

# Onlinematerialien

## Karteikarten

Die im Folgenden aufgeführten Module können als Karteikarten unter folgendem Link heruntergeladen werden<sup>1</sup>: <https://dl.kohlhammer.de/978-3-17-036256-7>

- Karteikarte 1: Basisinformationen (Kapitel 4.1)
- Karteikarte 2: Erste Tranceerfahrung (Kapitel 4.2)
- Karteikarte 3: Sicherer Ort (Kapitel 4.3)
- Karteikarte 4: Ballonfahrt – Basismodul (Kapitel 5.1)
- Karteikarte 5: Tieftrance und Posthypnotische Suggestion (Kapitel 5.2)
- Karteikarte 6: Einflechten (Kapitel 5.3)
- Karteikarte 7: Kompetenzstärkung (Kapitel 5.4)
- Karteikarte 8: Loslassen (Kapitel 5.5)
- Karteikarte 9: Lösungserfahrungen (Kapitel 5.6)
- Karteikarte 10: Zukunftsprojektion (Kapitel 5.7)
- Karteikarte 11: Lösungsvision Kinotechnik (Kapitel 5.8)
- Karteikarte 12: Ziele verwirklichen (Kapitel 5.9)
- Karteikarte 13: Paradiesort (Kapitel 6.1)
- Karteikarte 14: Schlafstörungen – Grübeln (Kapitel 6.2)
- Karteikarte 15: Wieder einschlafen (Kapitel 6.3)
- Karteikarte 16: Kindheitserfahrungen (Kapitel 6.4)
- Karteikarte 17: Ballonfahrt – Aufbaumodul (Kapitel 6.5)
- Karteikarte 18: Kompetenzerfahrung (Kapitel 6.6)
- Karteikarte 19: Stellvertreter-Technik (Kapitel 6.7)
- Karteikarte 20: Der »Genug-Ort« (Kapitel 6.8)
- Karteikarte 21: Interaktionsmuster (Kapitel 6.9)
- Karteikarte 22: Vom Grübeln zum Handeln (Kapitel 6.10)
- Karteikarte 23: Sinnfindung (Kapitel 6.11)

---

<sup>1</sup> Wichtiger urheberrechtlicher Hinweis: Alle zusätzlichen Materialien, die im Download-Bereich zur Verfügung gestellt werden, sind urheberrechtlich geschützt. Ihre Verwendung ist nur zum persönlichen und nichtgewerblichen Gebrauch erlaubt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

- Karteikarte 24: Suizidalität (Kapitel 6.12)  
Karteikarte 25: Neutralisieren von lebensfeindlichen Botschaften (Kapitel 6.13)  
Karteikarte 26: Krisenintervention – akute Suizidalität (Kapitel 6.14)  
Karteikarte 27: Bestandsaufnahme – Zwischenresümee (Kapitel 7.1)  
Karteikarte 28: Rückfallprophylaxe 1 – Depressive Symptome nutzen  
(Kapitel 8.1)  
Karteikarte 29: Rückfallprophylaxe 2 – Zeitprogression nahe Zukunft  
(Kapitel 8.2)  
Karteikarte 30: Abschlusssitzung (Kapitel 8.3)

## Arbeitsblätter

Die folgenden Zusatzmaterialien können unter folgendem Link heruntergeladen werden: <https://dl.kohlhammer.de/978-3-17-036256-7>

- Arbeitsblatt 1: Onlinematerialien zur Strukturbezogenen Hypnotherapie  
(Kapitel 3)  
Arbeitsblatt 2: Onlinematerial – Sprachmodelle der Hypnotherapie  
(Kapitel 3.2.3)  
Arbeitsblatt 3: Onlinematerial – Motivierung und Basisinformationen  
(Kapitel 4.1)  
Arbeitsblatt 4: Onlinematerial – Erste Tranceerfahrung (Kapitel 4.2)  
Arbeitsblatt 5: Trance im Wortlaut – Innerer Sicherer Ort (Kapitel 4.3)  
Arbeitsblatt 6: Trance im Wortlaut – Ballonfahrt Basismodul und Ballonfahrt  
Aufbaumodul (Kapitel 5.1 und 6.5)  
Arbeitsblatt 7: Trance im Wortlaut – Tieftrance und Posthypnotische  
Suggestion (Kapitel 5.2)  
Arbeitsblatt 8: Fallbeispiel – Tieftrance und Posthypnotische Suggestion  
(Kapitel 5.2)  
Arbeitsblatt 9: Trance im Wortlaut – Ressourcenaktivierung – Loslassen  
(Kapitel 5.5)  
Arbeitsblatt 10: Trance im Wortlaut – Ressourcenaktivierung – Lösungserfahrungen  
(Kapitel 5.6)  
Arbeitsblatt 11: Onlinematerial – Lösungsvision Kinotechnik (Kapitel 5.8)  
Arbeitsblatt 12: Onlinematerial – Ziele verwirklichen (Kapitel 5.9)  
Arbeitsblatt 13: Onlinematerial – Innerer Paradiesort (Kapitel 6.1)  
Arbeitsblatt 14: Onlinematerial – Schlafstörungen – Grübeln (Kapitel 6.2)  
Arbeitsblatt 15: Onlinematerial – Kindheitserfahrungen (Kapitel 6.4)  
Arbeitsblatt 16: Fallbeispiel zur Durchführung – Kompetenzerfahrung  
(Kapitel 6.6)

