

# ANGST UND SICHERHEIT

**Hypnosystemische Methoden mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen**

Susy Signer-Fischer, lic.phil. Fachpsychologin für Psychotherapie und Kinder- und  
Jugendpsychologie FSP, Basel

**Workshop**

**Jahrestagung der M.E.G. 2023**

**Schwerpunktthema:**

*"OUT OF FEAR"*

*Hypnotherapie bei Angst, Phobie und Panik*

# GRUPPENTRANCE

- **Induktion:** 3 gute Atemzüge
- **Vertiefung:** Körperstelle finden, wo es sich am sichersten, mutigsten anfühlt. Wo ist das? Wie fühlt es sich an? Vielleicht stärker, klarer machen, eventuell mit der Vorstellung eines Drehschalters. Wahrnehmung auf den Körper ausbreiten lassen, so dass der Körper als Ganzes wahrgenommen wird.
- **Inhalt:** Situation, in der ich mich wohl fühlte. Die Situation in der Vorstellung durcherleben. Dabei spüren, wie gut es sich anfühlt, was wohl beiträgt, dass ich mich sicher, mutig fühle.
- **Zurückkommen**

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# INHALT

## Einleitung

- **Angst allgemein**
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# WAS IST ANGST? (I)

- Angemessene, wenn auch unangenehme Reaktion auf bedrohlich, ungewiss und unkontrollierbar beurteilte Ereignisse, Situationen und Vorstellungen
- Beteiligte Hirnstrukturen bei der Entstehung der Angst: Amygdala, Hippocampus
- Sowohl biologisch bestimmt, als auch sozial vermittelt und kulturell geformt
- Viele Angstsymptome (z.B. Hyperventilation und Ohnmacht) lassen sich durch Kommunikation und modellhaftes Lernen erklären - Angst ist ansteckend

## WAS IST ANGST? (2)

- Die Angst als Kraft:
  - Antrieb zur Bewältigung realer Bedrohungen
  - Beseitigung angsterregender gesellschaftlicher Entwicklungen
  - Erhöht die generelle Aufmerksamkeit als Schutzmechanismus zur Bewahrung vor Fehlern
  - Zusammenhang zw. Angst und Leistung als Kurve: Ein mittleres Angstniveau motiviert zu Höchstleistungen und wirkt aktivierend

# ANGST UND MUT: EINE INTERPRETATIONSSACHE

**Schluss-Strich** von Oswald Huber



# ANGST IN VERSCHIEDENEN LEBENSALTER, ENTWICKLUNG

- **Kleinkindalter:** oft diffus, ab ca. 2 jährig grosser Teil magisch, Trennungsangst
- **Schulalter:** Angst, allein gelassen zu werden, jemandem Nahestehenden passiert etwas. Leistungsangst. Abschied von Freundschaften (Umzug), Trennungsangst. Wissen, was Sterben bedeutet → Todesangst
- **Jugendalter:** Leistungsangst, Angst erwachsen zu werden, nicht bei Gleichaltrigen anzukommen, Angst bei Lebensübergängen
- **Junges Erwachsenenalter:** Angst erwachsen, selbstverantwortlich zu sein (versus jemand anders oder Umstand verantwortlich machen), sich zu binden, fest zu legen, Leistung zu erbringen
- **Erwachsenenalter:** finanzielle Ängste, Angst um die Lieben
- **Hohes Alter:** Angst vor Gebrechen, abhängig zu sein, Sterben



# ANGST UND SICHERHEIT

## **Gute Balance:**

- Ein wenig Angst kann lustvoll sein: z.B. Geisterbahn, Gespenstergeschichten

## **Zu wenig Angst:**

- Es wird zu viel Risiko eingegangen
- Nicht aufmerksam sein

## **Zu viel Angst kann hinderlich sein:**

- Handlungen werden nicht ausgeführt, immer mehr Rückzug
- Beeinträchtigung: Schlaf, Wohlbefinden, Etwas lustvoll zu tun
- Mit klarem Kopf wirkliches Risiko abschätzen
- Sich bei Gefahr schützen

# ÜBERGANG ZU UNGESUNDEN, PATHOLOGISCHEN ÄNGSTEN

- Abgrenzung „pathologische Ängste“ (im Sinne einer Störung) gegen die „vielfältigen“ angemessenen „Ängste“. Bedeutend sind:
  - Die „Unangemessenheit“ der Angstreaktion gegenüber den Bedrohungsquellen
  - Die Symptomausprägung, wie Angstintensität, Fortbestehen der Angst (Persistenz), abnorme Angstbewältigung und subjektiver und körperlicher Beeinträchtigungsgrad (Volker Faust, 1995)
  - Unbegründete, unangemessen starke und häufige Angst, die konsistent und überdauernd (d.h. chronisch) ist, Vermeidungsverhalten begründet und zu einer massiven Beeinträchtigung der Lebensqualität führt (Lieb & Wittchen, 2011; Schneider, 2004)

# ANGST IM KINDER- UND JUGENDALTER (I)

- Angststörungen gehören zu den eher „stillen“ psychischen Störungen und sind deshalb für die Bezugspersonen oftmals weniger belastend als Störungen des Sozialverhaltens und hyperkinetische Störungen
- Kinder mit Angststörungen werden weniger häufig in Behandlungseinrichtungen vorgestellt, obwohl dies die häufigste psychische Störung des Kindes- und Jugendalters ist
- Unterscheidung von vier Angststörungen im Kindes- und Jugendalter im ICD-10
  - Emotionale Störung mit Trennungsangst des Kindesalters (F93.0)
  - Phobische Störung des Kindesalters (F93.1)
  - Störung mit sozialer Ängstlichkeit des Kindesalters (F93.2): vor dem 6. Lebensjahr, Angst vor Fremden
  - Generalisierte Angststörung des Kindesalters (F93.80)

# ANGST IM KINDER- UND JUGENDALTER (2)

- Ängste des Kindes- und Jugendalters gelten als klinisch relevant, wenn sie:
  - Nicht altersgemäss, unrealistisch und übertrieben sind
  - Über mindestens 4 Wochen (bzw. 6 Monate bei der generalisierten Angststörung) anhalten
  - Zu einer deutlichen Beeinträchtigung führen bzw. die normale Entwicklung des Kindes gefährden
- Prävalenz von Angststörungen im Kindesalter:
  - 75,8% der Kinder geben an, sich vor mindestens einer Situation zu Fürchten (Muris et al. 2000)
  - Ängste sind häufige Störungen: ca. 10% der Jugendlichen erfüllen irgendwann in ihrem Leben die diagnostischen Kriterien einer Angststörung (Ihle und Esser 2002)
  - 70,1% der Personen mit Angst erfüllten auch die Kriterien einer anderen psychischen Störung

## BEISPIELE, WIE ANGST IM JUGENDALTER AUSSEHEN KANN

Angst vor

- Dem selbstständig schlafen
- Sich von der Mutter, den Eltern zu trennen
- Lift, Spinnen, Erbrechen
- Einen Wurm zu zertreten oder zu überfahren (Fahrrad)
- Zur Schule zu gehen, in den Park, zur Kollegin zum Spielen
- Krank zu werden, zu sterben
- Schlimme Träume, die wahr werden könnten
- Einbrecher, Entführung, Familienmitglied entführt
- Blutentnahme, Spritzen, Blut

