgrößen verwendet werden, wie etwa Suizidversuche oder Suizide, schneiden AD nicht besser als Placebo ab (Plöderl 2019). Zudem ist es durchaus so, dass Medikamente in anderen Bereichen mitunter auch nur sehr schwache Ergebnisse erzielen, dies sollte jedoch nicht als Rechtfertigung dienen, dass AD deswegen ausgesprochen nützlich sind.

Schlussfolgerung

AD sind Placebo im Durchschnitt klinisch nicht signifikant überlegen und haben zum Teil schwerwiegende Nebenwirkungen (Carvalho, Sharma, Brunoni, Vieta, & Fava 2016; Jakob-

Methode: Es wurde eine selektive Literaturrecherche in MEDLINE durchgeführt, die durch eine Referenzrecherche ergänzt wurde.

Tranceinduzierte Kommunikation

... nur einwilligungsfähige Patienten ein. Die Chances der
Medikamentöse Notfallbehandlung

psychomotorischer Erregungszustände und aggressiven Verhaltens

DÄB 8.7.2017
... antiausschlagende Wirkung und soll ... Nebenwirkungen wie Frühdiskinesien und epileptischen Anfällen, in der Regel nicht mehr als Monotherapie angewendet werden. Haloperidol in Kombination mit Benzodiazepinen oder Promethazin sowie die Substanzen Lorazepam, Olanzapin, Ziprasidon und Aripiprazol jeweils als Monotherapien sind bei parenteraler Verabreichung wirksam in der Behandlung aggressiver Erregungszustände.

Schlussfolgerung: Alle genannten Medikamente können bei Akzeptanz durch den Patienten einen zusätzlichen erwünschten Placebo-Effekt entfalten, sodass die beruhigende Wirkung häufig schneller zu beobachten ist, als dies pharmakologisch erklärbar ist. Deshalb ist in Notfallsituationen wichtig, den Patienten so weit wie möglich in die Behandlungsentscheidungen einzubeziehen.

Kontakt: Sophie Hirsch, Tilman Steinert, ZfP Südwürttemberg, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie I der Universität Ulm, Ravensburg; sophie.hirsch@zfp-zentrum.de, tilman.steinert@zfp-zentrum.de

Zitierweise: Hirsch S, Steinert T. The use of rapid tranquilization in aggressive behavior. Dtsch Arztebl Int 2019; 116: 445-52. DOI: 10.3238/arztebl.2019.0445

©lltextversion: www.aerzteblatt.de/19m0445

Tranceinduzierte Kommunikation

Medikamentöse Notfallbehandlung psychomotorischer Erregungszustände und aggressiven Verhaltens
DÄB 8.7.2019

Fazit

Antipsychotika und Benzodiazepine sind bei parenteraler und enteraler Verabreichung wirksam in der Behandlung aggressiver Erregungszustände. Nach klinischer Erfahrung können alle genannten Medikamente bei Akzeptanz durch den Patienten einen zusätzlichen erwünschten Placeboeffekt entfalten, sodass die beruhigende Wirkung häufig schneller zu beobachten ist, als dies pharmakologisch erklärbar ist. Diese Erfahrung relativiert die Diskussion um Wirkweise, Substanzwahl und Applikationsweg. Neue Applikationswege und andere Substanzgruppen werden auch in Zukunft Ausnahmesituationen vorbehalten bleiben.

Tranceinduzierte Kommunikation

Das Placebo selbst kann keine Effekte auslösen. Wirkung kann nur im Patienten selbst im Rahmen von set und setting entstehen, also zB. über die Art und Weise seiner Verabreichung durch den Arzt an den Patienten.

Tranceinduzierte Kommunikation

Placebos wirken wie Medikamente

Ende der 1970er Jahre haben Studien erstmals gezeigt, dass im Körper dann die gleichen Prozesse ablaufen wie bei echten Schmerzmitteln, genauer bei Opioiden. Das Placebo aktiviert die körpereigenen Opiode, oder tendiger: die Selbstheilungskräfte. Später, als man die technischen Möglichkeiten dazu hatte, stellte man fest, dass die Hirne von Menschen, die Placebo einnehmen, genauso aussehen wie die von Menschen, die tatsächlich Schmerzmittel nehmen.



