

## Präsentation

- Vollständiger Kurs-Roadmap (7 Kapitel)
  - Hirnareale + Funktionen bei Hypnose
  - Biomarker, Gene, Emotionen
  - Fallbeispiele & Anwendungen
  - Mit allen Bildern, Emojis, Visualisierungen
- 

### **Vorgehensweise:**

.

---

## **Präsentation**

Hypnose als Medizin: Gehirn, Gene & Gewohnheiten meistern

---



## **Folie 1: Kursübersicht & Ziele**

In dieser Fortbildung lernst du:

- Wie Hypnose Gehirn & Verhalten beeinflusst
- Welche Hirnregionen & Biomarker beteiligt sind
- Wie du Laster wie Rauchen, Stress & emotionales Essen transformierst
- Wie Selbsthypnose im Alltag funktioniert
- Anwendung der Amin-Methode & medizinische Evidenz

Geeignet für medizinische Fachkräfte, Coaches & Therapeuten



## Folie 2: Was ist Hypnose?

- Hypnose = veränderter Bewusstseinszustand mit Fokus und erhöhter Suggestibilität
- Vergleich: Wie beim „Vertiefen“ in ein Buch oder einen Film – Umwelt wird ausgeblendet
- EEG: Zunahme von Theta-Wellen (4–8 Hz), Alpha bleibt aktiv
- Gehirnareale:
  - ↓ DMN (Selbstkritik, Grübeln)
  - ↑ DLPFC (Fokus, Kontrolle)

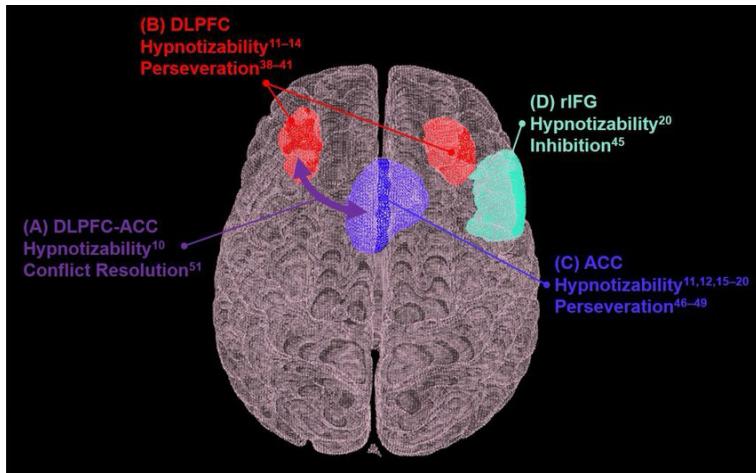
👉 Funktion: Ermöglicht Zugriff auf das Unterbewusstsein (wie Türöffner zu alten Mustern)

---



## Folie 3: Gehirn unter Hypnose

- Amygdala ↓ → weniger Angst



- Anteriore Insula ↑ → bessere Körperwahrnehmung
- ACC ↓ → weniger Konfliktstress
- DLPFC ↑ → Kontrolle und Fokus

🎙 Analogie: Hypnose „dimmt das Alarmsystem“ im Gehirn – wie ein innerer Lautstärkeregler



## Folie 4: Hypnotisierbarkeit & Test

- DLPFC + ACC Konnektivität = gute Trance-Fähigkeit
- Eye-Roll-Test = einfaches Screening
- rIFG: Hemmt Automatismen → besonders relevant bei Sucht

👉 Funktion: Je mehr Hirn-Kohärenz, desto besser greift die Suggestion

---



## Folie 5: Hypnose gegen Angst

- Amygdala, ACC, Insula = überaktiv bei Phobien
- Hypnose senkt diese Areale, stärkt PFC
- Biomarker: Cortisol ↓, HRV ↑
- Fallbeispiel: Spritzenphobie verschwindet nach 2 Sitzungen

