

Die **Leitlinien** zum Inhalt der Weiterbildung in **Ärztlicher Hypnose**  
[Basiscurriculum] der Deutschen Gesellschaft für ärztliche  
Entspannungsmethoden, Hypnose, Autogenes Training und Therapie  
e.V. (DGäEHAT) beinhalten folgendes:

(gültig ab **11.01.2017** als ärztliche Behandlungsform)

**Vorbemerkungen**

Die berufsbegleitende Weiterbildung im Bereich der fachgebundenen Psychotherapie einschließlich der Facharztweiterbildungen „Psychiatrie und Psychotherapie“, „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie/Psychotherapeutische Medizin“, „Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie“ und im Bereich der Psychosomatischen Grundversorgung erfordert außer dem Aneignen gründlicher methodischer Kenntnisse in einzelnen Verfahren, Detailkenntnisse des jeweiligen Konzeptes, seiner theoretischen Grundlagen und seiner praktischen Durchführung vor allem Selbsterfahrung. Damit ist Hypnose (H) mit einer angemessenen Eigenerfahrung (i.S. des Selbstübens, respektive Selbsterlebens) gemeint.

In diesem Sinne stellt **der nachfolgende Weiterbildungskatalog** eine Mindestanforderung dar und erhebt **keinen Anspruch** darauf, Richtlinie für eine Fort- und Weiterbildung in der umfassenderen „**Hypnotherapie**“ zu sein.

**Folgende Inhalte müssen erarbeitet werden:**

- Was ist eine Suggestion.
  - Was ist Trance?
  - Was ist hypnoide Trance?
  - Was ist ein Hypnoid?
  - Wie funktioniert Hypnose?
  - Die psycho-physiologischen Phänomene in Hypnose.
  - Die Bedeutung der Beziehung in der Hypnose.
- Abgrenzung und Gemeinsamkeiten von Imaginativen Methoden, anderen Entspannungstechniken, insbesondere Autogenem Training / Autogener Therapie, Katathyme-Imaginative Psychotherapie (KIP) früher Katathymes Bilderleben (KB)
- Theorie und Praxis des Standardvorgehens (Vorgespräch, Induktion, Vertiefung, Wirkteil, posthypnotische Empfehlungen, Nachgespräch)
- Demonstration der Hypnose, aktives Erleben der Hypnose, aktives Durchführen der Hypnose
- Überprüfung von Trancetiefe, Vertiefung durch Hypnose, Rücknahme
- Aufbau und Aktivierung innerer Ressourcen
- Methoden psychischer Stabilisierung DBXKK-TKKK-BQKD

- Übertragung und Gegenübertragung vor/bei und nach Hypnosebehandlungen
- Umgang mit Blockaden und Widerständen während einer Hypnose-Sitzung
- Indikation und Kontraindikation
- Umgang mit Nebenwirkungen bei Hypnose
- Krankheitsmodelle aus dem Blickwinkel auf Hypnose basierender Behandlungstechniken (Symptomentstehung, -wahrnehmung, -verarbeitung, Interventionen)
- Selbst-Hypnose zur Alltagsbewältigung als nachhaltig verfügbare Ressource
- Psychotherapie ergänzt durch Hypnose
- wiss. Belegte Indikationen: Belastungsstörungen, Somatoforme Störungen, Schlafstörungen, Unterstützung bei der Bewältigung von medizinischen Eingriffen wie Geburtshilfe, ambulantes Operieren, Verbrennungen, Chemotherapie, Raucherentwöhnung, Suchterkrankungen.
  
- Noch nicht empirisch abgesicherte, aber von Experten empfohlene Indikationen und beispielhaftes Vorgehen bei: Phobie, Trauer, Einzeltraumatisierungen, Hypnose zur Verhaltensänderung, Impulskontrolle, bei chronischem Schmerz, Psychosomatische Erkrankungen im engeren Sinne, Behandlung kurz zurückliegender traumatischer Ereignisse.
  
- Alltagshypnose im intersubjektiven Raum
  
- Funktion und Ablauf von Supervision

**Die Weiterbildung muss mindestens folgende Charakteristika aufweisen:**

A.) Hypnose in der Weiterbildung orientiert an der gültigen Muster-Weiterbildungsordnung der Bundesärztekammer in der „fachgebundenen Psychotherapie“ und der Facharztweiterbildungen „Psychiatrie und Psychotherapie“, „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie/ Psychotherapeutische Medizin“ und „Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie“.