Tranceinduzierte Kommunikation

Heute gilt es als sicher, dass die Wirkung jeder Therapie und jedes Medikaments zu einem Teil Placebo ist. Wie groß der Anteil ist, ist schwer festzustellen, umstritten und variiert je nach Krankheit. Bei bestimmten Medikamenten, vor allem solchen aus der Psychiatrie, sprechen Enthusiasten davon, dass der Placebo-Effekt bis zu 70 Prozent der Wirkung ausmache.



FAS 25.6.17





Tranceinduzierte Kommunikation

Wenn Placebos offen, also als Curabos, verabreicht werden, funktioniert das über Suggestion. Der Patient muss daran glauben, dass das Placebo wirkt und **Er muss vom Arzt genau erklärt bekommen, warum es wirken soll**. Bei Menschen mit Reizdarmsyndrom etwa mit einem Satz wie diesem hier: „In Studien konnte gezeigt werden, dass Placebos positiv in die Darm-Hirn-Achse eingreifen.“ Der Arzt muss also dem Patienten das Konzept begreifbar machen.



Tranceinduzierte Kommunikation

Erfolgreiche Studie mit Rückenschmerz-Patienten

2017 verschrieb Cláudia Carvalho an der Universität in Lissabon Placebos an Patienten mit chronischen Rückenschmerzen. Die Tabletten steckten in den in Portugal üblichen Pillenflaschen, drauf stand „Placebo-Pillen“ und „zwei am Tag einnehmen“, drin waren orangefarbene Gelatinepillen mit mikrokristalliner Zellulose – ein typischer Inhaltsstoff von Medikamenten, der medizinisch wirkungslos ist.



Tranceinduzierte Kommunikation

Erfolgreiche Studie mit Rückenschmerz-Patienten

Drei Wochen lang sollten die Rückenschmerz-Patienten die Placebos einnehmen. 40% von ihnen glaubten nicht daran, dass das funktionieren würde. Sie waren überrascht: Durchschnittlich reduzierte sich der empfundene Schmerz in der gesamten Placebo-Gruppe um ein knappes Drittel. Manche Patienten berichteten sogar davon, wie sie auf einmal wieder ins Fitnessstudio gehen, stundenlang shoppen oder schwere Taschen tragen konnten.



Tranceinduzierte Kommunikation

weitere suggestive Therapien als Sonderform der Trance:

- Operationen Das "hypnotische Magenband"
- Knie- und Gelenkoperationen
- Bestrahlungstherapie in Kombination mit LED / Softlaser
- Injektionstherapie / Suggestive Salben
- Akupunktur
- Homöopathie
- Ausleitungstherapie - Detox / Anstoßen von Entgiftungsprozessen
- Operationen am Energiekörper / an der Aura

Tranceinduzierte Kommunikation

Was ist Trance?

Trance [träs] (lat. transire hinübergehen, überschreiten) :

veränderte Bewusstseinszustände

mit einem intensiven mentalen Erleben, die sich durch eine fokussierte Konzentration auf einen Vorgang bei gleichzeitig sehr tiefer Entspannung auszeichnen.



Tranceinduzierte Kommunikation

Spontanes Auftreten von Trancezuständen:

In der Schule

Beim „versunken“ spielenden Kind

beim Lesen eines Buchs

bei langen Autofahrten

Beim Marathonlauf

bei Rave, Techno und auch klassischer Musik

Tranceinduzierte Kommunikation

Trancen führen zu verschiedenen vorübergehenden psychischen Veränderungen:

psychische Veränderungen:

- Einengung von Wahrnehmung und Aufmerksamkeit
- negative oder positive Halluzinationen
- Veränderungen des Erinnerungsvermögen,
- Veränderungen des des Zeitempfinden (Dehnung oder Stillstand)
- Veränderungen von Kontrollgefühlen und
- Veränderungen von Emotionen

Tranceinduzierte Kommunikation

Trancen führen zu verschiedenen vorübergehenden körperlichen Veränderungen:

Körperliche Veränderungen:

- **veränderter Muskeltonus** (entweder Starre oder Hyperaktivität)
- **unwillkürliche ideomotorische Bewegungen**
- **Schmerz- und Empfindungslosigkeit**

Aber:

Es gibt keine allgemeingültige Definition von Trance.

