

Psychologische Fachgruppe

# ENTSPANNUNGSVERFAHREN

**Autogenes Training ♦ Progressive Relaxation ♦ Hypnose ♦ Biofeedback**

[www.Entspannungsverfahren.com](http://www.Entspannungsverfahren.com)

---

## LEITLINIEN ZUR ANWENDUNG VON HYPNOSE UND RICHTLINIEN ZUR FORTBILDUNG VON DIPLOM-PSYCHOLOGEN/INNEN IN KLINISCHER HYPNOSE (HY)

---

### Ziele der Hypnose

---

- ♦ Verbesserung der Entspannungs- und Regenerationsfähigkeit,
- ♦ Förderung kreativer Potenziale,
- ♦ Verbesserung von Problemlöse- und Selbststeuerungskompetenzen,
- ♦ Selbstregulation und Verbesserung vegetativer Funktionen,
- ♦ Förderung der persönlichen Entwicklung,
- ♦ Harmonisierung des psychophysischen Systems,
- ♦ verbesserte Stressverarbeitungs-kompetenzen.

### Voraussetzungen für Diplom- Psychologen und Diplom- Psychologinnen

---

1. Diplom Psychologe mit Kenntnissen in Physiologie, Psychopathologie, Gruppendynamik, Psychohygiene, Selbsterfahrung, Krisenintervention, Verhaltensmodifikation, Pädagogik und Didaktik.
2. Fortbildung als anerkannter Kursleiter für Autogenes Training (Siehe Fortbildungsrichtlinien).
3. Verpflichtung zur Anwendung dieser Richtlinien bei der Anwendung von Hypnose.
4. Verpflichtung zur ständigen Weiterentwicklung der eigenen Kenntnisse durch regelmäßige Fortbildung (alle 2 Jahre) und
5. Verpflichtung zur Supervision bei anerkannten Institutionen.

### Voraussetzung beim Klienten/Patienten

---

1. Freiwillige und eigenverantwortliche Teilnahme
2. Kooperationsbereitschaft.

### Methodik

---

#### - Ganzheitlicher Therapieansatz:

Psychosomatischer Ansatz,  
Kooperation zwischen Klient u. Behandler,  
psychotherapeutische Interventionen

#### - Unbedingte Kontrolle:

Reflexion der Empfindungen und Wahrnehmungen

#### - Psychologisch fundierte Interventionen

#### - Sitzungsinhalte

Ausgehend von durchgeführter Diagnostik und Abklärung /  
Ausschluss möglicher Kontraindikationen u.a. Aufklärung über  
Ablauf, Wirkungen, mögliche Nebenwirkungen Bereitschaft auf  
Seiten des / der Patientin, Bildung eines Arbeitsbündnisses,  
Tranceinduktion, therapeutische Nutzung, Rücknahme,  
Nachbesprechung des Erleben

### Behandlung:

---

Behandlung bzw. Mitbehandlung bestimmter akuter psychischer,  
psychosomatischer und somatischer Störungen im Rahmen  
eines umfassenden psychotherapeutischen Gesamtkonzeptes

### Qualitätssicherung

---

#### Erfolgskriterien:

##### Kurz- und mittelfristig:

Erleben von vertiefter körperlicher und seelischer  
Entspannung, Verringerung von Symptomen,  
Veränderung im Stresserleben, Veränderung der  
Erlebnisqualitäten (Erlebnisbeschreibungen), Veränderung  
von unerwünschten Verhaltensweisen / Eigenschaften und  
bessere Alltagsintegration

##### Langfristig:

Steigendes realitätsorientiertes Selbstbewusstsein,  
umfassendere Wahrnehmung

#### Evaluation:

Überprüfung der Therapieergebnisse

#### Indikationen:

Primäre Prävention:

Prävention: u.a. Gesundheitsförderung, Konflikt- und  
Problemmanagement, Verbesserung der  
Stressverarbeitungs-kompetenz

Sekundäre Prävention:

Verhinderung der Chronifizierung von psychischen,  
psychosomatischen und bestimmten somatischen  
Störungsbildern (z.B. Angst- und Panikstörung, somatoforme  
Schmerz- und Funktionsstörungen, Durchblutungsstörungen,  
Muskelverspannungen)

Tertiäre Prävention:

Unterstützung der Krankheitsverarbeitung, Verringerung des  
Rezidivrisikos

#### Kontraindikationen:

Akute Psychose,

Schwere kognitive Störungen,

Fehlende Einwilligung,

Fehlerwartung des Patienten, die Hypnose solle die  
Eigeninitiative unnötig machen.