Bauchweh, Kopfweh, Übelkeit

Anfall, wie Wutanfall, Ohnmacht, Schreien, Schluchzen

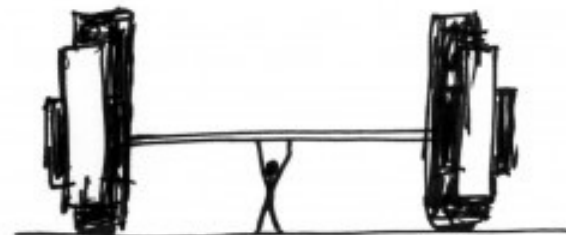
Schweigen, nicht reden

# ANGST HAT EINE WICHTIGE FUNKTION

- Alarmfunktion



- Kräfte mobilisieren



© Johannes Faupel

johannes-faupel.de

## WANN PROFESSIONELLE HILFE IN ANSPRUCH NEHMEN?

- Kind, Jugendliche zeigt hohen Leidensdruck
- Angst ist verbunden mit Zwangsgedanken, Schlafstörungen, Essstörung, depressiven Verstimmungen, Selbstverletzungen und anderen Gesundheitsgefährdungen
- Keine oder zu kleine Fortschritte
- Folgen der Angst sind zu gross (z.B. Prüfungsangst → schlechte Noten / Schulabsentismus; Angst vor Arzt → notwendige Spritzen, Behandlungen werden nicht vorgenommen)
- **Wichtig: Frühzeitig handeln!!**

# ANGST UND SICHERHEIT KLÄREN,

- ob realer Schutz angemessen gewährleistet ist
- Wie gross reale Gefahr ist
- Ob alles, was vernünftig ist für den Schutz gemacht wird
- Kann die Gefahr abgewendet werden oder wirken  
unbeeinflussbare Mächte
- Ist das Wissen da, „was mache ich wenn...“
- Sind es eher reale oder magische Ängste
- Dass absolute Sicherheit nicht existiert, dass es sich lohnt  
angemessene Risiken einzugehen
- Dass die Angst zwar hilfreich ist, um angemessen vorsichtig  
zu sein oder Kräfte zu mobilisieren, aber nicht bremsend oder  
einschränkend sein sollte
- Was wohl hinter der Angst steht, Bedeutung, Funktion



# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- **Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten**
- **Ressourcenorientierung**
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# HYPNOSE

- Nutzt den Zustand veränderter Aufmerksamkeit um:
  - Verhaltensänderungen zu ermöglichen
  - Gedankliche Strukturen neu zu knüpfen
  - Unproduktive Einstellungen zu korrigieren
  - Affektive Muster zu verändern
  - Emotional belastende Ereignisse zu rekonstruieren und
  - Physiologische/biochemische Veränderungen für Heilungsprozesse zu fördern

# HYPNOSE THERAPIE BETRACHTET

## **Dass die Klientin oder der Klient:**

- Trance- sowie Hier-und-Jetzt-Zustand,
- die Qualität und Tiefe des Trancezustandes kontrollieren kann

## **Zusätzlich sollen:**

- Assoziation und Dissoziation wahrgenommen und beeinflusst werden und
- Vorstellung und Realität, Fiktion und Fakt unterschieden werden können

# HYPNOTHERAPIE

**Soll gezielten und sorgfältigen Umgang pflegen**

- mit Trancezustand
- Suggestionen

# HYPNOSE

**Hypnose wird als Begriff selten genutzt, da er oft missverstanden wird, sei es, dass...**

- Klienten denken, sie müssten nichts machen, es werde gezaubert oder
- Dass sie ungewollte, unkontrolliert in Hypnose, Trance gebracht werden

**Andere Begriffe, die oft besser passen:**

- Mentale oder imaginative Methoden, Interventionen

# BESONDERS BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

- Vorsicht mit Macht und Beeinflussung
- Stärkung der Selbstverantwortung und Selbstkontrolle.
- Grosse Palette an therapeutischen Methoden
- System einbeziehen
- Anpassen der Geschwindigkeit

# HYPNOSE THERAPIE

- Hypnose als differenzierte, wirksame Methode
- Sorgfältiges Lehren und Lernen nötig
- Verhindern von Missbrauch
- Erhöhung der Selbstverantwortung

# RESSOURCENORIENTIERUNG

- Ressourcen wahrnehmen, stärken, nutzen
- Auch Symptome, Probleme genau anschauen, in die Augen blicken, damit arbeiten
- Mit Symptomen wie Angst kann auf unterschiedliche Art gearbeitet werden



# INHALT

## Einleitung

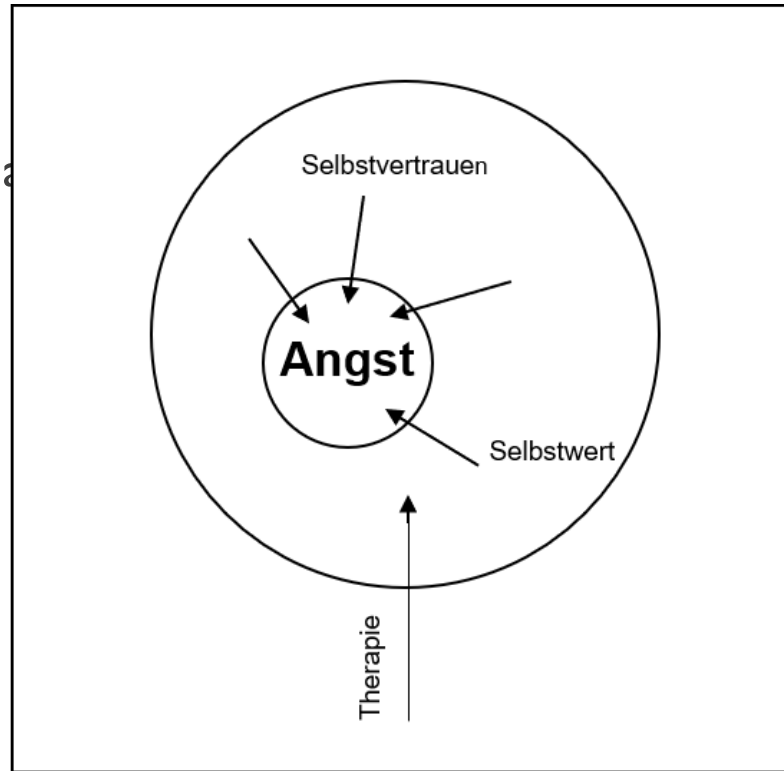
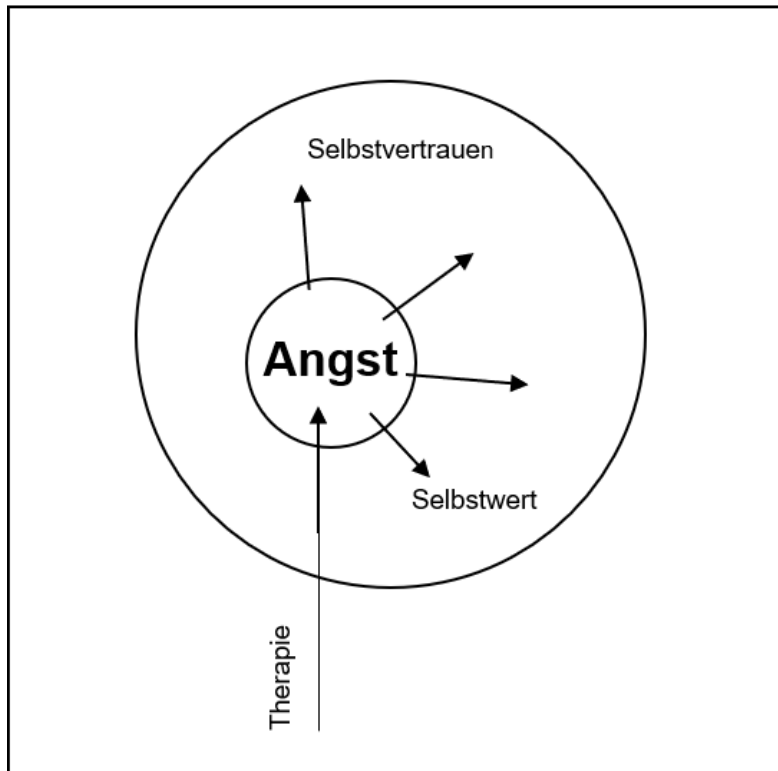
- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- **Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion**