Tranceinduzierte Kommunikation

**Eine Erleichterung erfahren
Suggestionen und deren Wirkung durch
Wiederholung und Rituale.**

**Rituale wirken suggestiv,
sie erzeugen Suggestionen
von Zugehörigkeit und Hingabe.
Sie lassen so TrancePhänomene entstehen.**

Das Ritual selbst ist eine Wiederholung

Aber die einzelnen Elemente lassen sich auch wiederholen und erleichtern so durch die Wiederkehr des Gleichen die Trance und somit den Zugang zum Unbewussten.

**Beispiele der klassischen Hypnose:
Pendelbewegung und Blickfixation.**

Konsensuelle Erfahrung: die Augen werden schwer.

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance ist Einengung des Bewusstseins:

Sinneswahrnehmungen und das Gefühl der persönlichen Identität – das Ichbewusstsein – können vorübergehend eingeschränkt oder ganz ausgeblendet werden.

Tranceinduzierte Kommunikation

Trancezustände können

willentlich (z. B. visuelle [Imagination](#) im [Tagtraum](#), [Selbsthypnose](#), [schamanische Techniken](#)),

durch (zugelassene) **Fremd-Suggestion** ([Trance-Induktion](#), [Hypnose](#), [hypnosystemische Therapie](#)),

andauernde Aufmerksamkeit auf eintönige Reize (z. B. [Meditation](#), [Yoga](#), [mentale Vertiefung](#))

in körperlichen **Extremsituationen** ([Marathon](#), [Orgasmus](#))

oder durch **Krankheit** ([pathologische Trance- und Besessenheitszustände](#)) und [Drogen](#)

ausgelöst werden.

Tranceinduzierte Kommunikation

*Patientenorientierte Trance ist
focussierte Aufmerksamkeit,
die auf bestmögliche Weise
so gesteuert wird, dass der
Patient seine Ziele erreicht.*

Milton H. Erickson

Tranceinduzierte Kommunikation

*Bereitschaft und ein spezieller Auslöser sind
unerlässlich und notwendige Bedingungen zum
Entstehen von Trance.*

Ausserdem sind sie abhängig vom

kulturellen bzw. religiösen

und aktuellen Hintergrund

Tranceinduktion

*Angesichts der palliativen Lebensumstände
ist die Tranceinduktion in vielen Situationen
das Verfahren der Wahl, um diesen
Patienten Erleichterung, Entspannung und
eine Problemlösung möglich zu machen.*