- Arbeitsblatt 17: Fallbeispiel – Stellvertreter-Technik (Kapitel 6.7)  
Arbeitsblatt 18: Trance im Wortlaut – Der »Genug-Ort« (Kapitel 6.8)  
Arbeitsblatt 19: Onlinematerial – Interaktionsmuster (Kapitel 6.9)  
Arbeitsblatt 20: Fallbeispiel – Suizidalität (Kapitel 6.12)  
Arbeitsblatt 21: Onlinematerial – Neutralisieren von lebensfeindlichen Botschaften (Kapitel 6.13)  
Arbeitsblatt 22: Onlinematerial – Krisenintervention: akute Suizidalität (Kapitel 6.14)  
Arbeitsblatt 23: Bestandsaufnahme – Zwischenresümee (Kapitel 7.1)  
Arbeitsblatt 24: Onlinematerial – Rückfallprophylaxe 1 – Depressive Symptome nutzen (Kapitel 8.1)  
Arbeitsblatt 25: Onlinematerial – Rückfallprophylaxe 2 – Zeitprogression nahe Zukunft (Kapitel 8.2)  
Arbeitsblatt 26: Trance im Wortlaut – Abschluss Sitzung (Kapitel 8.3)

## Metaphern

Die Metaphern<sup>2</sup>, die aus verschiedenen Quellen stammen und frei nacherzählt sind, können unter folgendem Link heruntergeladen werden: <https://dl.kohlhammer.de/978-3-17-036256-7>

Überblick über die thematisch gruppierten Geschichten und Metaphern:

### Opfer sein

1. Der erste Preis
2. Das Kreuz, das nicht passt
3. Die Kokosnuss
4. Wer hat die Tonne hierher gestellt?
5. Binde dein Kamel fest
6. Das geliehene Geld
7. Frosch und Skorpion

### Hilflosigkeit

8. Der Elefant
9. Der Baum
10. Die Frösche im Milchtopf

---

2 Die Bedeutung des Begriffs »Metapher«, wie sie im Buch verwendet wird, geht über die sprachwissenschaftliche Bedeutung hinaus und schließt stellvertretend auch »Parabeln« und »Erzählungen«, die mit bildhaften Übertragungen spielen, mit ein.

### Kognitive Stile/Rigidität

11. Göttliche Erlaubnis
12. Das perfekte Kamel
13. Das Glück lag am Wegesrand
14. Die Mönche
15. Das Gewächshaus

### Kognitive Stile/negative Sichtweisen

16. Der beste Verkäufer
17. Faul in der Sonne
18. Die Macht der Gewohnheit
19. Schritt zur Seite
20. Die viel zu kleine Wohnung
21. Die verlorenen Juwelen

### Perspektiven

22. Der Ölbaum
23. Mal sehen
24. Der Tempel der tausend Spiegel
25. Kung Fu und der Bambus

### Wahlmöglichkeiten und Veränderungen

26. Die Probe
27. Die zwei Hemden
28. Adler und Henne

### Pacing und Leading

29. Der gefürchtete Restaurantbesuch
30. Die Trauer des Königs

### Verschiedenes

31. Die drei Türen
32. Der Einbeinige
33. Die Steinpalm
34. Die Metamorphose der Raupe
35. Das Porträt des Vogels
36. Till Eulenspiegel

37. Die zwei Wölfe
38. Turandot
39. Adler als Huhn
40. Reisaaffen