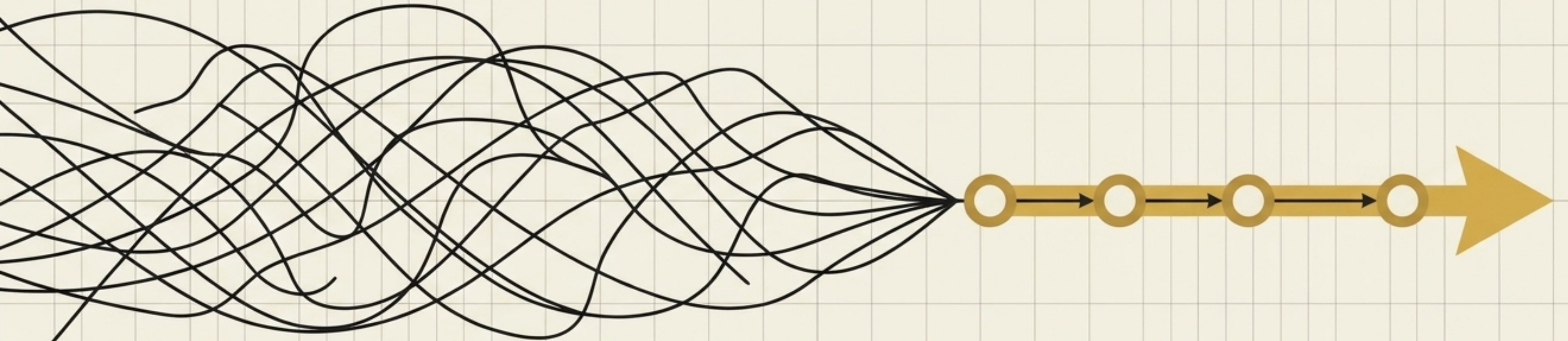


Architektur der Lösung

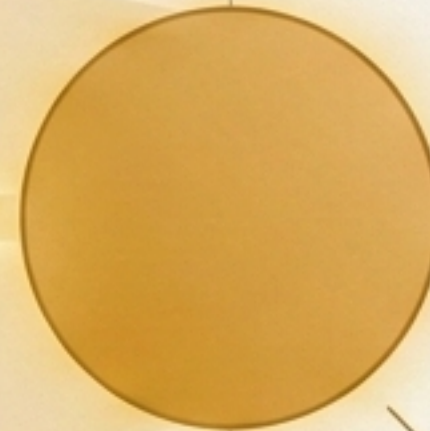
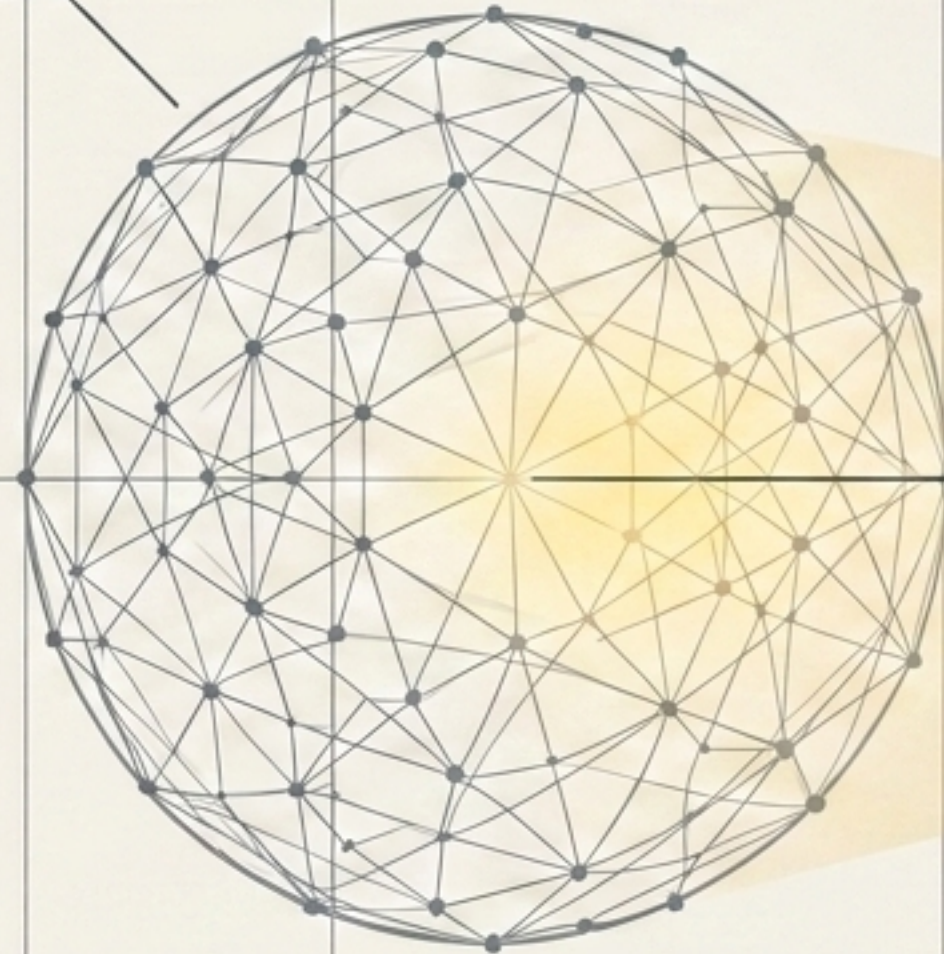


**Eine Anleitung für den
hypnosystemischen Beratungsprozess.**

Von der Problemtrance zur zielfokussierenden Aufmerksamkeitsnavigation.