Tranceinduktion

*Was ist nötig, um Trance-Zustände zu erleben
bzw. zu erleichtern?*

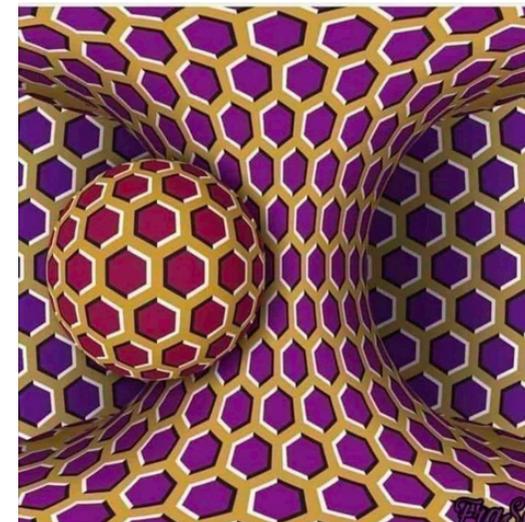
Tranceinduzierte Kommunikation

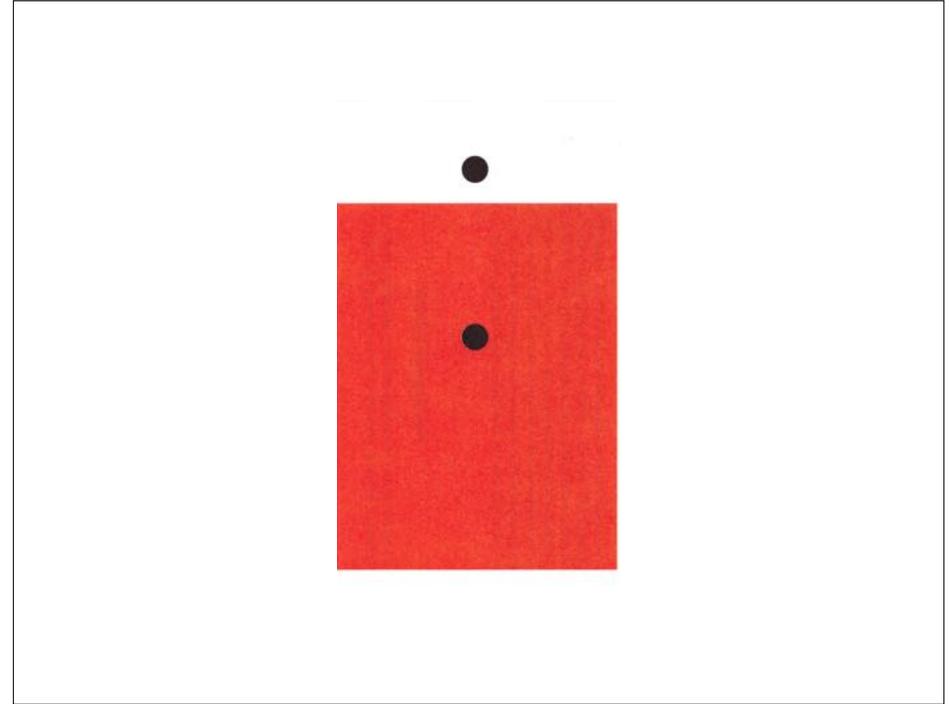
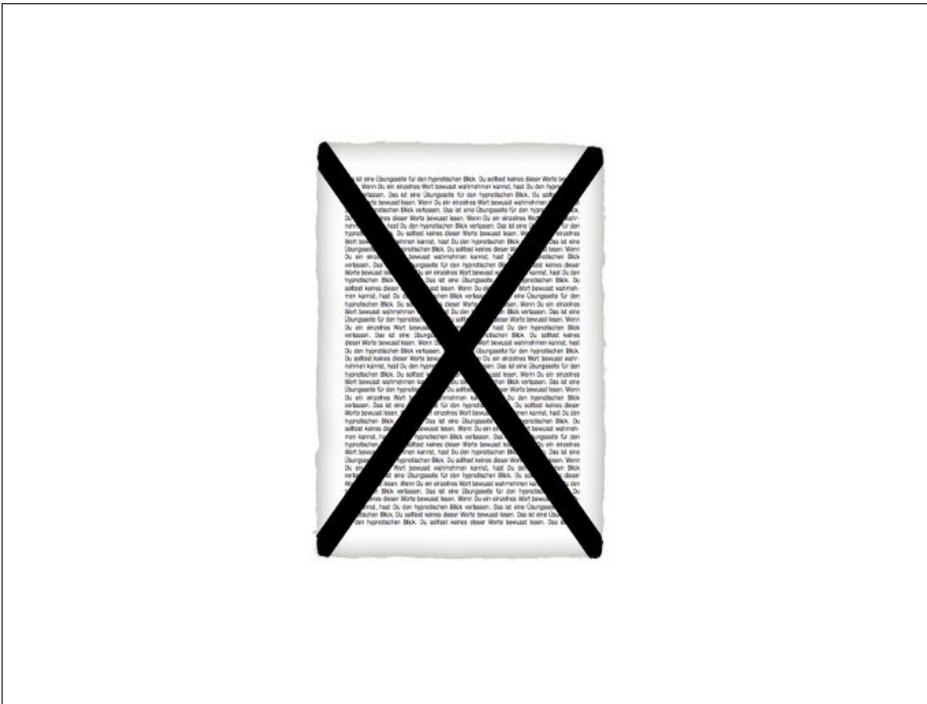
*Es geht um Mentaltechniken:
zB. Das magische Auge*

(Foto 58)



When your ThirdEye finally opens





Tranceinduzierte Kommunikation

ASMR

Autonomous Sensory Meridian Response (oft als ASMR abgekürzt) bezeichnet die Erfahrung eines statisch-ähnlichen oder kribbelnden Gefühls auf der Haut, das typischerweise auf der Kopfhaut beginnt und sich entlang des Nackens und der oberen Wirbelsäule bewegt (sogenannte Tingles).

Tranceinduzierte Kommunikation

Wir haben bis zu diesem Punkt fast alle Sinneseindrücke erleben können, wenn Sie es wollten.