1. Teilnahme an mindestens **zweimal 10 Stunden** (20 Stunden) mit Kursteil I und Kursteil II zur Einführung in die Grundlagen der Hypnosetechnik und Hypnosetherapie mit angemessener Eigenerfahrung und Unterweisung **zur Durchführung der Hypnose** .
2. Supervision 12 Stunden eigener mit Hypnose behandelte Patienten sind durchgeführt und nachgewiesen.

Begründung: Die therapeutische Wirksamkeit der Hypnose wurde bei einer Vielzahl von psychotherapeutisch behandelbaren Störungen empirisch in kontrollierten und Katamnese-Studien nachgewiesen. Die Literatur dazu befindet sich im Anhang.

B.) Therapeutenqualifikation DGäEHAT

- 1.) Teilnahme an **mindestens zweimal 10 Stunden** (20 Stunden) zur Einführung in die Grundlagen der Hypnosetechnik und Hypnosetherapie mit angemessener Selbsterfahrung und Unterweisung zur Durchführung der **Hypnosetherapie**.
  
- 2.) **Supervision 12 Stunden** eigener mit Hypnose behandelter Patienten sind durchgeführt und nachgewiesen.

#### Psychotherapeutische Grundkenntnisse:

Da Hypnose nur dann sinnvoll angewandt werden kann, wenn solide Grundlagenkenntnisse in psychosomatischen, psychiatrischen und psychotherapeutischen Zusammenhänge vorhanden sind, ist deren Erwerb zusätzlich zu den o.a. Inhalten unerlässlich. Ihr Umfang orientiert sich an den für die „Psychosomatische Grundversorgung“ und der gültigen Muster-Weiterbildungsordnung geforderten Kenntnisse und Erfahrungen.

#### C. Dozentenqualifikation DGäEHAT

*(Qualifikation zur Weiterbildungsbefugnis für Hypnose)*

Folgende Voraussetzungen müssen nach den Richtlinien der DGäEHAT für die Ermächtigung zur Weiterbildung in den Grundlagen der Hypnosetherapie nachgewiesen werden. Diese Leitlinien sollen auch von Inhalt und Umfang her den Ärztekammern und anderen einschlägigen Körperschaften und Verbänden eine Orientierung zur Beurteilung der Qualifikation von Weiterbildungern sein, deren Veranstaltungen im Rahmen der psychotherapeutischen Weiterbildung in Hypnose anerkannt werden sollen und die eine entsprechende Ermächtigung der zuständigen Körperschaft beantragen.

- I. Die Grundlagen der Hypnose-Weiterbildung wurden entsprechend den vorhergehend beschriebenen Richtlinien (vgl. B: Therapeutenqualifikation) gestaltet und erfolgreich abgeschlossen.
  
- II. Diese Therapeutenqualifikation (im Rahmen der DGäEHAT („Hypnosetherapeut-DGäEHAT“)) wurde vor mindestens **einem** Jahr erworben.
  
- III. Das Verfahren wird im eigenen therapeutischen Vorgehen angewandt.

Darüber hinaus wurden folgende Qualifikationen erworben, die Voraussetzung dafür sind, Weiterbildung in den Grundlagen der Hypnosetherapie selbstständig gestalten zu können.

- IV. Nach Erreichen der Therapeutenqualifikation wurden mind. **16 Stunden** in weiterführender Methodik und Didaktik durchgeführt und nachgewiesen.

V. Als **Co-Leiter** wurden mindestens mind. **16 Stunden** in Zusammenarbeit mit einem zur Weiterbildung ermächtigten Dozenten gemeinsam durchgeführt.

VI. Mindestens eine der aufgeführten Zusatzbezeichnungen „fachgebundene Psychotherapie“, „Psychotherapie“ oder „Psychoanalyse“ oder die Gebietsbezeichnungen „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie/Psychotherapeutische Medizin“ oder „Psychiatrie und Psychotherapie“ oder „Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie“ wurden erworben.