## Behandlung

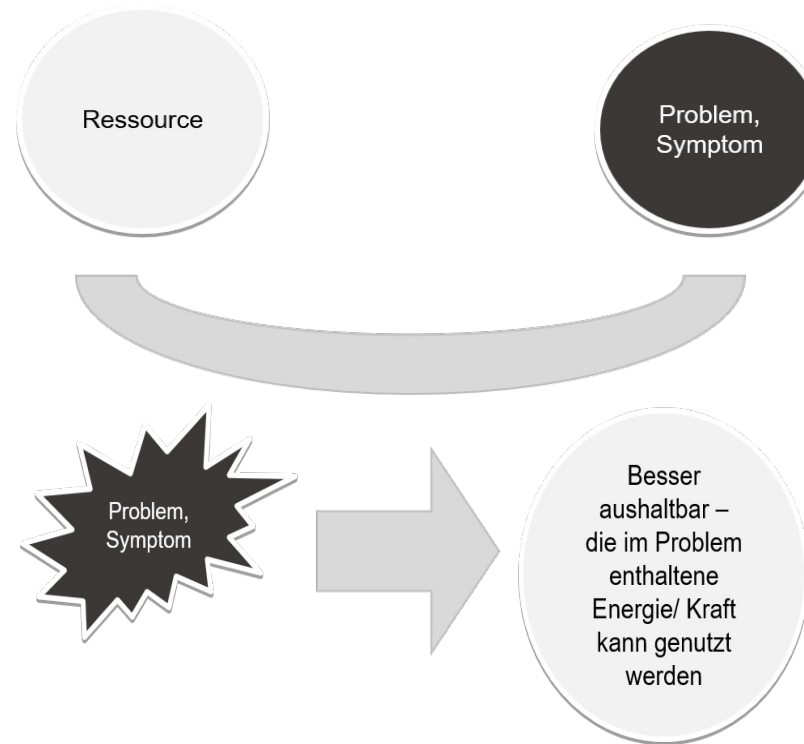
- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# ARBEIT MIT SYMPTOMEN



# MÖGLICHE ZUGÄNGE



# HYPNOTISCHE UND SYSTEMISCHE KONZEPTE

- Systemische Konzepte beziehen:
  - **Intrapsychische** (Teilearbeit) und
  - **Interpsychische** (z.B. Familie) Teile des Systems in die Überlegungen, in die Behandlung ein

Symptome, Probleme, Themen haben innerhalb des Systems einen Stellenwert, eine **Bedeutung:**

- Intrapsychische Konzepte beinhalten die Arbeit mit Teilen, z.B.
  - Anteile der Persönlichkeit
  - Symptome, Ressourcen
  - Körperteile (z.B. Schmerzbehandlung)
  - Teile aus der Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft
  - Teile aus verschiedenen Lebensbereichen

# ARBEIT MIT SYMPTOMEN

## Die Bedeutung des Symptoms:

- Für das Individuum
- Für die Familie
- Hypothesen bilden → Themen heraus arbeiten, die hinter dem Symptom, der Angst stehen können, z.B. Kontrolle  
→ Selbstwirksamkeit

Immer gleichzeitig mit dem **Symptom und an dem Themen**, die wohl dahinter stehen, arbeiten

# WAS KANN HINTER DER ANGST STEHEN?

## Die Bedeutung des Symptoms, z.B.:

Für das Individuum:

- Aufmerksamkeit, Schonung
- Etwas Schlimmes erlebt, Traumatisierung, reale Gefahren ev auch in anderem Lebensgebiet
- Lebensübergang,
- Angst vor den nächsten Schritten,
- Angst, den Schritt nicht zu bewältigen (Leistungsangst),
- Verlustangst...

Für die Familie:

- Angst eines Elternteils für Sohn/Tochter,
- eigene Ängste, Ablenkung von Familienproblemen (wie Paarprobleme, Erkrankung eines Elternteils, Probleme Geschwister, Angst eines Elternteils wieder zu arbeiten...),
- Angst eines Elternteils loszulassen,
- Parentifizierung

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# ANGST ALS BREMSE, STOLPERSTEIN

**Ist es Angst? Ist es ev eher «es stinkt mir», «ich mag nicht», Wut, Ärger, «Durcheinander sein»...**

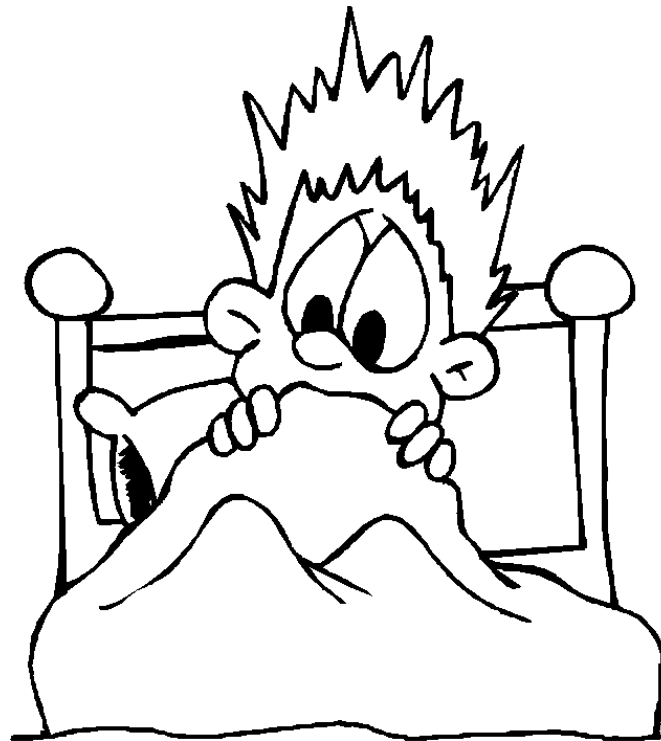
- Ist die Angst begründet, real? Besteht grosse reale Gefahr? → Dann das tun, was für die reale Sicherheit getan werden kann
- Was steht hinter der Angst, Bedeutung: muss zuerst an diesen Themen gearbeitet werden, inter- und intrasystemisch
- Wenn vor allem magische Angst → Für die innere Sicherheit und Gelassenheit sorgen
- Angst, die sich ausbreitet, zum grössten Teil nicht real ist kann zu Vermeiden führen
- Wenn die Schritte nicht gemacht werden können oder wollen, kann grosse Aggression entstehen, Wutanfälle
- Schnell angehen, überwinden
- Schritte festlegen um reales Ziel zu erreichen
- Sich loben, wenn Ziel erreicht ist
- Interventionen zur Gelassenheit
- Interventionen zum Durchhalten



