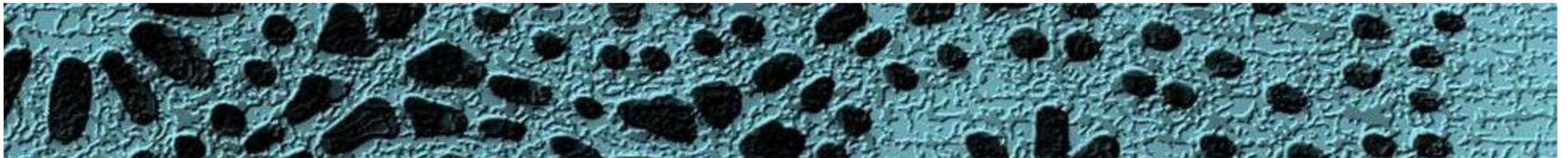


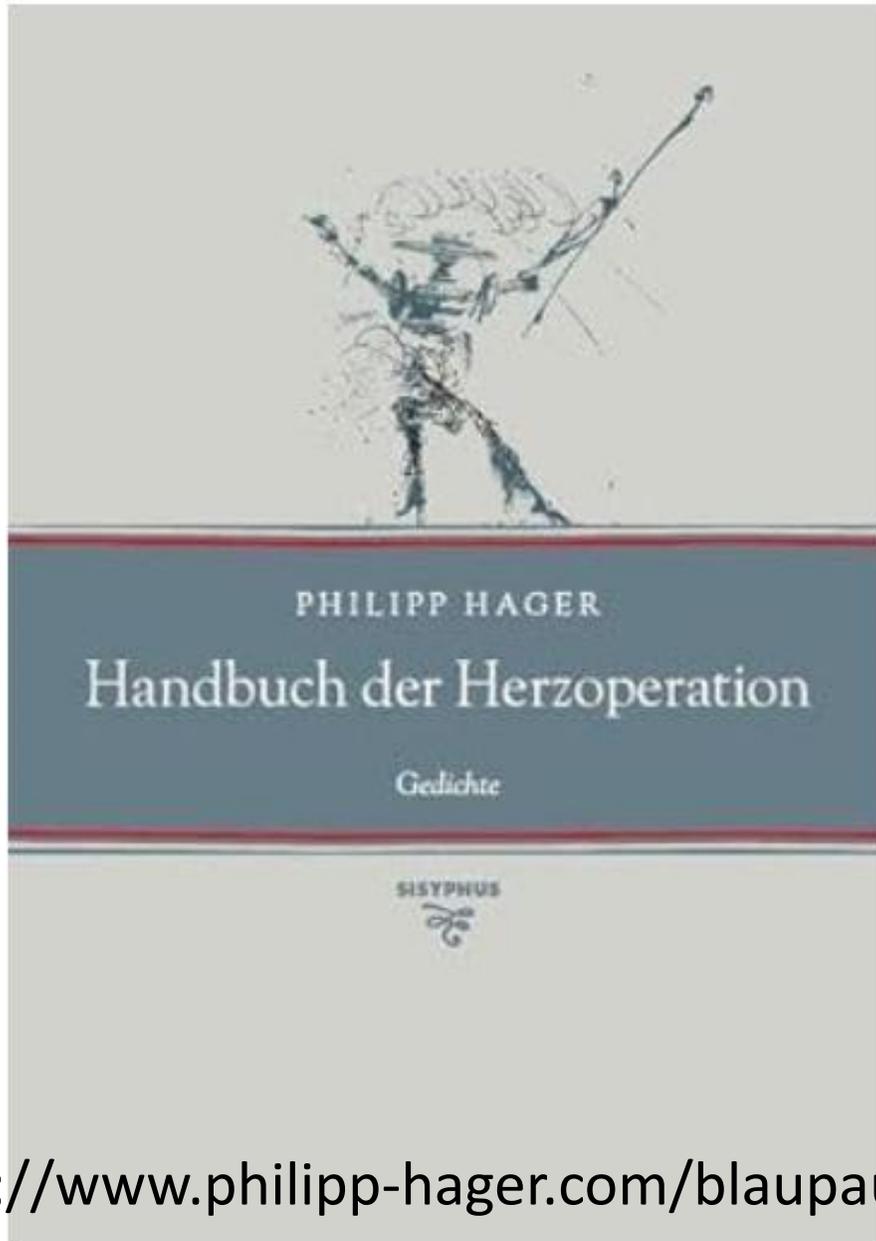
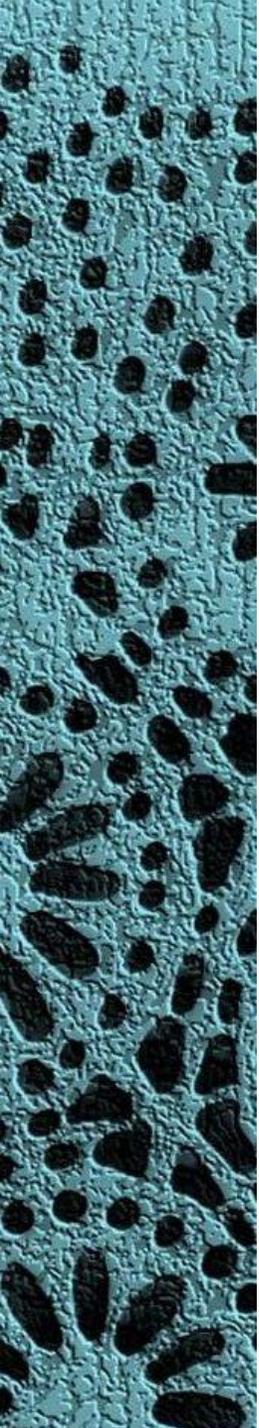


