

## **Wut und Aggression**

Hypnose und hypnotherapeutische Methoden mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen  
Wien VPA 26./27.9.25

**Susy Signer-Fischer**, lic. phil. Fachpsychologin Psychotherapie und  
Kinder- und Jugendpsychologie FSP, Basel und Bern  
[www.susysigner.ch](http://www.susysigner.ch)

### **Beschreibung**

In diesem Seminar werden einige Möglichkeiten aufgezeigt für die Psychotherapie und Beratung von Kindern, Jugendlichen, und Erwachsenen, die in irgendeiner Weise aggressiv (heiße oder kalte Aggression) oder gewalttätig sind. Es wird kurz darauf verwiesen, wie deren Familie und eventuell das weitere soziale Umfeld einbezogen werden können.

Die Auswirkungen von heißer und kalter Aggression sind gleich oder ähnlich. Die Hintergründe und das Erscheinungsbild der beiden Formen sind meist unterschiedlich:

Die heiße Aggression erfolgt mit heißen Gefühlen, meist Wut, und ist schwer zu kontrollieren. So geht es in der Behandlung um Themen wie sich kontrollieren, Grenzen setzen und wahrnehmen, Frustrationstoleranz erhöhen, robuster zu werden und etwas durchzuhalten. Kalte Gewalt erfolgt fast ohne Gefühlsbeteiligung, „cool“, manchmal gar berechnend. In der Hypnopsychotherapie werden Themen wie Selbstwahrnehmung, Fremdwahrnehmung und Empathieaufbau behandelt. Bei beiden Formen der Gewaltanwendung sei es direkt, persönlich oder mittels z.B. Medien, werden außerdem Bereiche (je nach Hintergrund des Verhaltens) wie Bewusstseinszustand und Achtsamkeit, Identität, Selbstwirksamkeit, Sozialverhalten, ethisch-moralische Aspekte, Konfrontation mit den Folgen der Handlungen und Selbstverantwortung, behandelt.

### **Das Seminar beinhaltet**

Unter Einbezug verschiedener theoretischer Konzepte (z. B. Aggressionstheorien, Einfluss der Medien) erarbeiten wir hypnotherapeutische Methoden anhand von Fallbeispielen und praktischen Interventionen und enthält einen hohen SE Anteil

**Susy Signer-Fischer**, lic.phil. Psychologin und Psychotherapeutin FSP, Basel  
[www.susysigner.ch](http://www.susysigner.ch)