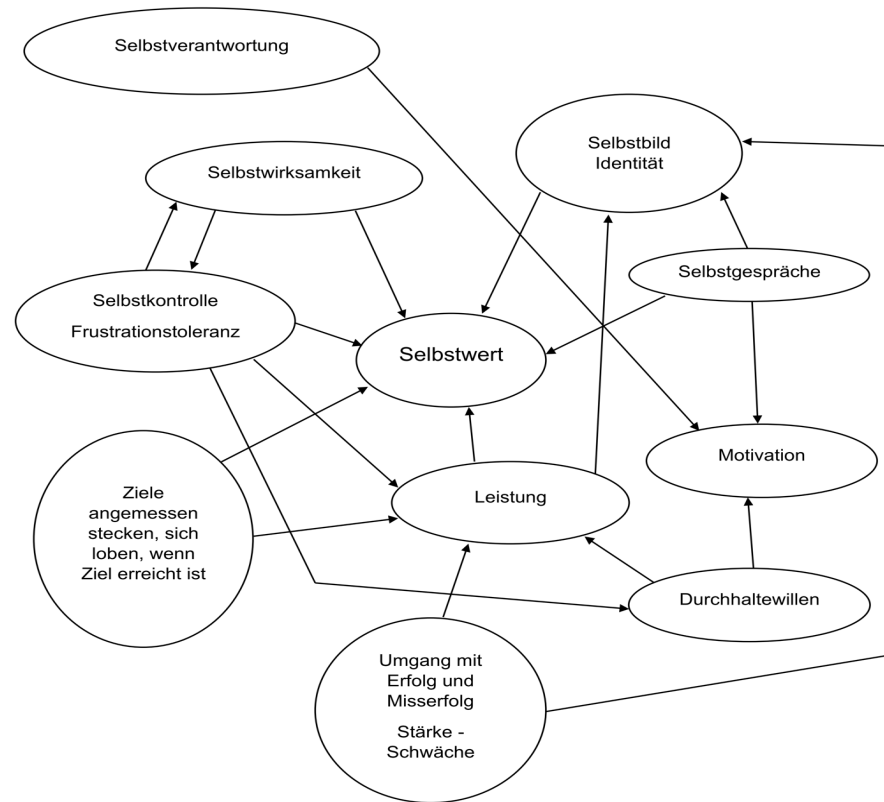
# ÄNGSTE ALS STOLPERSTEIN

## Angst:

- Sich ein Ziel zu setzen
- Das Ziel nicht zu erreichen
- Den Weg selbstständig zu gehen
- Vor Erfolg und Misserfolg



# SELBSTWERT- SELBSTWIRKSAMKEIT



# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- **Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:**
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# AUSLÖSER FINDEN UND RESSOURCE EINSETZEN (I)

## **In zwei Schritten:**

1. Thema bestimmen, 2. Ressource passend zum Thema finden

### **Hier und Jetzt**

- Thema, konkrete Situation erfragen, in der die Kontrolle nicht behalten werden konnte (z.B. zu viel Angst, Wut...)
- Gemeinsam den Auslösereiz finden. Meist ist er visuell (z.B. Gesichtsausdruck) oder akustisch (z.B. Stimmlage...)
- Ressource erfragen, passend zum Problem. Sie soll eine kleine Herausforderung sein und möglichst aus einem anderen Lebensgebiet stammen. Situation dazu, mit der Frage: was möchtest Du stattdessen?

### **Trance**

- Ressourcensituation bis zur Spitze durchlaufen lassen und anhalten, Körperempfindung (Wo im Körper spürst Du es am meisten? Wie fühlt es sich an?) und passendes Symbol dafür erfragen

### **Hier und Jetzt**

- Trainieren: Mit offenen Augen: Symbol → Körperempfindung
- Meist wird dem / der Klient:in aufgetragen, dies bis zur nächsten Konsultation, eingestreut im Alltag 10-15 Mal zu trainieren. So kann sich das Gehirn an die neue Spur, das gesunde Gefühl gewöhnen

# AUSLÖSER FINDEN UND RESSOURCE EINSETZEN (2)

## **Hier und Jetzt**

- Konkrete Situation in der Zukunft erfragen. Sie soll ähnlich wie Ursprungssituation sein
- Trainieren nochmals: Mit offenen Augen: Symbol → Körpergefühl
- Den folgenden Tranceschritt besprechen
- Konkrete schwierige Situation in der Zukunft erfragen. Soll ähnlich wie Ursprungssituation sein

## **Trance**

- Diese zukünftige Situation bis zum Auslöser durchlaufen lassen, Stoppen und Symbol des Ressourcen-Körpergefühls holen, ev. verstärken, weitergehen lassen bis zum Abschluss. Manchmal muss der Vorgang wiederholt werden. Wenn die Ressourcenempfindung zu wenig stark ist, stärker machen (z.B. mit Drehschalter); wenn es verschwindet, stoppen, Symbol holen und Körpergefühl dazu.

## **Hier und Jetzt**

- Besprechen für Zukunft: z.B. wenn Auslöser begegnet wird: Kurz anhalten Symbol → Körperempfindung dazu erst dann weitergehen

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - **Gedanken verwandeln**
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# UNGESUNDE SELBSTGESPRÄCHE IN GESUNDE VERWANDELN

## **Hier und Jetzt**

- Situation beschreiben, in der ungesunde Selbstgespräche stattgefunden haben
- Ungesunde Sätze, Selbstgespräche aufzählen
- Dazu passend gesunde finden

## **Trance**

- Zu einer zukünftigen Situation gehen, in der ungesunde innere Gespräche, Gedanken vorkommen. Sagen, sobald die ungesunden Gedanken kommen wollen
- Alle ungesunden Gedanken aus dem Körper herausnehmen (z.B. mit Spaghettizange). Sie von aussen als Stimme hören
- Die ungesunde Stimme leiser, schwächer machen (z. B. mit Drehschalter)
- Gesunde Stimme von aussen hören. Sagen, wenn die gesunde Stimme gehört wird
- Die gesunde Stimme stärker, lauter, klarer machen
- Die gesunde Stimme ganz in sich hineinnehmen, so dass sie gespürt werden kann

## **Hier und Jetzt**

- Gibt es etwas dazu zu sagen?

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## **Behandlung**

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung



# BEHANDLUNG BEI ANGST – PANIK - VERMEIDUNG

## Beispiele Schulangst, Angst allein zu schlafen:

- Bedeutung der Angst für Individuum und System → Mit System auch arbeiten
- Ziel der gegenwärtigen Therapiephase gemeinsam definieren, z.B. im eignen Zimmer, im eignen Bett schlafen, Türe zu
- Kleine Schritte festlegen mit Klient, Klientin und eventuell deren Eltern
- Jeden Schritt in der Behandlungsstunde in der Vorstellung einüben → in der Realität ausführen lassen
- Neben dem „Training“ die anderen Themen bearbeiten, z.B. Selbstwirksamkeit, Identität...
- Alles, was erreicht wurde → beibehalten
- Wenn Therapieschritt erreicht wurde, entweder abschliessen oder definierte Pause machen

# ANGSTBEHANDLUNG

**Ziel: genau und konkret formulieren**

1. Schritt in Richtung Ziel
2. Jetzt-Zustand: was geht, was noch nicht

# ANGSTBEHANDLUNG

Ziel: möglichst konkret festlegen

So viele Teilschritte  
wie nötig

2. Schritt

1. Schritt in diese Richtung einüben

Stand jetzt: was geht schon

# ARBEIT MIT SYMPTOM UND DEN DAHINTER STEHENDEN THEMEN

Beispiel, wie Konsultationsstunde ablaufen kann:



- Hellblau: Beginn, erfragen, was gut gegangen ist und was beigetragen hat, was noch nicht so gut, heutiges Thema. Am Schluss Zusammenfassung, was heute gemacht, worauf in nächster Zeit achten, ev Abschluss-Blitztrance
- Gelb: trainieren
- Grün: an einem Thema arbeiten, z.B. Identität, Selbstwirksamkeit, Lebensübergang, Stimmung....