Zwei Systeme, ein Ziel

Das Heimatsystem.
Der reguläre Lebenskontext
des Klienten. Hier muss die
eigentliche Lösung wirken.



Das Beratungssystem.
Ein zielorientiertes
Kooperationssystem auf Zeit.
Es ist kein Selbstzweck,
sondern eine Linse, die
Ressourcen fokussiert.

Jede Beratung legitimiert sich ausschließlich dadurch, dass sie ein erfolgreiches Mittel für die Zwecke des Heimatsystems darstellt.

Der Berater als Realitätenkellner

Der Berater definiert niemals die einzig gültige Realität. Er bietet stattdessen neue Perspektiven als Menü an. Der Klient behält die völlig freie Wahl, was er konsumiert.



Pfad 1: Hypothetische Fragen.

»Was wäre, wenn...«

Pfad 2: Feed-Forward. Fragen erzeugen neue Informationen durch Imagination.

Pfad 3: Indirekte Trance. Die Suche nach der Antwort ruft unwillkürlich Ressourcen ab.

Die **Frage lenkt den Fokus.** Man kann sie nicht beantworten, ohne das erfragte Erleben innerlich zu imaginieren.

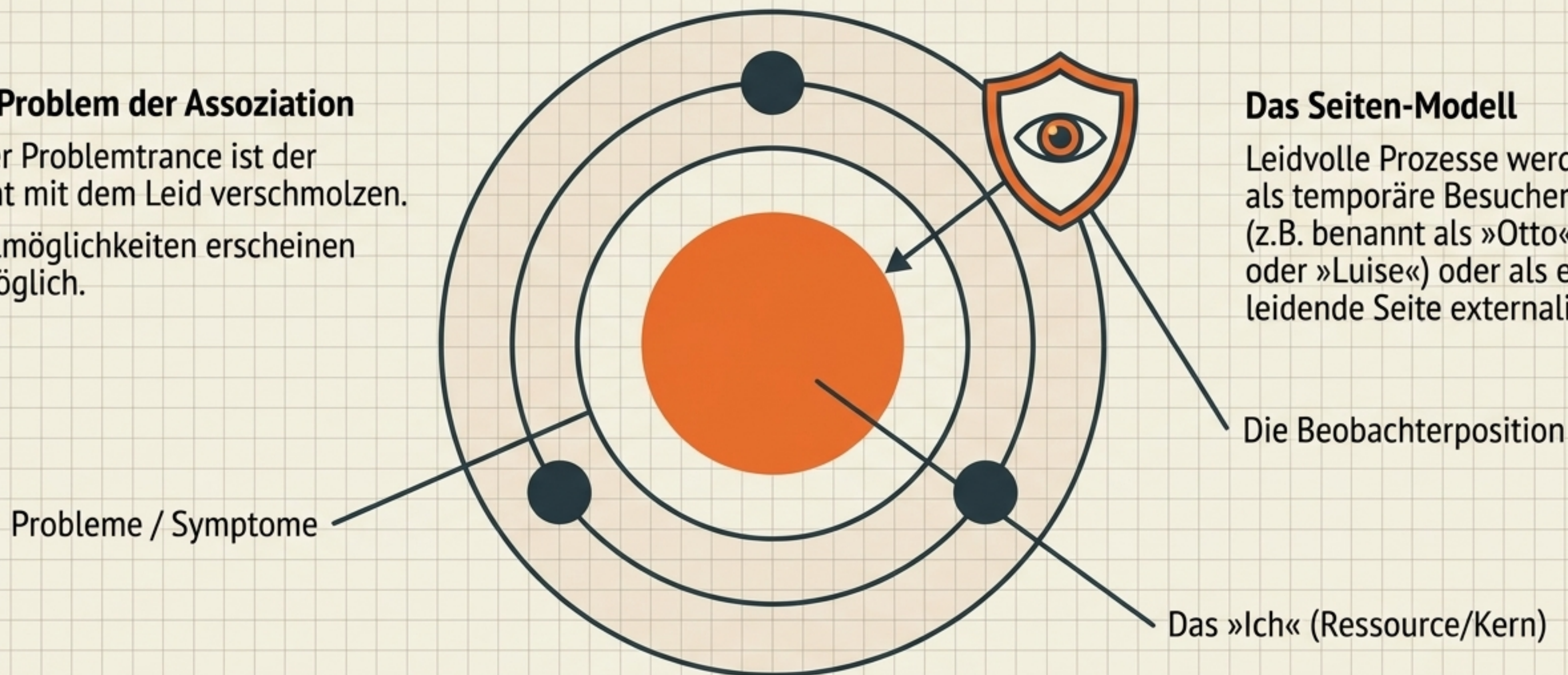
Die Anatomie der Dissoziation

Das Problem der Assoziation

In der Problemtrance ist der Klient mit dem Leid verschmolzen. Wahlmöglichkeiten erscheinen unmöglich.