**RICHTLINIEN für die FORTBILDUNG von DIPLOM-PSYCHOLOGEN/INNEN als anerkannte ANWENDER von KLINISCHER HYPNOSE**

Qualifikationsstufen	Ausbildungsvoraussetzungen	Zeitliche und inhaltliche Mindestvoraussetzungen	Inhalte der Fortbildung*
<b>Anerkannter Anwender von Klinischer Hypnose</b>	Diplom der Psychologie  Qualifikationsnachweis für AT od. PR oder äquivalenter Qualifikationsnachweis	10 Std. Grundlagenkurs 1  10 Std. Grundlagenkurs 2  10 Std. Grundlagenkurs 3	Theoretische Grundlagen wiss. Fund. Hyp., Indikationen, Kontraindikationen, Rapport, Selbsterfahrung, Induktionsmethoden, direkte / indirekte Suggestionen, Rücknahme, Umgang mit Problemen im Hypnoseprozess Methoden der Vertiefung, Anwendungsaspekte,
		10 Std. Anwenderkurs 1  10 Std. Anwenderkurs 2  10 Std. Supervision	Anwendungen z.B. bei Schmerz, Ängsten, Übergewicht, Rauchen, Lernstörungen, Förderung salutogenetischer u. ä. Faktoren Einzel oder in Gruppen mit max. 5 Teilnehmer/innen
<b>Anerkannte/r Ausbilder/in in Klinischer Hypnose</b>	Qualifikationsnachweis Klinische Hypnose	10 Std. Hospitation 10 Std. Co-Leitung Kolloquium mit der Anerk.kommission Mind. 2 J. Lehrerfahg. nach der vorausgegang. Qualifikation. 3 (Kursablaufs-) Dokumentationen.	Fortbildungsseminar Hypnose Fortbildungsseminar Hypnose

\* bei Fachgruppen-/BDP-anerkannten Ausbildern von Anwendern

**1. Anerkennungskommission:**

Vorstand der Psychologischen Fachgruppe Entspannungsverfahren in der Sektion Klinischen Psychologie in Zusammenarbeit mit der Deutschen Psychologen Akademie im BDP.

**2. Nachweis:**

Voraussetzung für den Erwerb des Qualifikationsnachweises Klinische Hypnose ist das Diplom in Psychologie sowie der qualifizierte Nachweis von 60 Fortbildungsstunden bezüglich der Kenntnisse zur Vermittlung von Entspannungsverfahren (z. B. der Qualifikationsnachweis über AT oder PR) sowie der qualifizierte Nachweis über 60 Std. Hypnosefortbildung. Erlebnisse fremdinduzierter Hypnose müssen Bestandteil der Fortbildung sein. Über die absolvierten Kurse sind schriftliche Bestätigungen/Nachweise vorzulegen. Zwischen dem ersten und dem letzten Seminar muss ein Mindestabstand von 1/2 Jahr liegen.

Externe Trainer werden in der Regel anerkannt, wenn deren Qualifikation den Richtlinien der Fachgruppe entspricht.

Aufgrund der vorliegenden Fortbildungsnachweise entscheidet die Anerkennungskommission über die Erteilung von Qualifikationsnachweisen.

Die Qualifikationsinhaber sollten Mitglied der Psychologischen Fachgruppe Entspannungsverfahren sein, um die mit dem Qualifikationsnachweis verbundene Verpflichtung zur Beachtung der Richtlinien zu gewährleisten sowie durch kollegiale Fortbildung und Supervision in ausreichendem Umfang und geeignet dokumentiert die Sicherung des erreichten Qualitätsniveaus zu gewährleisten und zu fördern.

**3. Qualifikationsnachweise**

Die zu vergebenden **Qualifikationsnachweise** lauten:

Dipl.-Psych. N.N. erhält von der Anerkennungskommission der Psychologischen Fachgruppe Entspannungsverfahren aufgrund seiner/ihrer Fortbildung nach den Richtlinien für die Fortbildung von Diplom-Psychologen den

**Qualifikationsnachweis** erhalten:

**Anerkannte/r Anwender/in von Klinischer Hypnose  
Anerkannte/r Ausbilder/in in Klinischer Hypnose**

Diese Richtlinien für die Fortbildung von Diplom-Psychologen in der Anwendung von Hypnose wurden am 10.05.2002 der Mitgliederversammlung (MV) der Psychologischen Fachgruppe Entspannungsverfahren vorgelegt, beraten, mit Modifizierungen versehen und verabschiedet. Die MV kann mit 2/3-Mehrheit Veränderungen an diesen Richtlinien beschließen. Inkrafttreten am 10.05.2002. Modifiziert nach dem Beschluss der MV vom 04.05.2005/25.05.2006. Aktuelle Fassung 9/2006. FGRI-HY-4.doc