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - **Spezialfall: Schulabsentismus**
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# DEFINITION SCHULABSENTISMUS

- = **dauerhafte** oder **wiederkehrende** Schulabwesenheit
- Fernbleiben vom Unterricht aus einem gesetzlich nicht vorgesehenem Grund
- zusammenhängend mit erheblichem Widerstand gegen den Schulbesuch
- Komplexes Phänomen mit vielfältigen Einflussfaktoren und oft ohne einfache Lösungen
- Stellt immer ein Symptom dar
- **Prävalenz:** Man geht davon aus, dass zwischen 5-10% der Kinder und Jugendlichen betroffen sind

Schulabsentismus, 25.08.2022  
Dr. Silvia Meyer

(Rotthaus, 2019, Stamm, 2013; Wember, Stein, Heimlich, 2014)

# FORMEN VON SCHULABSENTISMUS

Schul-  
phobie

Schul-  
angst

Schule  
Schwänzen

Fernhalte  
n

# FORMEN VON SCHULABSENTISMUS

## Schul- angst

- Schulversagen, Angst vor Lehrpersonen und Mitschüler\*innen, Mobbing, Prüfungsangst, soziale Ängste und Phobien
- Fernbleiben mit Wissen der Eltern



# SCHULABSENTISMUS URSACHEN

Nach von G. Steins, P.A. Weber und V. Welling (2013), störungsauslösende oder aufrechterhaltende Wirkung

## **Elternhaus:**

- Schulabsente Verhalten der Eltern in Kindheit
- Erkrankung der Eltern
- Ängstlich, ängstliches Modell- abhängiges Verhalten des Kindes
- Erziehungsstil: extrem fordernd, autoritär, wenig Freiräume, schonend, Anerkennung abhängig von Schulleistung
- Ermöglichen von angenehmen Tätigkeiten wie gamen etc
- schwächere emotionale Bindungen zwischen Eltern und Kind
- Eltern leben getrennt

## **Klassenklima:**

- Zugehörigkeitsgefühl tief, wenig Integration—sozialer Rückzug
- Peergroup erwünscht Schulabsentismus

## **Kind, Jugendlicher:**

- irrationale Grundüberzeugungen
- zu hohe Selbstansprüche
- wiederholte negative Erfahrungen, wie schulischer Misserfolg und Selbstwirksamkeitserwartungen

# SCHULABSENTISMUS WAS KANN DAHINTER STEHEN? BEDEUTUNG, FUNKTION?

## **Interpsychisch**

- Lebensübergang für Elternteil, Familie
- Angst um ein anderes Familienmitglied
- Elternteil kritisch gegenüber der Schule eingestellt
- Elternteil braucht Unterstützung (z.B. Krankheit), Angst um einen Elternteil (z.B. suizidal)
- Vernachlässigung, Modell
- Religiös, kulturell (z.B. Mädchen gehen nicht zur Schule)

## **Interapsychisch**

- Lebensübergang, z.B. andere Schule bevorstehend oder gerade geschehen
- Mobbing erfahrung
- Angst
- Muster, Gewohnheit
- Mühe im sozialen Umgang
- Schnell überflutet
- Schulleistungen
- Wie ist Lehrperson, Verhältnis zwischen Hauptperson- Lehrperson
- Sucht, z.B. Medien
- Unter- oder Überforderung
- Etwas Attraktiveres statt Schule machen, z.B. gamen

# SCHULABSENTISMUS VERLAUF

In der Studie von Knollmann et al. (2022) wurde der Verlauf bei schulvermeidenden Patient\*innen hinsichtlich Symptomatik, Schulbesuch, Funktionsniveau und Inanspruchnahmeverhalten von Hilfe 1.5 bis 3 Jahre nach Erstvorstellung untersucht.

Von 237 SchulvermeiderInnen 108 Elterninterviews zeigte, dass **externalisierende Symptome und einhergehende soziale Belastungen** für einen negativen Verlauf von schulabsenten Verhalten von Bedeutung sind.

In der Studie von Fischer et al. (2022) untersuchen 10-17j ProbandInnen zeigt, dass eine **niedrige Selbstwirksamkeitserwartung** und auch **Schulangst** Auswirkungen auf unautorisierte Fehlzeiten haben

## SCHULABSENTISMUS ABKLÄREN, ERFAHREN

- Was könnte dahinter stehen? Bedeutung, je nachdem da ansetzen
- Was wurde alles schon gemacht
- Wie gross ist Motivation Hauptperson, Familie, Schule, welchen Aufwand ist wer bereit aufzuwenden
- Anamnestische Infos
- Wie, wann, wo äussert sich «Nicht Können, nicht gehen», **Angst-Panik?**
- Schulleistungen, Eingebundensein in Klasse, Gleichaltrigengruppe

# SCHULABSENTISMUS

## Schulangst mit Schwerpunkt Leistungsangst

- Überhöhte eigene oder Leistungsansprüche der Eltern
- Erwartungen der Eltern nicht enttäuschen wollen
- Bedingungen die zu permanenter Überforderung führen können:
  - Fehlende Lerntechniken
  - Fehlende Konzentrationsfähigkeit
  - Nicht wissen, dass es einen gewissen Einsatz und durchhalten braucht
  - Enttäuschter Fleiss
  - Teilleistungsstärken können zur Leistungs-Überschätzung führen
  - Verleugnung der intellektuellen Grenzen des Kindes
  - Vergleich mit dem Geschwister
  - Leistungsangst lenkt vom Lerninhalt ab
  - Selbstüberschätzung und unrealistische Misserfolgsängste
  - Strenges, restriktives und inkonsistentes Elternverhalten

# SCHULABSENTISMUS SCHULANGST MIT SCHWERPUNKT LEISTUNGSANGST

- Mögliche Themen, an denen gearbeitet werden sollte
- Arbeit mit Eltern, Erwartungen, Möglichkeiten, wie Sohn, Tochter zu unterstützen
- Eigene Erwartungen, Ziele
- Welche Ziele sind realistisch
- Wie können diese Ziele erreicht werden
- Selbstbild

# SCHULABSENTISMUS VORGEHEN

- Je nach Bedeutung an den Themen interpsychisch (z.B. Paarberatung, Eltern..), intrapsychisch (z.B. Lebensübergang...) bearbeiten
- Immer wieder am Thema Selbstwirksamkeit, Selbstverantwortung → Selbstwert arbeiten
- Massnahmen, die von der Schule und anderen getroffen werden einbeziehen
- Motivation nutzen oder aufbauen, intrinsisch, extrinsisch, Durchhaltevermögen stärken
- Strategien, mentale Interventionen einüben
- Schritte eingehen, Schritt für Schritt einüben, durch führen, ev mit Begleitung...

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- **Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:**
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung



# DO'S AND DONT'S BEI ANGSTSTÖRUNGEN

## Do's

- Zuerst sich Gedanken machen über die Bedeutung, die Funktion der Angst machen und Vorkehrungen treffen, dass das Ziel auf gesündere Weise erreicht wird. Z.B. Lob, Verstärken bei Autonomie, erreichten Schritten
- Als Eltern und evtl. auch noch mit der Lehrkraft gemeinsam ein Team bilden
- Die Erwachsenen bestimmen, wann was getan werden soll
- Dann wird das Kind miteinbezogen. Sollte die Motivation gänzlich fehlen, muss manchmal mit extrinsischer Motivation (Verstärken durch Belohnungen, Loben oder Konsequenzen) nachgeholfen werden
- Gemeinsam: Die Erwachsenen und das Kind sollen ein überprüfbares, konkretes, grosses, längerfristiges Ziel festlegen (z.B. den ganzen Schulunterricht besuchen, im eigenen Bett bei offener Türe schlafen)

## DO'S AND DONT'S BEI ANGSTSTÖRUNGEN (2)

### Do's

- Kleine, machbare, konkrete Schritte und überprüfbare Zwischenziele festlegen, z.B. auf der Matratze neben dem Bett der Mutter schlafen, dann die Matratze schrittweise zur Türe, dann in Richtung eigenes Zimmer und Bett verschieben
- Die Schritte erarbeiten, z.B. in der Vorstellung, dann Rollenspiel, dann real den Schritt machen
- Die Schritte muss das Kind dann eigenständig machen. Erwachsene können aber dazu ermutigen, z.B. Ich traue Dir zu, dass Du das schaffst
- Die Erwachsenen sollen ein Team bilden, zusammenarbeiten
- Angemessen loben (nicht zu stark, auch keine übertriebene Belohnungen, sonst kann Erpressung erfolgen, wie: ich schlafe nur im eigenen Bett, wenn ich dafür CHF 20.- bekomme). Das Kind soll sich selbst loben.