Das Seiten-Modell

Leidvolle Prozesse werden als temporäre Besucher (z.B. benannt als »Otto« oder »Luise«) oder als eine leidende Seite externalisiert.



Axiom: Keine Beschäftigung mit dem Problem ohne den vorherigen Aufbau einer sicheren, gestärkten Beobachterposition.

Utilisation: Alles ist Kompetenz

Kein Phänomen ist an sich inkompetent. Ob etwas als Ressource wirkt, hängt davon ab, wie es beschrieben und gewürdigt wird. Jedes Verhalten ist eine kompetente Rückmeldung des inneren Wissens.

Input: »Ja, aber...«
(Zweifel, Widerstand)



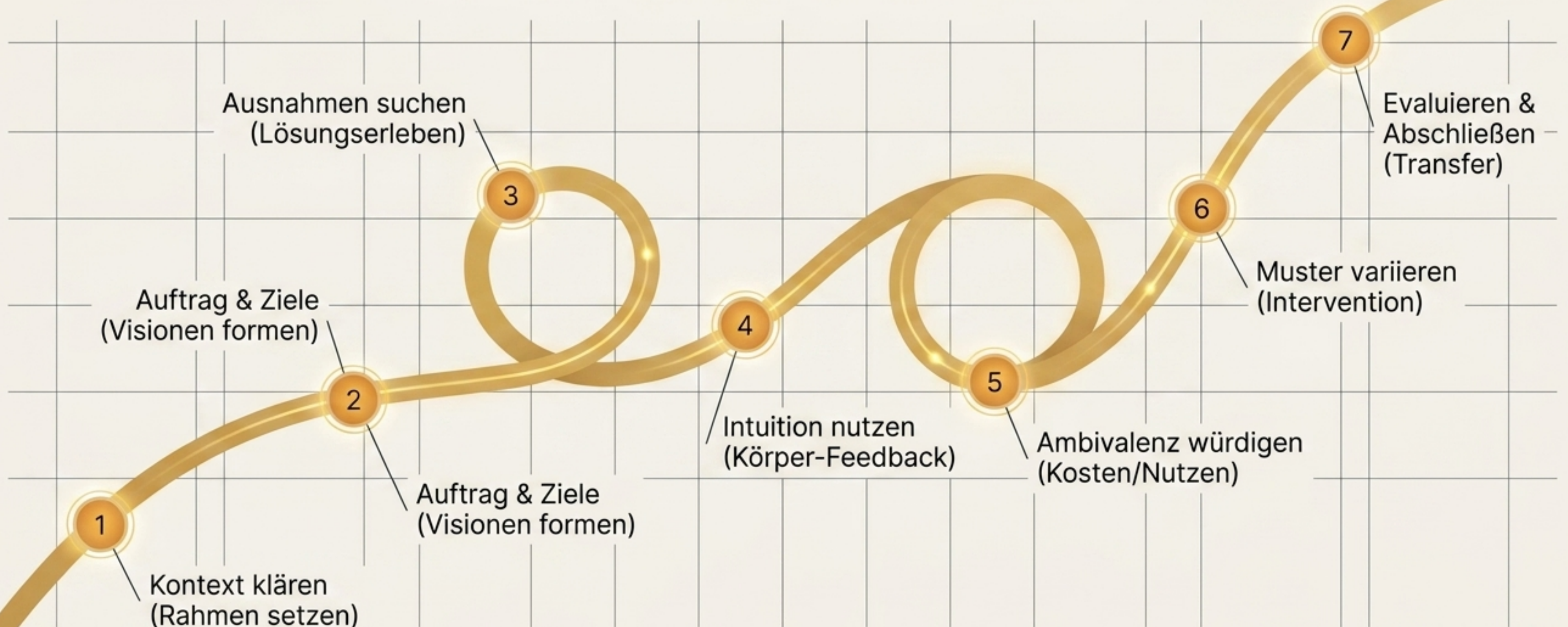
Transformation:
Empathisches Pacing
& Würdigung

Output: Hohe Kompetenz
für Sicherheitsbedürfnisse
& kritische Prüfung

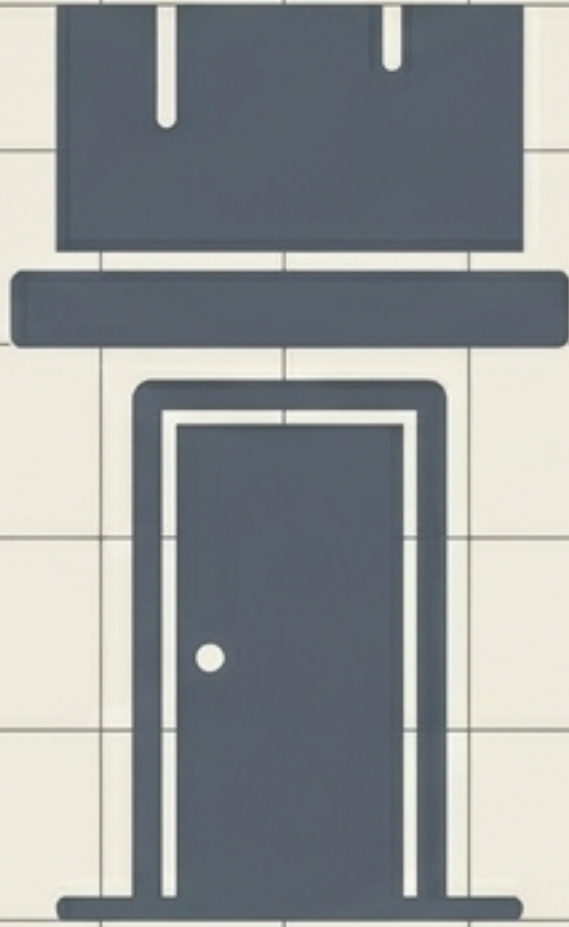
Symptome sind kluge Botschafter für ein un- oder unterversorgtes Grundbedürfnis.