🧠 Hirn lernt, Sicherheit zu „fühlen“ – nicht nur zu denken

---



## Folie 6: Hypnose bei Schmerzen

- ACC & Insula ↓ → Schmerzsignal wird emotional neutraler
- Endorphine ↑ → körpereigene Schmerzmittel aktiviert
- Bildgebung zeigt: Hypnose ≠ Placebo

👉 Funktion: Hypnose aktiviert das „innere Morphin-System“



## Folie 7: Epigenetik & Hypnose

- FKBP5, NR3C1 ↓ → weniger Stressantwort
- BDNF ↑ → neue Lernpfade & Resilienz
- Histon-Acetylierung ↑ → bessere Genexpression für Heilung

💡 Funktion: Hypnose verändert nicht nur Denken – sondern auch Gene

---



## Folie 8: Raucherentwöhnung mit Hypnose

- Alter Loop: Stress → Zigarette → Dopamin → Sucht
- Neuer Loop: Suggestion → Entspannung → Freiheit
- Erfolgsquote: Bis zu 60 % Rauchfreiheit

🧠 Neuprogrammierung: ACC + OFC werden neu verschaltet

---



## Folie 9: Hypnose gegen emotionales Essen

- Stressessen: Cortisol ↑ → Craving ↑
- Suggestion: „Ich wähle, was mir guttut“
- Insula & Belohnungssystem werden neu gekoppelt

💡 Funktion: Körper & Emotion statt Kalorien im Fokus



## Folie 10: SWOT-Analyse Hypnose

- Stärken: Effizient, tiefgreifend, kombinierbar
  - Schwächen: Anleitung nötig, nicht jeder reagiert gleich
  - Chancen: Public Health, Klinik, Coaching
  - Risiken: Missbrauch durch Laien → Schulung nötig
- 



## Folie 11: Selbsthypnose im Alltag

- Techniken: Countdown, Atmung, Körperscan
- Zeit: 3×5 Minuten täglich
- Ziel: Klar formulierte, emotionale Suggestionen