# DO'S AND DONT'S BEI ANGSTSTÖRUNGEN (3)

## Dont's

- Das Kind zeigt Panik, Angst, Wutanfall, Erbrechen, fällt in Ohnmacht auch bei einem kleinen Schritt, sagt, ich kann und will den Schritt nicht machen. Die Eltern geben nach und wollen nicht brutal sein.
- Die Eltern oder die Lehrkraft hat Erbarmen, ist verunsichert, fühlt sich brutal, vielleicht wurden sie auch von Kind beschuldigt und wirkt darum unsicher. Die Betreuungspersonen machen Ausnahmen, zeigen sich mitfühlend, haben den Eindruck, es liege eine „tiefere“ Angst vor, die zuerst behandelt werden müsste. Also wird gewartet.
- Manchmal wird etwas verlangt, manchmal wird nachgegeben. Dann wird das unerwünschte Verhalten verstärkt. Das wird intermittierendes Verstärken genannt. Die Betreuungspersonen sind inkonsequent.

# DO'S AND DONT'S BEI ANGSTSTÖRUNGEN (4)

## **Dont's**

- Es kommt ein Ereignis, z.B. Bauchgrippe, Ferien und es geschehen Rückschritte. Es wird nach dem Ereignis nicht verlangt, dass das Erreichte weitergeführt wird
- Es werden zu grosse Schritte auf einmal gemacht und verlangt, die für das Kind, die Jugendlichen nicht in einem Schritt machbar sind
- Die Erwachsenen, z.B. die Eltern sind sich uneinig, z.B. der Vater ist für die „weiche“ Linie, das Nachgeben und die Mutter möchte die vereinbarten Schritte durchziehen. Manchmal fällt der eine Erwachsene dem anderen in den Rücken

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- **Magisches und realistisches Denken**
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# MAGIE

Begriff Magie (Definition aus Google): Die Magie (von griechisch μαγεία, mageía aus persisch magos - der für magische Handlungen zuständige Priester im Zoroastrismus) bezeichnet den Versuch, das innere und/oder äußere Sein in Übereinstimmung mit dem Willen durch übernatürliche, mystische und paranormale Mittel zu beeinflussen und zu verändern.



# ANGST KANN AUF VORSTELLUNG BERUHEN

La fin du lac. Les Anciens croyaient que le lac était plat, comme la terre.  
Et que si on allait jusqu'au bout, on tombait dans le vide.



# ENTWICKLUNG DES MAGISCHEN DENKENS

Denkform	Magisch	realistisch
Inhalt	Gesetz der Ähnlichkeitsbeziehungen	Regeln, Gesetze, Sprache, Logik
Emotionaler Bezug	stark	schwach

Parallele Entwicklung lebenslang



# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- **Magisches und realistisches Denken**
  - **Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier**
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# MAGISCHE METHODEN

- Magische Methoden wirken auf die subjektive Kontrolle. Sie sollen als Brücke oder Krücke genutzt werden zu objektiver Kontrolle
- Beispiele von magischen Methoden:
  - Gegenstände mittragen, mit bestimmten Gegenständen etwas tun (Koch bestimmtes Messer, Fussballer, bestimmte Schuhe..)
  - Bestimmte Kleider tragen
  - Tanz aufführen oder Lied singen, um sich stärker zu fühlen und anderen das Fürchten zu lehren (z.B. Fussballmatch, Stöhnen bei Tennismatch...)
  - Rituale, Handlungen (zum Heiler gehen, Lebensübergang mit Ritual verstärken, z.B. Hochzeit..)

# REALE GEGENSTÄNDE ODER HANDLUNGEN KÖNNEN ZU MAGISCHEN WERDEN

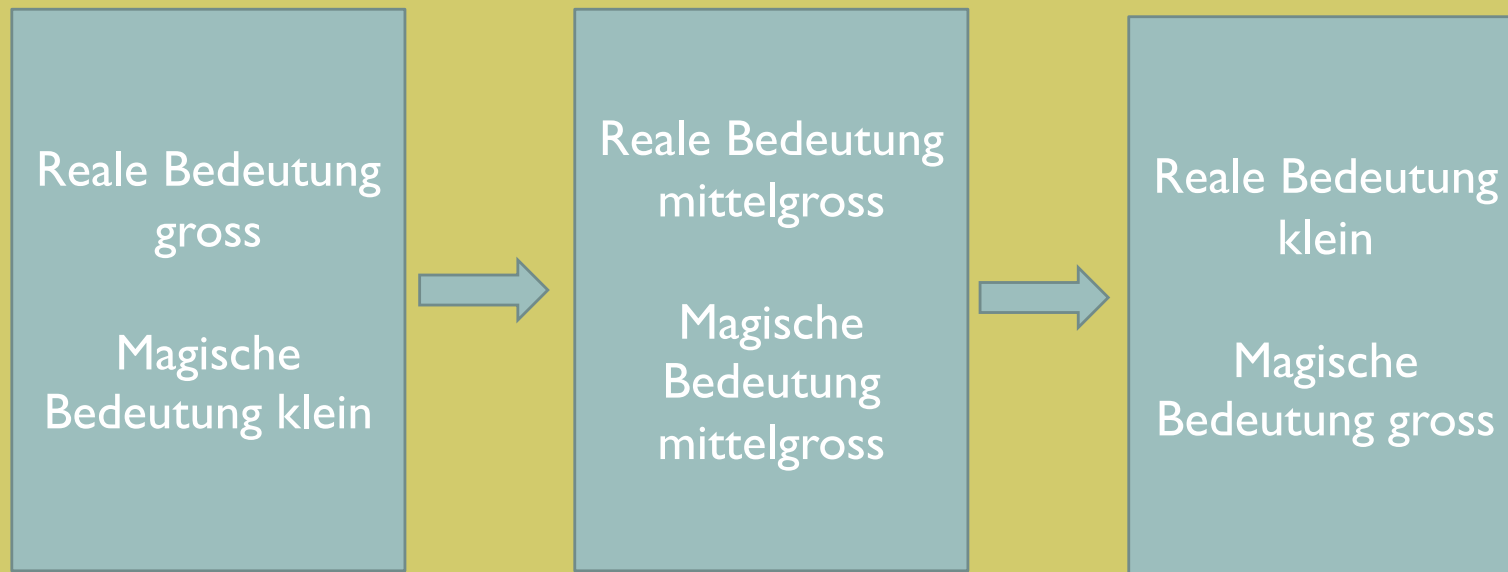
## **Gegenstände:**

- Die reale Bedeutung gross: z.B. Fussballschuhe. Zur realen Bedeutung kommt eine magische dazu, z.B. mit den Schuhen wird gewonnen → Der Glaube wird aufgebaut: «mit diesen Schuhen gewinne ich»
- Die reale Bedeutung ist klein, die magische gross, z.B. wenn ein bestimmter Schmuckanhänger getragen wird, bringt er Glück

## **Handlungen:**

- Die reale Bedeutung gross, z.B. nach schwerer körperlicher Arbeit duschen. Zur realen Bedeutung kommt eine magische dazu, z.B. nach der Arbeit dusche ich, damit ich sauber werde und den Schmutz des Arbeitsalltages abzuwaschen und den Übergang zum Feierabend zu gestalten, zu erleichtern
- Die reale Bedeutung ist klein, die magische gross, z.B. Nach der Arbeit wird mindestens einmal geduscht, dass der Feierabend gut verläuft → Kann überführen zum Zwang, wenn nicht mehr ohne zu duschen in den Feierabend eingestiegen werden kann

# REALE GEGENSTÄNDE ODER HANDLUNGEN KÖNNEN ZU MAGISCHEN WERDEN



# KRAFTTIER

## **Hier und Jetzt**

- Situation mit Unsicherheit in Zukunft wählen. Erzählen vom Krafttier.  
I Tier wählen, Gespräch darüber

## **Trance**

- Krafttier holen, zähmen, Kraft spüren

## **Hier und Jetzt**

- Erklären des nächsten Schrittes. Erfragen, wo in der zukünftigen Situation bist Du noch sicher, wo wieder sicher