Die Karte der Intervention

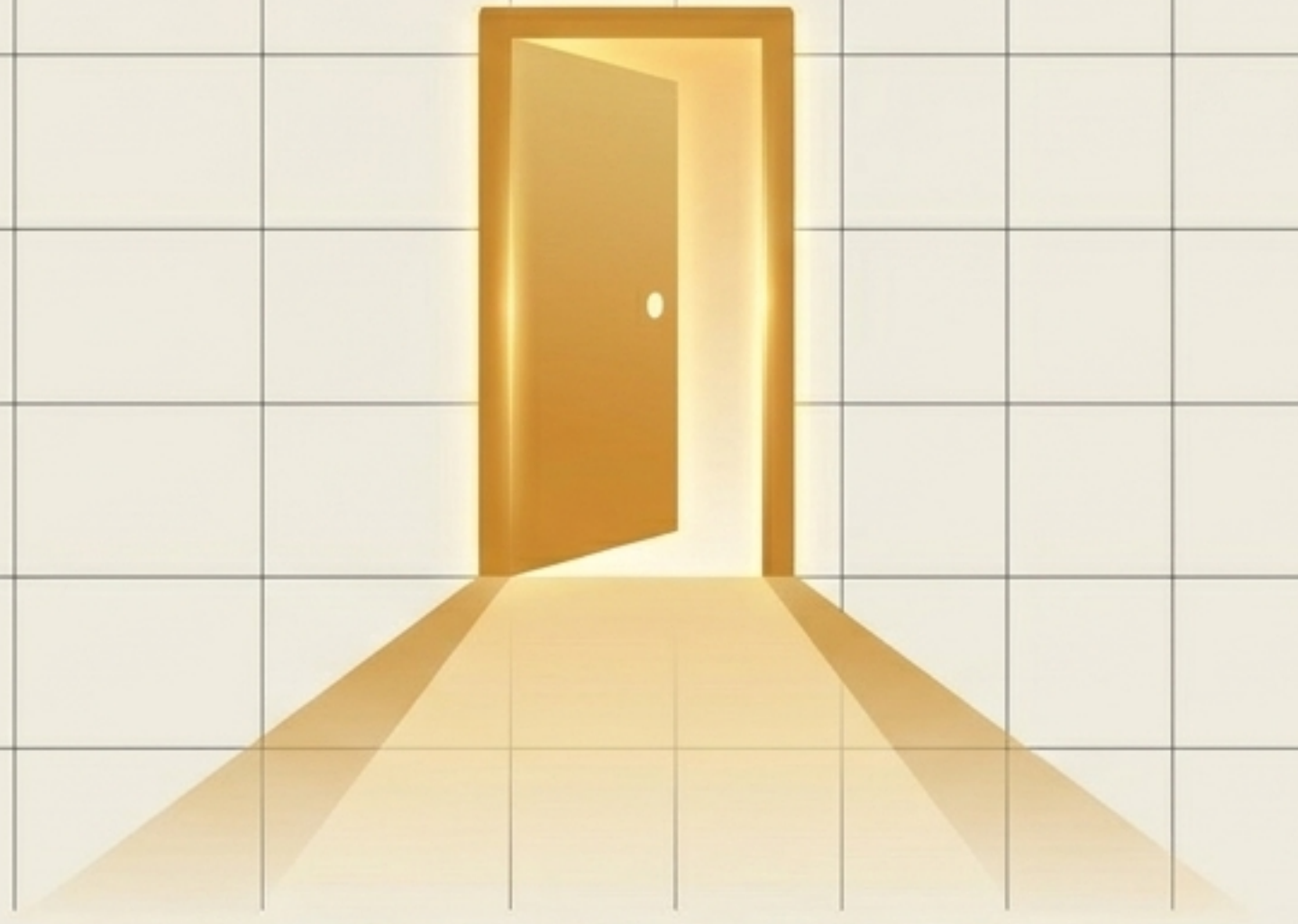
Der hypnosystemische Prozess ist nicht starr chronologisch, sondern ein ineinandergreifender Kreislauf der Fokus-Verschiebung.



Phase 1: Den Kontext kalibrieren



Die Gefahr: Unterwerfungsritual. Wenn der Zuweiser (Arzt, Chef, Partner) sagt: »Du bist das Problem, geh in Therapie«, blockiert das System. Beratung wird als Schuldgeständnis missverstanden.



Die Lösung: Gleichrangigkeit. Die Beratung als würdigende Begegnung gleichrangiger Kontraktpartner umdefinieren.