Es gibt auch weitere Sinneseindrücke, die die Evozierung einer Trance begleiten:

Im Angesicht der Uhrzeit:

Tranceinduzierte Kommunikation

Den Geschmack von

Taurin, Ginseng oder Kaffee...

zum Einstieg in eine Frische-Trance

Tranceinduzierte Kommunikation

Kaffeebohnen

Tranceinduzierte Kommunikation

Wir können in der Medizin die Möglichkeiten der Trance nutzen, um die Lebensqualität palliativer Patienten zu bessern. Dafür bieten sich einige Eigenschaften unseres Nervensystems als Erleichterung an:

Tranceinduzierte Kommunikation

*Um Trancewirkung zu erreichen sind Passung und Rapport elementar notwendig. Für die Passung und für eine Tranceinduktion bzw. -Wirkung gibt es ein neurophysiologische Hilfsmittel:
(Rizzolatti)*

Keyesers, C.: The Empathic Brain. Createspace, 2011

Portavitae.org



Dr.F.Stratmann

Tranceinduzierte Kommunikation

Spiegelneuronen

sie aktivieren beim Gähnen zB. auch das Gegenüber

Portavitae.org



Dr.F.Stratmann

Tranceinduzierte Kommunikation

Das Lachen der Kleinkinder

Portavitae.org



Dr.F.Stratmann

Tranceinduzierte Kommunikation

*willst Du eine Pizza bestellen:
nein
Aber wenn die Pizza kommt:
doch*

Portavitae.org



Dr.F.Stratmann

Tranceinduzierte Kommunikation

Eine hilfreiche Voraussetzung dieses Verfahren ist etwas praktische Übung, eine Trance zu induzieren.

Das ist kein Zauberwerk sondern Ergebnis von Passung (einer passenden Gestik, Mimik, Haltung, Stimmlage, Tonalität) und stimmigen Inhalten.



Tranceinduzierte Kommunikation

nützliche Passung:

*Körperhaltung (ggf. Spiegeln)
passende Thematik
auch Passung im Sprachduktus
(Dialekt zB)
Sprachinhalte:
Sprechen mit der vagen
Interpretationsbreite der Politiker
keine Verneinungen*

Beziehungsgestaltung „Rapport“



- *Eine gute Beziehung lebt von Ähnlichkeit*
- *gemeinsame Wellenlänge haben*
- *Vertrauen empfinden*
- *offen füreinander sein*

Tranceinduzierte Kommunikation

mögliche weitere, teilweise unerhebliche Passungen:

*Kleidung
Beruf
Schuhart
Augenfarbe
Haarfarbe*

zur Passung:



Tranceinduzierte Kommunikation

*... und es geht um
Sprachmuster*

Tranceinduzierte Kommunikation

*Für entspannende Trance-Anwendungen mit
unseren Patienten sind folgende
Voraussetzungen bedeutsam:*

*Bereitschaft des Patienten
gutes **Pacing** (viele Parameter treffen)
gute Wordwahl (keine Negationen, nichts Harsches)
Spiegeln der konsensuellen Erfahrung
positives Gedankenlesen*

Tranceinduzierte Kommunikation

Ablauf einer einfachen Trance-Induktion

- 1. Passung herstellen bzw. aktualisieren*
- 2. TranceInduktion: mit Alltagsgewissheiten beginnen*
- 3. Vertiefen der Trance zum positiven Gedankenlesen,
bei dem das aus Patientensicht Wünschenwerte positiv formuliert wird*
- 4. Reorientierung bzw. Rückführung*

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

Eine gesprächsweise Trance wird mittels Induktion erzielt, der Proband befindet sich dabei möglichst bequem in liegender oder sitzender Position.

Dabei kommt eine SprachTextur, eine Art Webmusters aus konsensueller Erfahrung und positivem Gedankenlesen zum Einsatz.

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

Web-Muster

Es werden dabei wie bei einem Webmuster Feststellungen über die Realitäten der umgebenden Welt und die gemeinsamen Sinneserfahrungen (konsensuelle Erfahrungen) auf der einen Seite im Wechsel verbunden mit Feststellungen und sicheren Vermutungen zu den angenommenen Wünschen und Bedürfnissen auf der anderen Seite (positives Gedankenlesen).

Erleichterung findet das positive Gedankenlesen durch eine möglichst grosse Unbestimmtheit der Ausdrucksweise.

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

- mit Alltagsgewissheiten beginnen
(konsensuelle Erfahrung)
-Bestätigungsformeln nutzen
("nicht wahr ?, oder")*
- zum Wünschenswerten voranschreiten
(positiv formulierten Gedankenlesen)*
- Vagheit wagen*

Tranceinduzierte Kommunikation

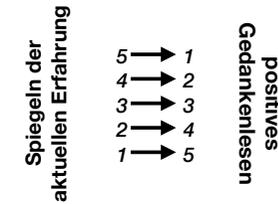
Trance im Gespräch

Das Trance-Ende

Zur Beendigung wird die Trance aufgelöst bzw. zurückgeführt. Der Macher seiner Trance reorientiert sich im Raum und in der Gegenwart, er erwacht.