Was habe ich schon zu bieten?

Von Ohnmachts-Erleben zu Selbstwirksamkeits-Erleben



Katharina Hager



<https://www.philipp-hager.com/blaupause>



Was habe ich schon zu sagen?

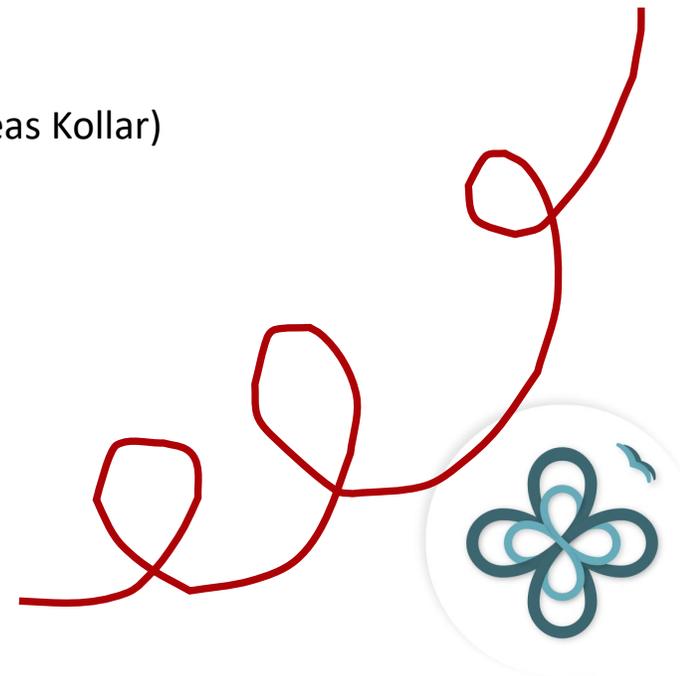


Adobe Stock | #957333070



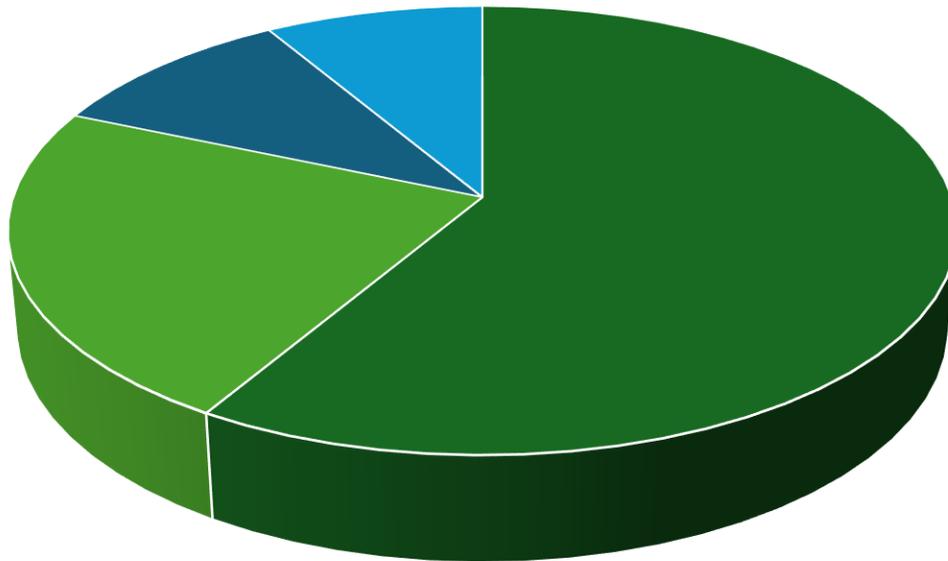
Überblick Workshop

- Grundlagen Arbeitsweise
- Systemtheorie & Hypnosystemik für meine Patient:innen
- Kompetenz-Scheinwerfer-Prozess (nach © Andreas Kollar)
 - Theorie, Fallbeispiele, Demo