Der Frage-Fokus: »Wer hatte die Idee zur Beratung? Was müssten wir tun, damit Sie hier or in Würde und Sicherheit mitarbeiten können?«

Phase 2a: Die Auftragstypen-Matrix

Typus	Selbtsicht des Klienten	Ziel des Klienten	Optimale Pacing-Strategie
Kunden.	Ist aktiver Teil der Lösung.	Eigenständige Veränderung.	Fokus auf nächste, selbst machbare Schritte (»Was können Sie tun?«).
Sichbeklagende.	Opfer von Problemmachern im Außen.	Andere sollen sich ändern.	Restriktion anerkennen. Fokus auf bestmögliches eigenes Coping (»Wie gehen Sie optimal damit um?«).
Besucher.	Sieht kein eigenes Problem.	Zuweiser ruhigstellen.	Zuweiser zufriedenstellen, ohne die eigene Würde zu verlieren. Keine eigenen Problemdefinitionen aufdrängen!
Ko-Berater.	Experte für die Fehler anderer.	Wissen anwenden lassen.	Bisherige Lösungsversuche als Expertenwissen würdigen und analysieren.

Phase 2b: Imagination der Zielvision

Die Problemtrance-Falle

»Weg-von« Ziele.

Beispiel: »Die Schmerzen sollen endlich aufhören.«

Effekt: Fokussiert die neurologische Aufmerksamkeit paradoxerweise genau auf das Problem.

Hypnosystemische Zielklärung

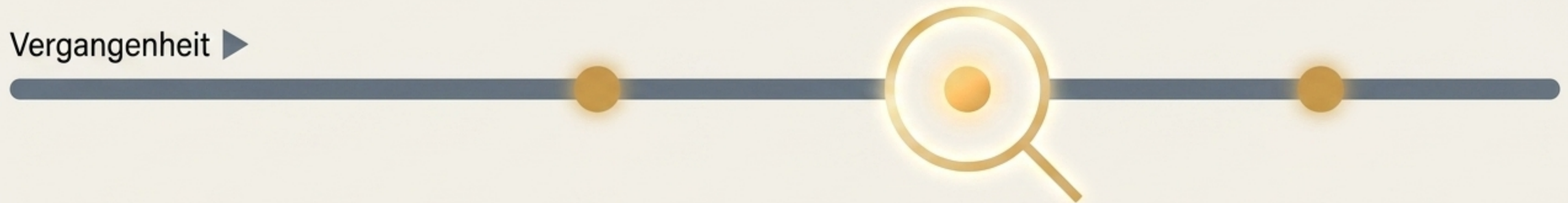
»Hin-zu« Ziele.

Beispiel: »Ich spüre angenehme Leichtigkeit und erfrischende Energie.«

Effekt: Ziele müssen sinnlich konkret sein. Was ist da? Was beginnt? Wie atmen Sie dann? Die Zielklärung selbst wirkt bereits als Imagination und erzeugt Zuversicht.

Phase 3: Die Suche nach dem Lösungserleben

Der Blick richtet sich in die nahe Vergangenheit: Wann trat das Problem nicht auf? Diese Ausnahmen beweisen, dass die Lösungskompetenz bereits im Repertoire des Klienten existiert.



Bewusste Kompetenz

Der Klient weiß, was er in der Ausnahme anders gemacht hat.