## **Trance**

- In Situation gehen, Zu der Stelle, wo noch sicher
- Bei der kritischen Stelle stoppen. Krafttier holen, sich begleiten lassen, Kraft spüren, bis Krafttier nicht mehr nötig
- Sich verabschieden vom Krafttier, von der Situation, von der Zukunft

## **Hier und Jetzt**

- Zurückkommen ins Hier und Jetzt
- In welchen Situationen kannst Du das anwenden? Besprechen

# REALISTISCHE UND MAGISCHE ANGST?

- Reale Gefahr abschätzen
- Das, was machbar ist, tun gegen die reale Gefahr
- Einen gesunden Umgang mit der realen Gefahr finden
- Die magischen Elemente der Angst wahrnehmen
- Etwas gegen die magischen Elemente der Angst unternehmen → Meist eine magische Methode

# ARBEIT MIT GESTALTEN, TIEREN

- Beim Schlafen
- Im Alltag

# SCHUTZANZUG (I)

## **Hier und Jetzt**

- Besprechen, in welcher Situation man sich mit dem Schutzmantel oder Handlungen schützt
- Schutzanzug: Welche Art passt zu Dir? Wie stellst Du ihn Dir vor?
- Schutz beschreiben lassen

## **Trance**

- Schutz anziehen, spüren
- Schutz wieder ausziehen

## **Hier und Jetzt**

- Besprechen, in welcher konkreten Situation Schutz nötig ist
- Beginn und Abschluss der Situation so wählen, dass an diesen Stellen Schutz nicht nötig ist

## **Trance**

- Zum Beginn der konkreten Situation gehen
- Schutz anziehen



## SCHUTZANZUG (2)

### **Trance (immer noch)**

- Sich die feindlichen Einflüsse vorstellen
- Womit sind sie zu vergleichen? Wie Giftpfeile, grüne klebrige Masse
- Die feindlichen Einflüsse entsprechend verwandeln
- Darauf achten, wie sie bei Schutz abgewehrt werden. Wie? Auf Boden fallen,
- Bis zu sicherer Stellen gehen
- Etwas mit den feindlichen Einflüssen tun: zusammenwischen, aus dem Fenster lassen...
- Situation durchleben bis Abschluss
- Schutzmantel ausziehen
- Im Gedächtnis so versorgen, dass er leicht gefunden werden kann

### **Hier und Jetzt**

- In welchen Situationen kannst Du das Gelernte anwenden?

## BEIM MAGISCHEN DENKEN

- Dem Kind soll klar sein, dass es sich um magisches Denken handelt (ohne abgewertet zu werden und gesagt zu bekommen, dass es so etwas nicht gehe)
- Das Kind soll selbst die Angst bezwingen und dadurch seine Selbstwirksamkeit unterstützen
- Dem Symptom, der Angst, z.B. dem Wolf einen Ort und eine Zeit geben
- Methode auf Kind und Situation anpassen und das Kind soll dabei mitdenken
- Das Kind soll „Chef“ seiner Angst werden, über diese Kontrolle gewinnen und sie bezähmen

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

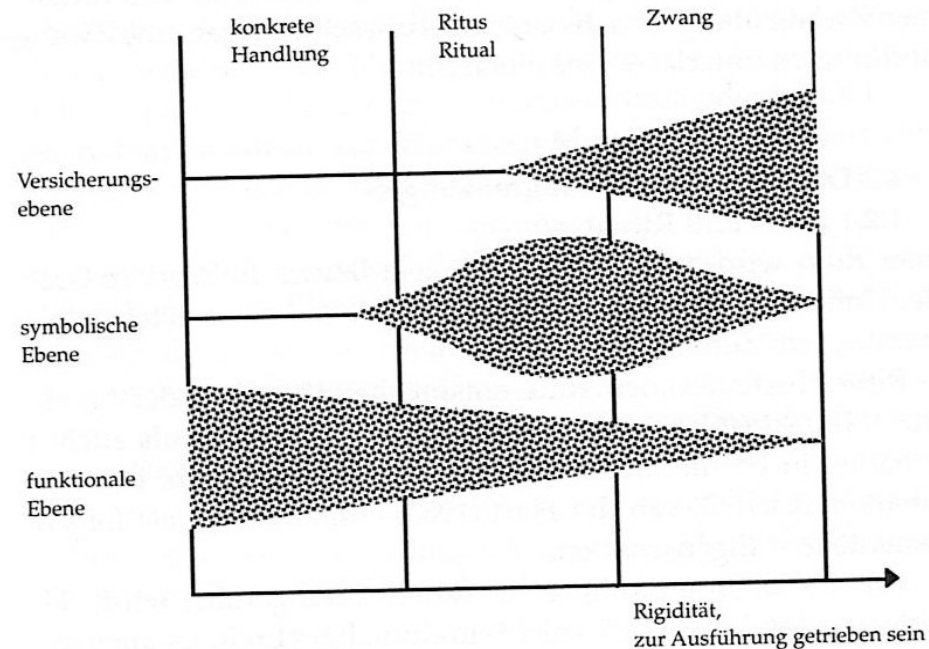
## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - **Angst – Zwang**

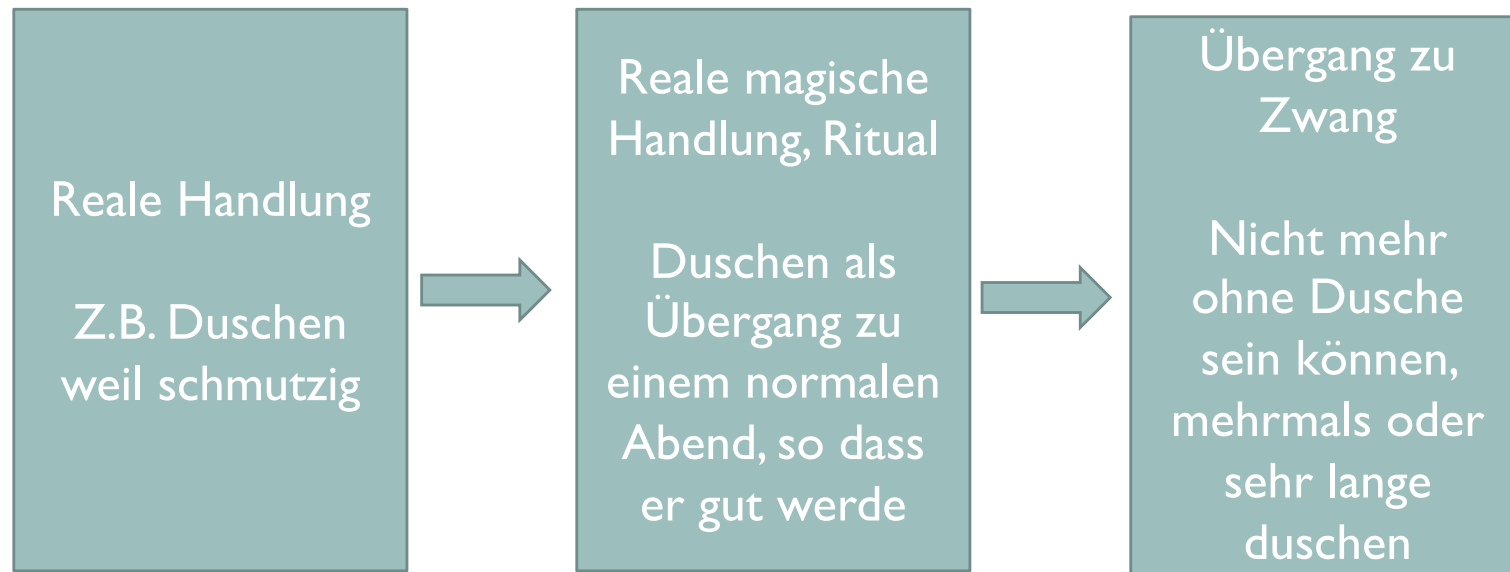
## Zusammenfassung

# REALE GEGENSTÄNDE ODER HANDLUNGEN KÖNNEN ZU MAGISCHEN WERDEN

## Die drei Bedeutungsebenen



# ÜBERGANG VOM REALEN ZUM MAGISCHEN DENKEN BIS ZU ZWANGSHANDLUNGEN



# REALE GEGENSTÄNDE ODER HANDLUNGEN KÖNNEN ZU MAGISCHEN WERDEN



reale Bedeutung

magische Bedeutung

## BEISPIEL: ANGST, KRANK ZU WERDEN

- Mädchen 12j. Angemeldet wegen Ängsten, Mühe zu schlafen, oft zu Hause wegen Bauchweh, Halsweh, Fuss verknackst... Äussert Ängste
- Eltern: Wäscht sich Hände bis die Haut blutig wird, dauert lange, bis sie bereit ist, ins Bett geht...
- Zuerst Hände waschen sinnvoll, dann viel zu oft, zu lange, muss sich nach Unterricht neu gewaschene Kleider anziehen