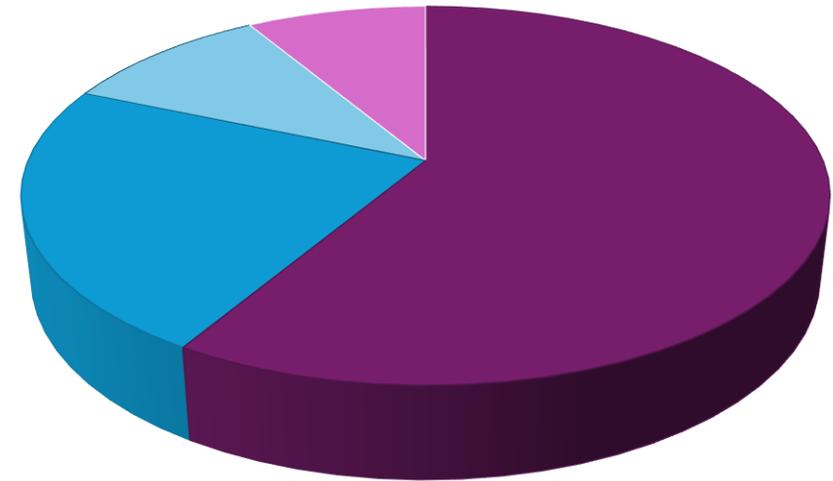
Überblicke, Einblicke

Arbeitsfeld



■ Therapie ■ Beratung & Coaching ■ Medizin ■ Anderes

Erfahrung

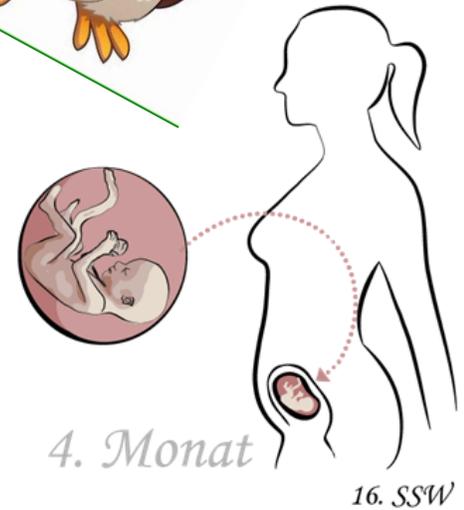
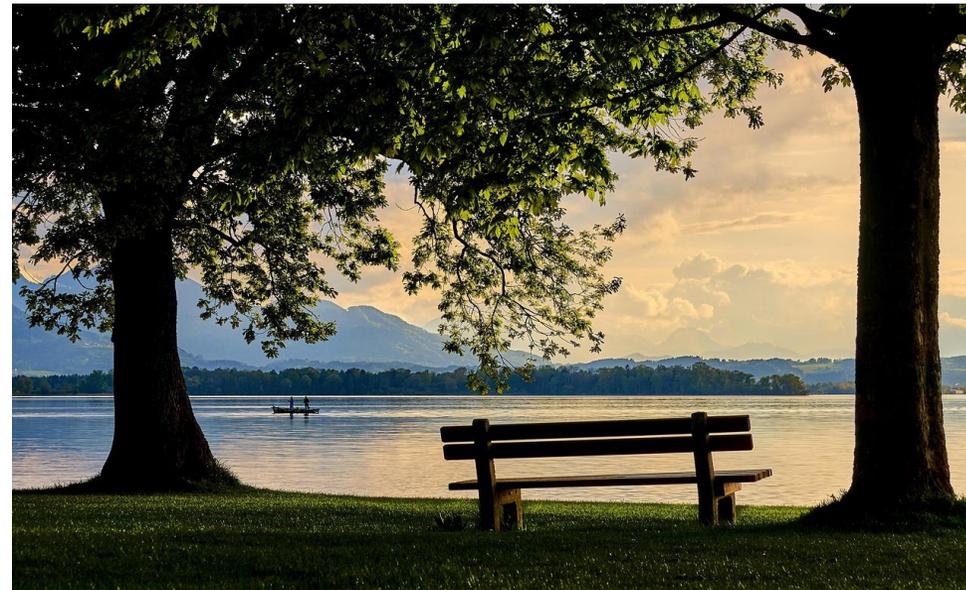