Aktion: »Mach mehr davon!«

Unbewusste Kompetenz

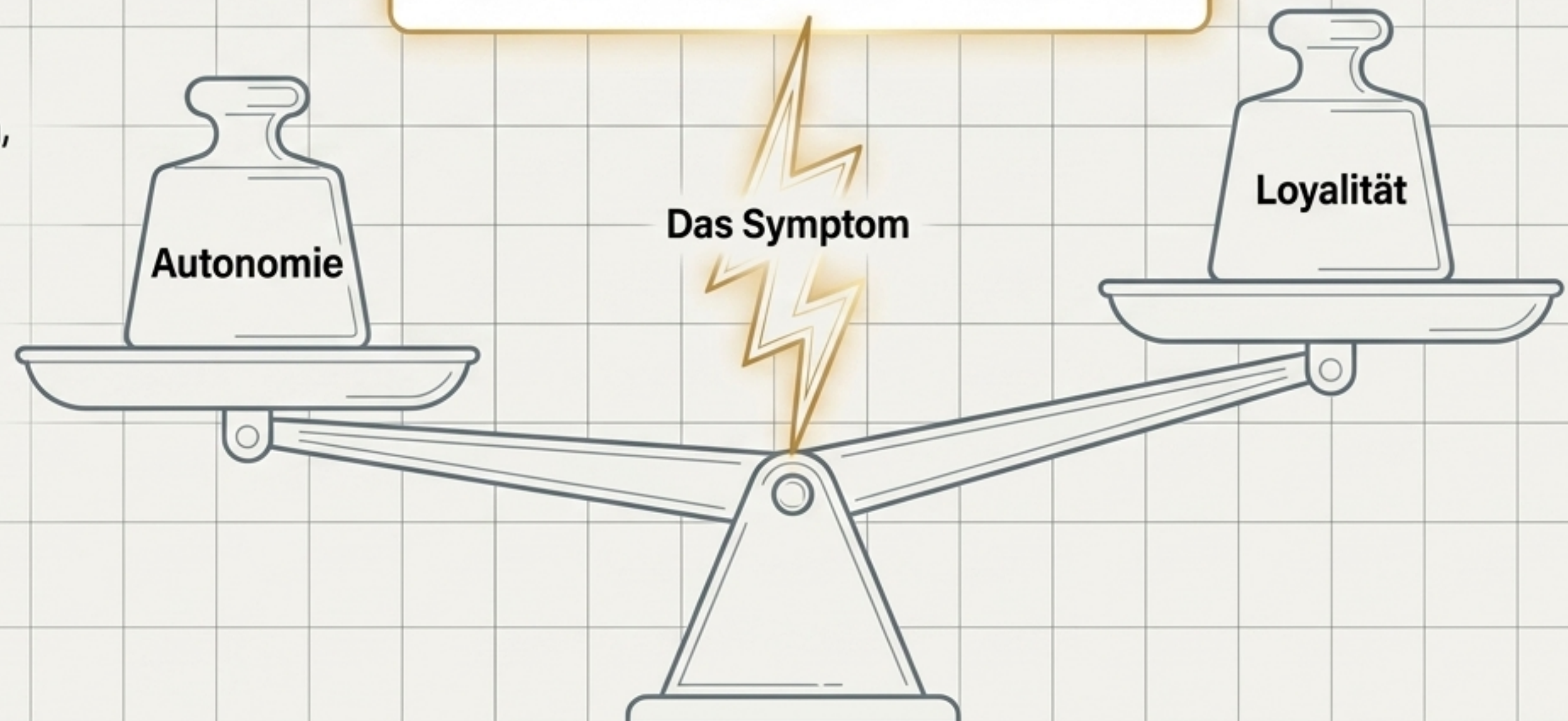
»Es kam einfach, ich weiß nicht wie.«

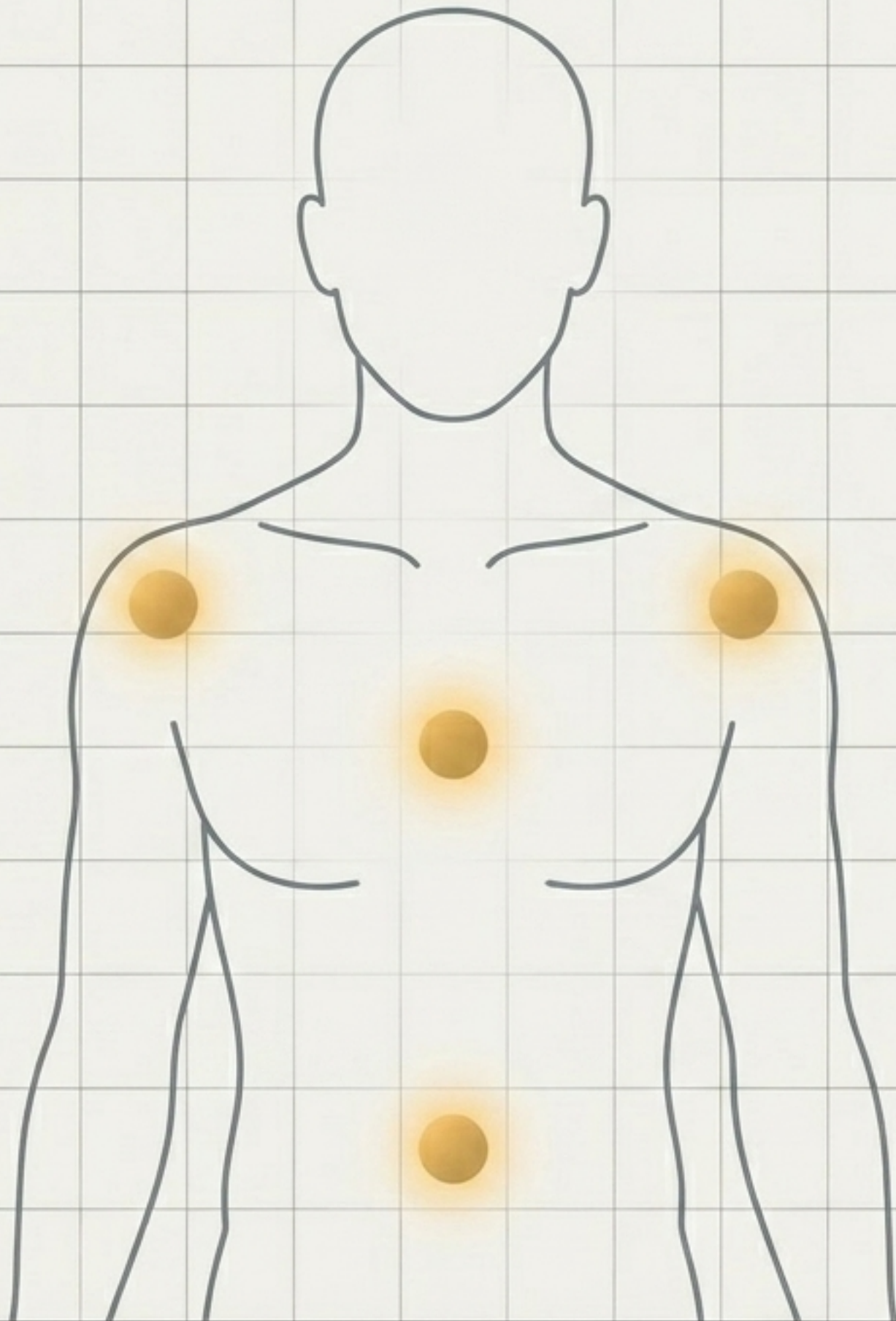
Aktion: Die Kompetenz liegt auf der Trance-Ebene bereit. Beobachtungsexperimente für den Alltag vereinbaren, um den Fokus zu schärfen.

