

Ilja Grzeskowitz

Impromptu Hypnose

Die Kunst, jederzeit und überall hypnotisieren zu können

mvgverlag 

© des Titels »Impromptu Hypnose« (ISBN 978-3-86882-246-5)
2011 by mvgVerlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Inhalt

Einleitung	9
Hinweise für die bessere Lesbarkeit	15

Teil 1: Vorbereitung

Mysterium Hypnose – ein Modell, das auch wirklich funktioniert	19
Impromptu Hypnose	28
Bewusstsein, Unterbewusstsein und der kritische Faktor	32
Faszination Hypnose: aufklären und Ängste nehmen	38
Hypnotische Phänomene: Woran erkenne ich, dass jemand hypnotisiert ist?	46
Ein sicherer Kompass in jedem hypnotischen Prozess – die AUS-Formel	56
Das Geheimnis aller großen Hypnotiseure: die Intention	59
<i>Do it your Way</i> : Hypnose mit Anspruch und Verantwortung	63
Der sechsstufige Impromptu-Prozess	67

Teil 2: Das Set-Up

<i>Pre-Talk reloaded</i> – der hypnotische Kontext	73
Die Vorstellungskraft anfeuern: Konzentrationsübungen	80
Buch und Ballon	85
Magnetische Finger	88
Magnetische Hände	90
Steifer Arm	93
Klebende Hände	95
Fenster im Kopf	98
Die Konzentrationsübungen als eigenständige Induktion	99

Teil 3: Rapid Inductions

Schnell, elegant und wirkungsvoll: <i>Rapid Inductions</i>	105
Elman-Induktion	112
Magnetische Hände	118
Auge-Hand-Fixation	121
<i>Handshake-Interrupt</i>	125
<i>Rehearsal</i> -Induktion	130
Acht-Wörter-Induktion	135
<i>Armpull</i> -Induktion	139
<i>Butterfly Fingers</i>	143
Steifer Arm	147
Dissoziierter Arm	149
Kreisende Hände	153

Teil 4: In Hypnose – und jetzt?

<i>Down the Rabbit Hole</i> – Intensivierung	159
Den ganzen Weg nach unten – <i>Deepeners</i>	164
Suggestionen kunstvoll präsentieren	173
Die Supersuggestion	186
Hypnotische Phänomene: Hypnose »testen«	188
Der hypnotische Blitz	201

Teil 5: Nach der Hypnose

Die Hypnose sicher ausleiten: das <i>Wake-Up</i> -Skript	207
Nach der Hypnose ist vor der Hypnose – abschließende Worte	210
Anmerkungen	214