Tranceinduzierte Kommunikation

Schema zur Trance-Induktion



Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

Trance-Motive

Im Rahmen der Trance können dem Probanden TranceMotive angeboten werden wie zB. **Entspannung** in unserer ersten Übung.

Tranceinduzierte Kommunikation

Das WünscheUniversumKarten Set
zur Orientierung für
positives Gedankenlesen

36 Statements auf Karten,
die sich im Gespräch sortieren lassen:

sehr wichtig

wichtig

unwichtig

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen: Arbeitsmaterialien

**WünscheUniversumKartenSet zur
Orientierung für positives Gedankenlesen**

*36 Statements nach § 132 g auf Karten,
kategorisierbar nach den Kriterien:*



sehr wichtig

wichtig

unwichtig

Tranceinduzierte Kommunikation

Spiegeln der aktuellen Erfahrung

Tranceinduzierte Kommunikation

Spiegeln der aktuellen Erfahrung

*Deine Augen wandern über diese Folie,
Du liest diese Worte,
Du atmest weiter ein und aus und spürst den Stuhl auf dem Du sitzt.....
Du hast hier heute hergefunden.
Du sitzt hier.
Du spürst Deinen Atem ausströmen.
Du spürst das leichte Kitzeln unter der Nase oder auf Deinem Gaumen,
den Dein Atem verursacht.
Du hörst meine Worte.
Du spürst Dein Gewicht auf dem Stuhl auf dem Du sitzt
Du spürst die Uhr an deinem Handgelenk.
Du schaut auf*

Tranceinduzierte Kommunikation

Spiegeln der aktuellen Erfahrung

*Du fühlst die Wärme der anderen Menschen in diesem Raum.
Du bist heute Morgen aufgestanden.
Du spürst den Speichel in Deinem Mund.
Du hörst die Geräusche und Stimmen um uns herum.
Du riechst den Duft der Aromastoffe in der Luft.
Du spürst Deine Füße.
Du fühlst die Kleidung auf deiner Haut.
Du spürst die Atmosphäre hier im Raum.*

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen

Hier formuliert man zunächst sehr vage, was wohl der Klient denken oder sich wünschen könnte. Negationen sind dabei zu vermeiden.

Wenn man dessen nonverbalen Signale aufmerksam beobachtet, sieht man meistens sofort, ob die Vermutung zutrifft; dann kann man sie noch einmal etwas entschiedener wiederholen oder modifizieren, falls man ablehnende Signale empfängt.

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen Beispiele

Jetzt ist alles Anstrengende getan,

nimm deinen Atem wahr,

atme ein und aus....

.....und spüre, wie alles weit wird.

Lass dich treiben,

.....während sich dein Körper mehr und mehr entspannt

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen Beispiele

Ein Teil von Ihnen möchte herausfinden, was geschieht, wenn Sie in Trance gehen

... Sie wissen noch nicht wirklich, wie leicht Sie in eine Trance gehen können.

Du weißt, wie man in Trance geht

Du möchtest eine wichtige Erfahrung machen ...

Du dürftest gespannt sein, was als Nächstes kommt ..."

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen Beispiele

Du genießt deine Atmung.

Du spürst wie deine innere Energie steigt.

Du genießt dein Interesse am Kommenden.

Du beginnst deine zunehmende Entspannung zu bemerken.

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen Beispiele

Du fühlst wie deine Muskeln immer lockerer werden.

Und du merkst, wie sich alle deine Sinne öffnen und verstärken.

Du fühlst wie sich deine Neugierde vergrößert.

Du genießt den Klang deiner Stimme und du lässt dich völlig fallen.

Tranceinduzierte Kommunikation

positives Gedankenlesen Beispiele

Du tankst den Sauerstoff aus der Luft und spürst die Energie, die er Dir gibt.

Du merkst wie deine Aufnahmefähigkeit für alles was um dich geschieht steigt.

Du spürst wie dein Puls langsamer wird und sich der Stimmung anpasst.

Du fühlst dich leicht, als würde die Schwerkraft schwinden.

