**Kompetent unterwegs in hypnosystemischen Kompetenzgefilden**

Kannst du dir vorstellen, dass 30 Menschen zwei Tage lang in einem Stuhlkreis sitzen – ohne Handout, PowerPoint-Illustrationen oder andere technische Finessen – dabei mit geschlossenen Augen auf einen spannende Reise nach innen gehen und Ungeahntes entdecken? Du kannst es dir nicht vorstellen? Schade! Dann wärst du bei der **zweitägigen Fortbildung des Landesverbandes der Beratungslehrer\*innen** genau richtig gewesen!

Dr. Björn Migge, ehemaliger Oberarzt, Hypnotherapeut und Leiter eines deutschlandweiten Coachinginstitutes, führte die Teilnehmer ausgesprochen kompetent und mit viel Einfühlungsvermögen von der Geschichte der Hypnose zur praktischen Anwendung.

Die Aufwärmphase sah so aus: „Setzt euch bequem hin, legt die Hände auf den Oberschenkeln ab und schließt die Augen. Stell dir nun eine Blume vor! Und jetzt mach die Augen wieder auf.“ Eine 20-Sekunden Hypnose! Wer jetzt denkt, eine solche Übung würde keine Vielfalt ermöglichen ist auf dem Holzweg - die „Bilder“ reichten von Kornblumen über Margeriten bis zu einem gefilzten Blumenstrauß.

In der heißen Phase des Workouts wurde Folgendes geübt:

* Stellvertretertechnik: „Wenn dein Problem eine Landschaft wäre… und wenn du dort ein Lebewesen sehen würdest…?“
* Der sichere Ort: Fundstelle der Ressourcen und Wünsche – wie sieht es dort aus und wie kann man jederzeit zu diesem schützenden Ort gelangen?
* Die wachsende Kugel: Visualisierung eines Themas (Problem, Wunsch, Ziel) als Kugel zwischen den Händen, die wächst, wenn man ihm Aufmerksamkeit schenkt und zu einer völlig neuen Betrachtungsweise oder gar Lösung führen kann
* Das Anliegen liegt auf der Hand: die Ambivalenzen zu einem Thema werden im Körper lokalisiert und eine Verbindung zwischen ihnen hergestellt, um zu einer größeren Stimmigkeit zu gelangen

Die Teilnehmer\*innen erhielten während der Fortbildung vielfältige Angebote, um mit ihrer Sprache den unterschiedlichen Bedürfnissen der Klienten gerecht zu werden. „Für manche ist es hilfreich…, für andere ist es besser…, es könnte aber auch etwas ganz anderes sein…“, so dass alle inneren Anteil gewürdigt werden. Ebenso hilfreich waren vorgestellten Modelle zum Umgang mit starren Selbstbildern sowie fehlender Flexibilität im Umgang mit sich und anderen. Die Frage, welche Werte uns leiten und wie man wieder einen Zugang zu ihnen gewinnt, bildete einen weiteren Schwerpunkt. Ein Exkurs zum Begründer der Hypnotherapie Milton Erickson führte uns in die Kunst ein, durch eine phantasievolle Geschichte auf den Kern eines schwierigen Problems zu stoßen.

Mit ins Ziel haben wir genommen:

* eine ausgesprochen wertschätzende Arbeitsatmosphäre
* zahlreiche Impulse jenseits der üblichen Beratungsmethoden
* eine große Bereitschaft, etwas von sich preiszugeben
* fachlich fundierten Input und die Auseinandersetzung mit dem vorherrschenden, durch Fernsehshows geprägten Bild von Hypnose
* viele praktische Übungen

Die sehr intensive und konzentrierte Arbeitsatmosphäre zeigte, wie sehr die Teilnehmer\*innen diese Art der wohlwollenden Selbsterfahrung genossen und ihren Methodenkoffer für die Beratung weiter füllen konnten.