## ABKLÄREN, HYPOTHESEN

- Was kann dahinter stehen? Intrapsychisch: Lebensübergang, Schulübertritt im Sommer, nicht mehr mit bester Freundin zusammen, Leistungsangst...
- Interpsychisch: Eltern unsicher, ob das die richtige Schule ist (trotz sehr guter Intelligenz), uneins in Erziehung



# MÖGLICHE VORGEHENSWEISE

- Elternberatung, anfordern der Abklärungsergebnisse
- Mehr Kontrolle der Ängste, Zwänge:
- Realistisch – magische Ängste, Maß der realen Gefahr, alles vernünftige für Sicherheit gemacht?
- Was ist vernünftig? Z.B. 1x Hände waschen nach WC, nach Schule
- Mehr Kontrolle: Drang Zwang auszuüben: Auslöser-Ressource; Gedanken verwandeln, Vorder- Hintergrund
- Themen Lebensübergang, Freundschaften, soziale Fertigkeiten...

## MÖGLICHE HILFREICHE INTERVENTIONEN IM UMGANG MIT ZWANGSHANDLUNGEN, ZWANGSGEDANKEN

- Auslöser finden und Ressource einsetzen
- Gedanken verwandeln: ungesunde in gesunde verwandeln
- Ev Schutzanzug
- Weiche umstellen (bei Übergängen)
- Störendes in den Hintergrund, das Wichtige in den Vordergrund
- Die Zwangshandlung nur in der Vorstellung machen, ganz schnell – nur als Krücke, vorübergehend

# INHALT

## Einleitung

- Angst allgemein
- Hypnose, systemisches, hypnosystemisches Arbeiten
- Ressourcenorientierung
- Umgang mit Symptomen inter- und intrapsychisch → Bedeutung, Funktion

## Behandlung

- Mehr Kontrolle, Selbstwirksamkeit: Angstbehandlung:
  - Auslöser finden und Ressource einsetzen,
  - Gedanken verwandeln
  - Spezialfall: Schulabsentismus
- Magisches und realistisches Denken
  - Magische Methoden: Schutzanzug, Krafttier
  - Angst – Zwang

## Zusammenfassung

# ZUSAMMENHÄNGE

- **Selbstwirksamkeit**
  - Selbstwert, Selbstvertrauen, Selbstverantwortung, Teil der Identität
- **Gegenteil von Selbstwirksamkeit**
  - Hilflosigkeit, Hoffnungslosigkeit
  - Depression
  - Opfer, Opferrolle
  - Angst → Hilflosigkeit

# ZUSAMMENHÄNGE SELBSTWERT



# KLIENTINNEN SAGEN

16j Kevin leidet an Zwängen, Ängsten, extrem stark 8-11j. Geholfen hat:

- Dran bleiben, durch halten (dabei Interventionen konsequent gemacht, aufgefrischt)
- Er weiss jetzt, dass er sich damals in der Schule unwohl fühlte (unterfordert)
- Jetzt wissen, er hat gutes Potential, kam ins Gymnasium
- Jeweils einen Plan B entwickeln
- Selbstwert: erkennen, was er alles kann, sich besser kennen, Fehler machen dürfen
- Sport- einerseits überhaupt und Selbstwert
- Freundschaften

Mutter von 8j Lea, starke Ängste

- Regelmässigkeit, dran bleiben
- Bei Rückfällen nicht aufgeben
- Neben den Ängste andere, dahinter stehende Themen angehen
- Der Tochter zutrauen, dass sie es schafft
- In Schritten arbeiten
- Elternberatung
- Schwierig war, auszuhalten, wenn Tochter wieder Angst, Panik hatte ruhig zu bleiben, sie zu ermutigen, doch selbstständig zur Schule zu gehen

# ZUSAMMENFASSEND

- Immer System im Auge behalten (Familie, Schule...), wenn möglich einbeziehen
- Klient:in sei es Kind, Jugendliche/r arbeiten auch im Einzelsetting, bewältigen ihre Schritte
- Eltern separat auch beraten
- Realer Schutz kommt zuerst
- Sich über die Bedeutung, Funktion der Angst fürs Individuum, fürs System machen → Schritte und Geschwindigkeit der Behandlung darauf anpassen
- Unterscheiden zwischen magischem und realistischem Denken, Interventionen darauf anpassen
- Bei grossen Ängsten, viel Angst schrittweise vorgehen
- Hypnose kann eine grosse Hilfe sein



Susy Signer-Fischer  
**Schlafhund,  
Schutzanzug & Co.**

Hypnosystemische Methoden  
zur Unterstützung der  
jugendlichen Entwicklung





HYPNOSE UND HYPNOTHERAPIE



Susy Signer-Fischer  
**Hypnotherapie – effizient  
und kreativ**

Bewährte Rezepte  
für die tägliche Praxis



**CARL-AUER**

HYPNOSE UND HYPNOTHERAPIE



Susy Signer-Fischer  
Thomas Gysin, Ute Stein

## **Der kleine Lederbeutel mit allem drin**

Hypnose mit Kindern  
und Jugendlichen



**CARL-AUER**

## **Certificate of Advanced Studies In Imaginativ-systemischen Interventionen**

**Für wen?** Für Psycholog\*innen, Psychotherapeut\*innen, Kinder- und Jugend-mediziner\*innen sowie Kinder- und Jugendpsychiater\*innen

**Zweck:** berufliche Fertigkeiten mit vielseitigen, rasch einsetzbaren imaginativen/hyposystemischen Methoden zu erweitern

**Anwendung:** verschiedenste Bereiche; z.b. Diagnostik, Beratung, pädiatrische Konsultation, in der Psychotherapie und im gesamten Leistungsbereich

**Studienumfang:** 18 Kurstage in Basel, 80 Einheiten Supervision/Selbsterfahrung, eine Fallarbeit, Literaturstudium und ein Abschlussgespräch

**Studiendauer:** 1,5 Jahre (Beginn im September 2023, Abschluss im Mai 2025)

**Studiengebühr:** CHF 5'840.- (inkl. Anmelde- und Abschlussgebühr)

Hinzu kommen die Kosten für die individuell organisierte Supervision und Selbsterfahrung

**Information und Anmeldung:** Wir freuen uns über Fragen und Anmeldungen unter [wb-kjp@unibas.ch](mailto:wb-kjp@unibas.ch) / 061 207 61 00

**Beginn: September 2023**

lic. phil. S. Signer-  
Fischer,

Fachpsychologin  
Psychotherapie und  
Kinder- und

Jugendpsychologie FSP

E-Mail:  
[susy.signer@unibas.ch](mailto:susy.signer@unibas.ch) /  
[mail@susysigner.ch](mailto:mail@susysigner.ch)

[www.susysigner.ch](http://www.susysigner.ch)

**VIELEN DANK FÜR IHRE  
AUFMERKSAMKEIT**

# LITERATUR UND FILMLISTE SEPARAT