Mini-Trance gesprächsweise:

Hier zu sein heisst, dass Sie diesen Prozess geniessen werden, denn wenn Sie so atmen, bedeutet das, dass Sie sogar noch tiefer gehen wollen und die Tatsache, dass Sie lernen wollen, bedeutet, dass Sie lernen werden und Ihnen leicht ein paar weitere, eigene Beispiele wie dieses einfallen können.

Trance beim Lesen:

SPIEGELN der aktuellen Erfahrung:

Deine Augen wandern über diese Sätze, Du liest diese Worte, atmest weiter ein und aus und spürst den Stuhl unter Deinem Gesäß...

Gedankenlesen:

Ich weiß, Du fragst Dich wie wichtig das hier für Dich ist, weil Du willst, dass Du hier etwas lernst und dass Du morgen mehr wissen willst als heute, sodass ähnliche Sätze wie von selber von Dir geschrieben und Dir gewissermassen zu fliegen werden.

Mini-Trance beim Lesen:

Wenn Du das liest, dann wirst Du lernen. Also lies das nur dann, wenn Du in eine angenehme Lerntance gehen willst. Denn während Du auf Deinem Stuhl sitzt, lernst Du, was Du wissen musst und unsere Interaktion hier verstärkt möglicherweise Dein Verlangen und bewirkt, dass Du das lernen willst.

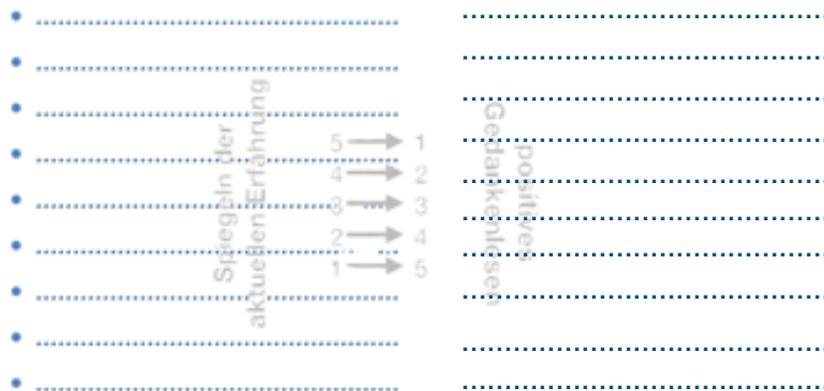
Jetzt, nachdem Du diese Sätze gelesen hast, fallen Dir sicherlich noch weitere Beispiele ein.

Persönliches Webmuster erstellen

Tranceinduzierte Kommunikation

Entwickeln Sie Ihre eigene WebMuster

Positives Gedanken lesen im Wechsel mit konsensueller Erfahrung



Beispiele: konsensuelle Erfahrung

Du atmest weiter ein und aus und spürst den Stuhl auf dem Du sitzt.....

Du hast hier heute hergefunden.

Du sitzt hier.

Du spürst Deinen Atem.

Du hörst meine Worte.

Du spürst Dein Gewicht auf dem Stuhl auf dem Du sitzt.

Du spürst die Uhr an deinem Handgelenk.

Beispiele: positives Gedankenlesen

Du genießt Deine Atmung.

Du spürst, wie Deine innere Energie steigt.

Du fühlst Dich leicht, als würde die Schwerkraft schwinden.

Du beginnst mehr und mehr Deine Entspannung zu spüren.

Du fühlst, wie sich Deine Neugierde vergrößert.

Du möchtest eine wichtige Erfahrung machen ...

Du hörst Stimmen und Geräusche, die Deine Trance vertiefen.

Du fühlst Dich ganz geborgen in dem Zauber Deiner Kraft.

Jetzt ist eine schöne Zeit - jetzt ist das Glück Dein Kleid.