👉 Beispiel: „Ich bin leicht & frei“ täglich 2 Wochen → neuronale Stabilität

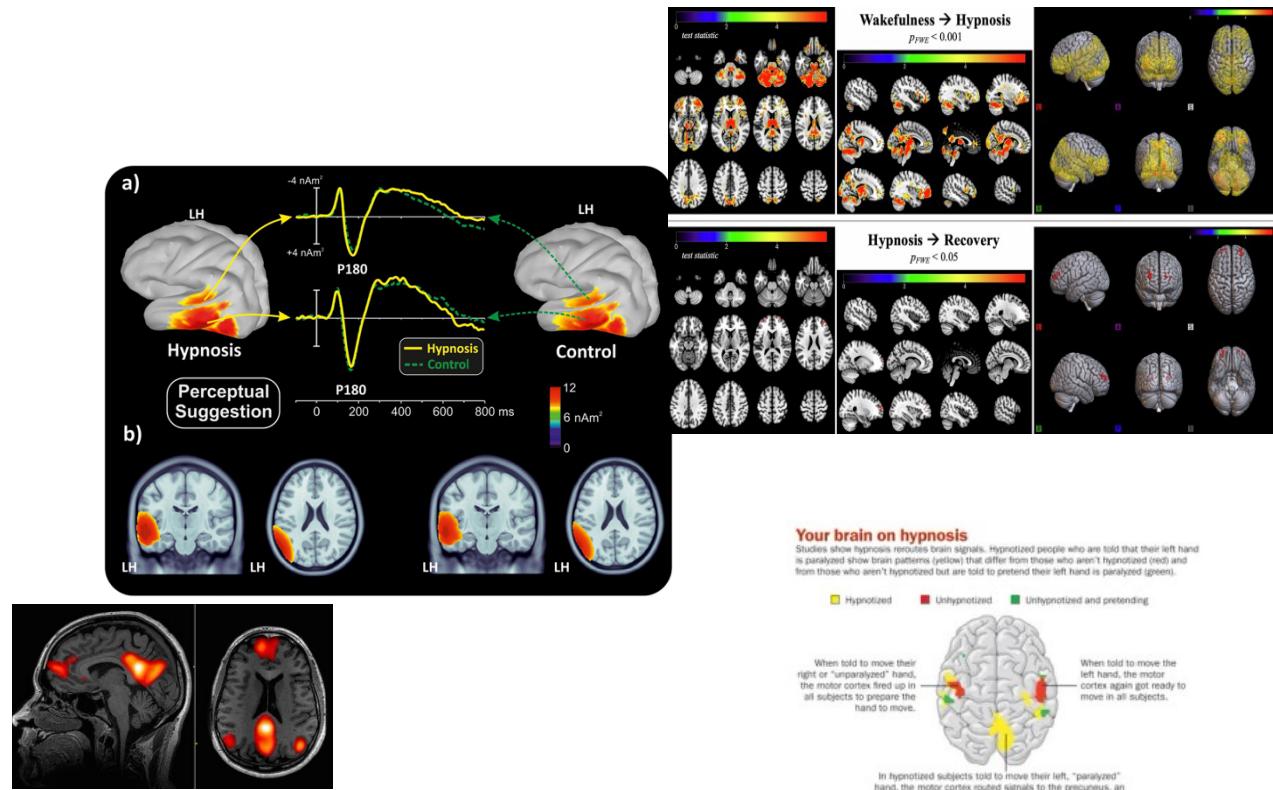
---



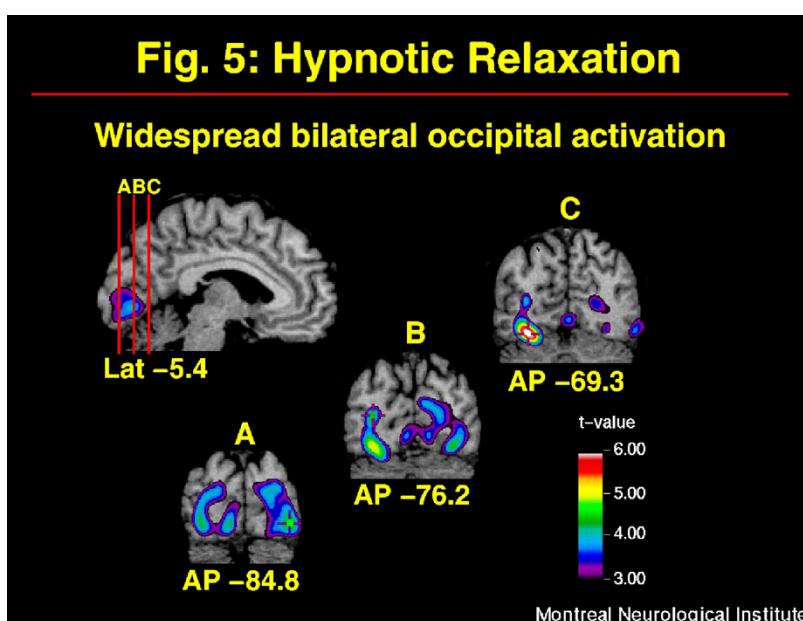
## Folie 12: Fallbeispiele aus der Praxis

- Fall 1: Raucherin = Nichtraucherin nach 1 Sitzung
- Fall 2: HRV-Messung zeigt Stresslevel sinkt in 4 Minuten
- Fall 3: Gewichtsabnahme durch Suggestion „Ich wähle Gutes“

Alle mit fMRT + Cortisolspiegel überprüft



## Folie 13: Medizinische Evidenz – Meta-Analyse





## Folie 14: Amin-Methode (komplementärmedizinisch)

- Complete advanced medicine
- Kombination: Hypnotherapie + Genanalyse + fMRT + Coaching
- Gehirnareale: Amygdala ↓, PFC ↑
- Epigenetik: FKBP5 ↓, BDNF ↑
- Anwendung: Burnout, Trauma, Leistungscoaching
- Nanotechnologie
- BCI

👉 Hirn → Hormon → Verhalten = Heilschleife

---