Ambivalenzcoaching: Der Preis des Problems

Probleme sind keine Defizite. Sie sind oft hochkompetente, aber extrem **kostspielige Lösungsversuche für komplexe Zwickmühlen.**

- Wenn Klienten Vorbehalte gegen eine Veränderung haben, wird dies als schützende Ambivalenz gewürdigt.
- Das Ziel ist nicht das Brechen des Widerstands, sondern die Integration beider Bedürfnisse (Sowohl-als-auch).





Somatische Marker: Der Körper als Kompass

Auf jede hypothetische Idee antwortet der Organismus sofort unwillkürlich mit Empfindungen, Muskeltonus oder Atemreaktionen.

Kluges Feedback

Körperreaktionen werden als absolut verlässliches, intuitives Wissen über die »Stimmigkeit« einer Lösung ausgewiesen.

Problemlösungsgymnastik

Da Geist und Körper gekoppelt sind, kann eine bewusste Veränderung der Körperkoordination sofort lösungsorientierte unwillkürliche Prozesse aktivieren.

Musterinterventionen: Feine Unterschiede

Alte Problemmuster (Trancen) müssen nicht komplett eingerissen werden. Es reicht oft, eine kleine, aber spürbare Irritation (Perturbation) einzuführen, um das System zur Neuorganisation zu zwingen.



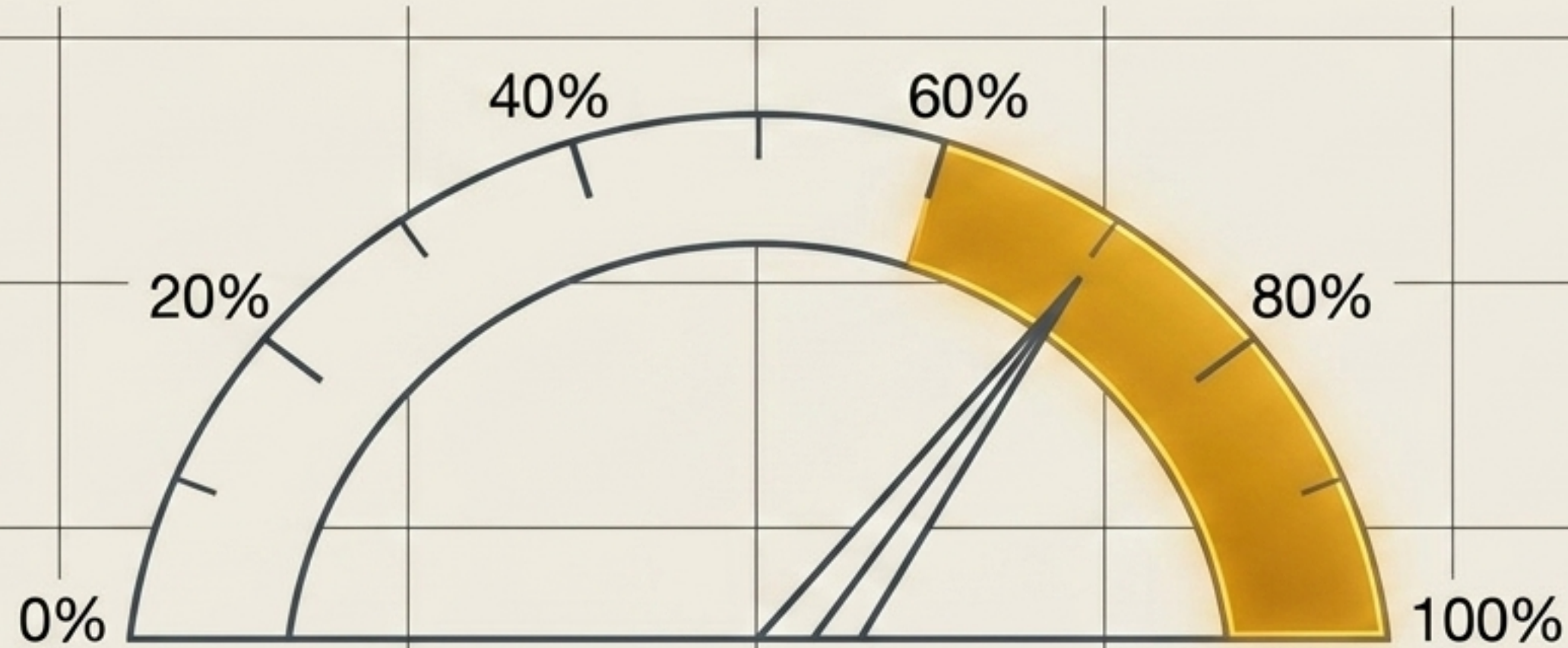
Musterunterbrechung.
Bewusstes Auslassen einer sonst gewohnten, winzigen Handlungskette.