Tranceinduzierte Kommunikation

Ablauf einer einfachen Trance-Induktion

1. *Passung herstellen bzw. aktualisieren*
2. *TranceInduktion: mit Alltagsgewissheiten beginnen*
3. **Vertiefen der Trance**
zum positiven Gedankenlesen, bei dem das aus Patientensicht Wünschenwerte positiv formuliert wird
4. *Reorientierung und Rückführung*

Ausarbeitung

2 Patientenvignetten in der Gruppe

Tranceinduzierte Kommunikation

alternative Übung

*Einfache Tranceinduktion:
mit Muse Macher Mentor
in 3-er Gruppen*

Tranceinduzierte Kommunikation

einfaches Trancemotiv: Entspannung

- *Spüre Deine Fersen*
- *Lenke Deine Achtsamkeit auf Deine Waden*
- *spüre die Muskulatur Deiner Oberschenkel*
- *über die Hüfte strömt wohlige Wärme in dein Becken*
- *und den Solar-Plexus um Deinen Nabel*
- *Lenke Deine Achtsamkeit nun auf Deinen Atem*
- *spüre nun auch den Hauch von Entspannung in Deinem Bewußtsein*

Plenum

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

Trance-Motive

*Im Rahmen der Trance können dem Probanden TranceMotive angeboten werden. Diese können neben einfachen Themen wie **Entspannung** komplexere Themen zum Inhalt haben wie zum Beispiel den **"erholsamen Ort in einer schönen Zeit"**, **"der sichere Platz als Schutz und Schild"** oder **"Die Werkstatt zur Bewältigung meiner Herausforderungen"***

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

Trance-Motive

*Mit solche TranceMотивen kann der **"TranceMacher"** direkt auf sein Unbewusstes einwirken.*

In neuropsychologischen Untersuchungen mit bildgebenden Verfahren konnte gezeigt werden, dass dabei die Aktivität bestimmter Gehirnareale selektiv reduziert ist.

Tranceinduzierte Kommunikation

Trance im Gespräch

Trance-Motive

TranceMotive, die auch nach Auflösung der Trance noch wirksam sein sollen, werden als nachhaltige TranceMotive bezeichnet. Auch nach der Trance mit nachhaltigen Motiven treten messbare Veränderungen der Informationsverarbeitung im Gehirn auf.

Tranceinduzierte Kommunikation

„Ankern“

ist das Verbinden
guter Erlebnisse, Orte, Zustände, Bilder, nachhaltiger Trancemotive

mit einem
selbst herbei geführten körperlichen Reiz ...
zB. durch einen leicht zu erzeugenden oder in bestimmten
Situationen auftretenden Körperreiz
(im Sinne eines bedingter Reflexes)

Ankern eignet sich zur wiederholten Nutzung ausserhalb der
TranceSituation bei entsprechenden Symptomen oder
Stimmungslagen.

Probieren Sie's doch auch mal aus ...!



DAS HAKINI MUDRA: Für Konzentrationsfähigkeit und Klarheit

Lege alle Fingerspitzen der einen Hand auf die entsprechenden Fingerspitzen der anderen Hand. Strecke und spreize dabei entspannt die Finger. Die Hände befinden sich in der Mitte deines Körpers, auf der Höhe des Brustbeins. Die Schultern sind entspannt, Ellenbogen zeigen nach unten. Schließe deine Augen und halte diese Position ein paar Minuten. Atme dabei bewusst ein und aus. Beim Einatmen kannst du das Wort „Konzentration“ gedanklich wiederholen und beim Ausatmen „Klarheit“. Verbinde dich mit Furchtlosigkeit und spüre deine innere Stärke. Gedanken lässt du wie Wolken am Himmel vorbeiziehen. Auch im Lauf des Tages kannst du dir immer wieder sagen: „Ich bin konzentriert, ich bin klar.“



DAS ABAYA MUDRA: Für Furchtlosigkeit und innere Stärke

Deine Handflächen zeigen nach vorne. Hände auf Brusthöhe halten, leicht seitlich versetzt zu den Schultern. Deine Finger sind gestreckt und zeigen nach oben. Schultern und Ellenbogen sind dabei entspannt. Schließe deine Augen und halte diese Position mindestens ein paar Minuten, solange wie du magst. Atme dabei bewusst ein und aus. Beim Einatmen kannst du das Wort „Furchtlosigkeit“ gedanklich wiederholen und beim Ausatmen „innere Stärke“. Verbinde dich mit Furchtlosigkeit und spüre deine innere Stärke. Gedanken lässt du wie Wolken am Himmel vorbeiziehen.

Tranceinduzierte Kommunikation

*2. Übung
Muse Macher Mentor
3 er Gruppen
nice place & Ankern*

Plenum

Vielen Dank

Auf Wiedersehen

Dr.Franz Stratmann

www.neueLernpotentiale.de

.....Arbeitsmaterialien / Handouts

nach Registrierung: auf www.portavitae.org