[info@dgaehat.de](mailto:info@dgaehat.de) und [www.dgaehat.de](http://www.dgaehat.de)

**Vorsitzender:** Prof. Dr. med. Thomas H. Loew, Universitätsklinikum Regensburg, Franz-Josef-Strauß-Allee 11, 93053 Regensburg, Tel.: 0941-9447240, Fax: 0941-9447377, Handy: 0172 8136545 1. stellvertretender Vorsitzender: Dr. med. Siegfried Stephan, Vogelsbergstr. 63, 55129 Mainz, Tel.: 06131-582814, Fax: 06131-582513 2. stellvertretende Vorsitzende: Frau Dr. med. Monika Herma-Boeters, Zentrum für psychisch belastete Kinder und Familien, Haldenstr. 35, 73730 Esslingen/N., 0711 90126433 Schriftführer und wissenschaftl. Archiv: Dr. med. Wolf-Rainer Krause, Harzkl. Thiestr. 7 - 10, 38889 Blankenburg, Tel.: 03944-962186 Fax: 03944-962350 Schatzmeister: Hermann Glück, Freiherr-vom-Stein-Str. 9, 64560 Riedstadt Tel.: 06158-2387, Fax: 06158-2387 **Ehrevorsitzender:** Dr. med. Günter R. Clausen, Tokiost. 9, 41472 Neuss, Handy 0172 21 86 206

**Wissenschaftlicher Beirat:** Dipl.-Psych. Dr. med. Claus Derra,, 97980 Bad Mergentheim, Josef-Weiss-Str. 6, Tel.: 07931-477833, Prof. Dr. med. Friedhelm Stetter, Albert Schweizer Str. 10, 32457 Porta Westfalica, Tel.: 05751-963970, Fax: 05751-965899

**Landesstellen:** Baden-Württemberg Frau Dr. med. Monika Herma-Boeters, Haldenstr. 35, 73730 Esslingen/N. • Bayern Dr. med. Michael Ullmann, Karlstr. 6, 86150 Augsburg • Berlin • Brandenburg Dr. med. Sikorski, Thiemstr. 111, 03048 Cottbus • Bremen Dr. med. Holger Pelz, St.-Petri-Platz 5, 21614 Buxtehude • Hamburg Dr. med. Holger Pelz, St.-Petri-Platz 5, 21614 Buxtehude • Hessen Hermann Glück, Freiherr-vom-Stein-Str. 9, 64560 Riedstadt • Niedersachsen Dr. med. Holger Pelz, St.-Petri-Platz 5, 21614 Buxtehude • Nordrhein-Westfalen Frau Prof. Dr. med. Waltraut Kruse, Kirchberg 4, 52076 Aachen • Rheinland-Pfalz Dr. med. Siegfried Stephan, Vogelsbergstr. 63, 55129 Mainz • Saarland Dr. med. Gerd Wermke, Karlstr. 15, 66424 Homburg/Saar • Sachsen-Anhalt Dr. med. Wolf-Rainer Krause, Thiestr. 7 - 10, 38889 Blankenburg • Schleswig-Holstein Dr. med. Reinhard F. Fröschlin, Goerdeler Str. 37, 23566 Lübeck

#### Literaturanhang:

1. Übersichten bei Grawe et al. 1994; Revenstorff 1994. Eine Reihe dieser Arbeiten belegen, dass der konzeptgeleitete Einsatz der Hypnose in verhaltenstherapeutische (z.B. Revenstorff 1994) und tiefenpsychologische, psychodynamische (z.B. Stetter 1994, 2004) Behandlungspläne bei individueller auf das Krankheitsmodell, das Störungsbild und die Ressourcen des jeweiligen Patienten zugeschnittenen Vorgehensweise möglich und effektiv ist.
2. Bongartz W, Flammer E, Schwonke R (2002) Die Effektivität der Hypnose. Eine meta-analytische Studie. Psychotherapeut 47, 67-76.
3. Grawe K, Donati R, Bernauer F (1994) Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Hogrefe Göttingen.
4. Revenstorff, D (1994) Kognitive Verhaltenstherapie und Hypnose. Verhaltenstherapie 4: 223-237.
5. Stetter, F (1994) Gestufte Aktivhypnose, autogenes Training und zweigleisige Psychotherapie. Historischer Hintergrund und aktuelle Bedeutung der Therapieansätze von Ernst Kretschmer. Fundamenta psychiatrica 8, 14-20.
6. Stetter, F (2004) Entspannungsverfahren -wirksame Komponenten psychotherapeutischer und psychiatrischer Behandlung. Psychotherapeut 49.

Die Literatur wird ergänzt aus dem Artikel Dt. Ärzteblatt Nr. 17 / 2016 und Revenstorff 2006.