Musterbereicherung.
Das Hinzufügen eines neuen, unerwarteten Elements ins Problemmuster.

Verrühren.
Die Reihenfolge von Handlungssequenzen vertauschen.

Auswertung und Abschluss

In jeder Sitzung wird der Prozess evaluiert. Rückschritte sind kein Versagen, sondern Feedback über unberücksichtigte Bedürfnisse.

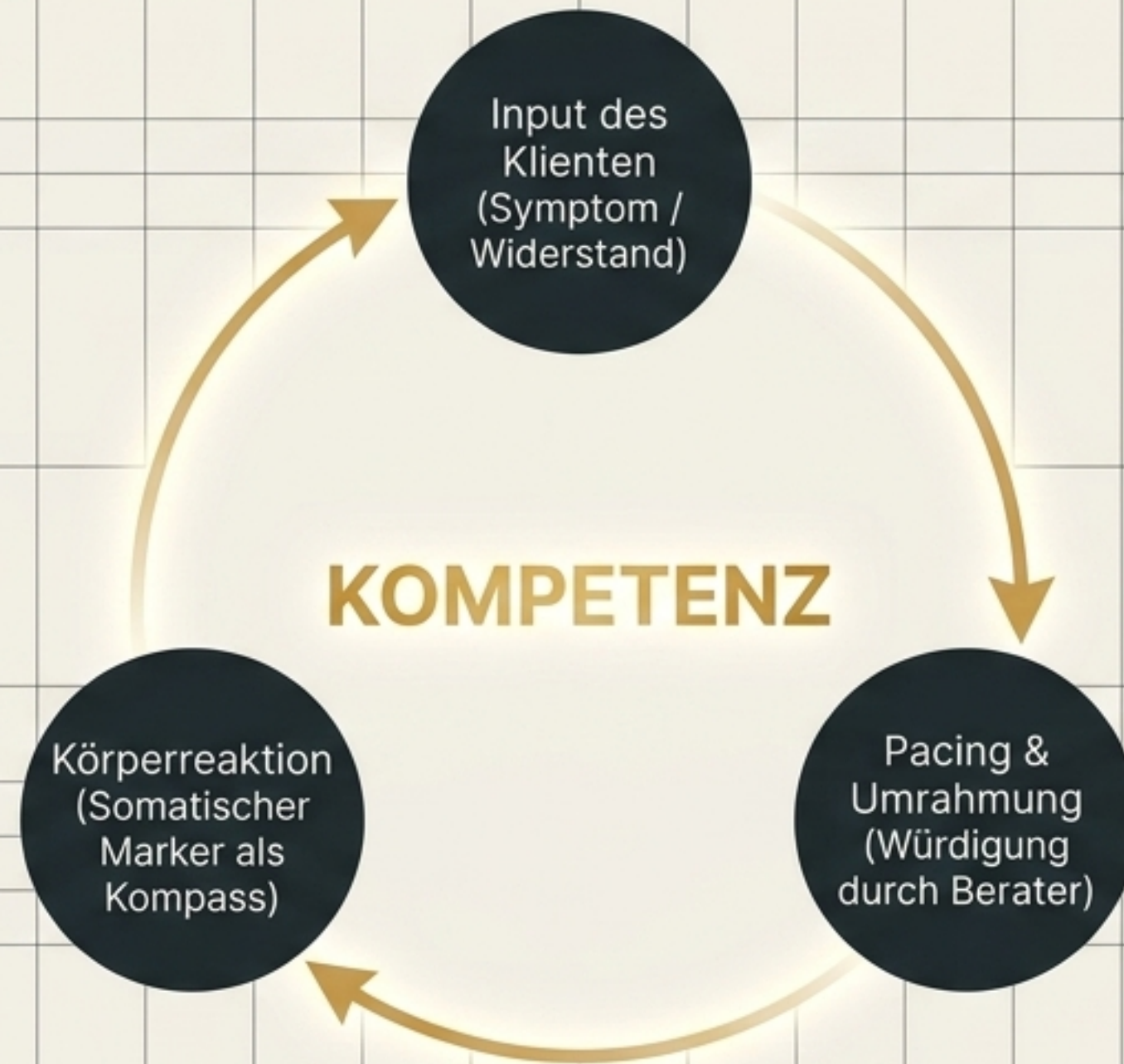


Die 60–80% Regel

- Die Beratung wird idealerweise beendet, wenn das Problem zu 60–80% gelöst ist.
- Warum? Um den Transfer in den Alltag zu sichern und die Autonomie des Klienten zu würdigen. Das Heimatsystem erledigt den Rest.
- Der Abschluss sollte bewusst zelebriert werden.

Die hypnosystemische Synthese

Der Meister-Loop der Aufmerksamkeitsfokussierung. Der Berater nimmt den leidvollen Input, nutzt ihn als Ressource und spiegelt ihn als hypothetisches Menü zurück. Die somatische Reaktion validiert die neue Rahmung. So wird aus einem statischen Problem eine fluide Lösungskompetenz.



»Niemand wird gezwungen – alle Einladungen weben gemeinsam eine neue, wirksame soziale Realität.«