

DEHYPNO-THERAPIE

Die Dehypnotherapie wurde in Anlehnung an die klassische Hypnosetherapie von **Dick Shoulders** entwickelt.

Sein Ansatz geht davon aus, daß unsere Handlungen und Reaktionen nicht von unserem bewußten erwachsenen „Ich“ gelenkt werden, sondern durch den weitaus größeren unbewußten Teil in uns, der aufgrund früherer Erfahrungen bestimmte Verhaltensmuster und Gefühlschemata entwickelt hat, die sogenannten Programmierungen. Dazu gehören alle Arten der Überanpassung, Mustersätze wie „Ich kann das nicht“ oder „Ich bin nicht liebenswert“, sowie unterdrückter Ärger, Wut, Neid, alle Krankheiten und Kontrollmechanismen.

Bei der Dehypnotherapie geht es um die Erkenntnis und Entschlüsselung der bereits vorhandenen Programmierungen und deren Umwandlung in positive Programme.

Der **Schwerpunkt** liegt hierbei, neben dem Wahrnehmen und Ausdrücken von unterdrückten Gefühlen, auf dem VERSTEHEN und dem liebevollen SICH-SELBST und ANDEREN-VERZEIHEN, durch die Einsicht, daß unsere Überlebensstrategien im damaligen Kontext verständlich waren, aber heute nicht mehr sinnvoll sind.

An diesem Punkt erübrigt sich das Schuld- und Sühne-Prinzip, der Bann unbewußter Strategien und Begrenzungen löst sich auf, so daß wir uns vom Wiederholungszwang befreien.

Nach Aussage des Begründers führt die Dehypnotherapie letztendlich zur Geisteshaltung des "Choiceless awareness" - des wahllosen Bewußtseins, in dem die Wahl eines wie auch immer gearteten Ziels keine Spannung mehr verursacht.

Das Ent-Programmieren ist ein Wachstumsprozeß, der immer weiter in die Tiefe führt und voraussetzt, daß wir uns bewußt und liebevoll dem „Offenhalten des Fensters“ widmen und bereit sind, zu einem täglichen Eintauchen in unser Unterbewußtsein und zur Rückkopplung mit unserem Ugrund.

DeHypno-Prozeß

Was den DeHypno Prozeß auszeichnet, ist das Einbinden des Unbewußten für individuelle Veränderungen. Wir wissen, daß ohne die Mithilfe und das Engagement des Unbewußten jede Veränderung nur vorübergehend bleibt. Der DeHypno Prozeß ist Therapie und Transformation für Normale. Themenschwerpunkte sind::

- Wege aus der Co-Abhängigkeit
- Präsenz, Power, Selbstannahme, Stärke
- Herz-Essenz

Seit 1984 bietet das DeHypno Institut in Leitung von **Dr. Günter Bayer** Seminare zur Persönlichkeitsentwicklung an.

Bekannt geworden ist Dr. G. Bayer durch seine **Fantasiereisen** auf Tonträgern.

Anschrift: DeHypno Institut Alois-Wohlmuth-Str. 25 81545 München www.dehypno.de

Angewandte Techniken:

1. **Pendeln:** Kontaktaufnahme mit dem Unterbewußtsein, um unser ängstliches, hilfloses oder auch trotziges Kind besser zu verstehen und daraus neue vertrauensvolle Vereinbarungen zu treffen, wie z.B.: „Die Schmerzen von damals tun heute nicht mehr weh.“ oder „Heute ist es erlaubt, glücklich zu sein.“.

Diese Kernsätze, häufig angewandt, löschen die alten Tonspuren auf der Schallplatte des Verstandes - sie ent(=de)hypnotisieren.

2. **Gruppenprozesse:** Gestalttherapie und NLP.

3. **Trapdoor- Technik:** ist eine Entspannungstechnik, bei der ein schrittweises „Zurückfallen“ in unsere Kindheits- und Geburtserlebnisse ermöglicht wird. Hierbei werden alle Erfahrungen von Schmerz, Verletzung, Traumata durch positive Suggestionen umgewandelt in Wohlgefühl, Liebe, Vertrauen. Somit erfahren wir die Fähigkeit des Umschaltens von einem Gefühl des Ausgeliefertseins in das Getragenwerden durch tiefere Schichten unseres Seins.

4. **Phantasiereisen:** Von innerer Anspannung zu tiefer Ruhe, Gelassenheit und Kreativität.

Die Kernsätze der Dehypnotherapie gründen hauptsächlich auf folgender Annahme:

Dein Unterbewußtsein ist wie ein Kind und dieses Kind mag es, wenn jemand da ist, der es liebevoll an die Hand nimmt. Dieses Kind war bei der Geburt vollkommen rein und sehr intelligent, so daß es leicht formbar war. Es entschied sich schon damals, wie es zu sein hatte. Alles, was damals war, passiert nicht jetzt und tut auch jetzt nicht mehr weh.

Wir können die Entscheidungen unseres Vierjährigen akzeptieren, aber wir können es überzeugen, daß es gut ist, etwas anderes zu versuchen.