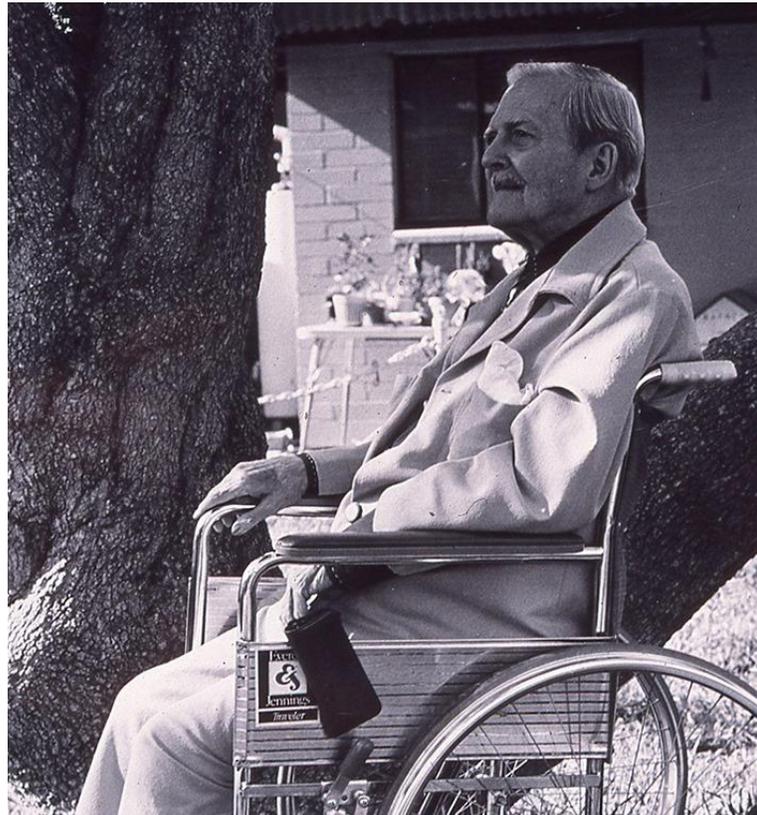


■ Hypno ■ BSP ■ PEP ■ Hypnosystemik



Grundlagen Arbeitsweise

- Hypno, BSP, PEP in Hypnosystemischer Rahmung –
aktuell besonders gerne mit Kompetenzscheinwerfer-Modell von Andreas Kollar

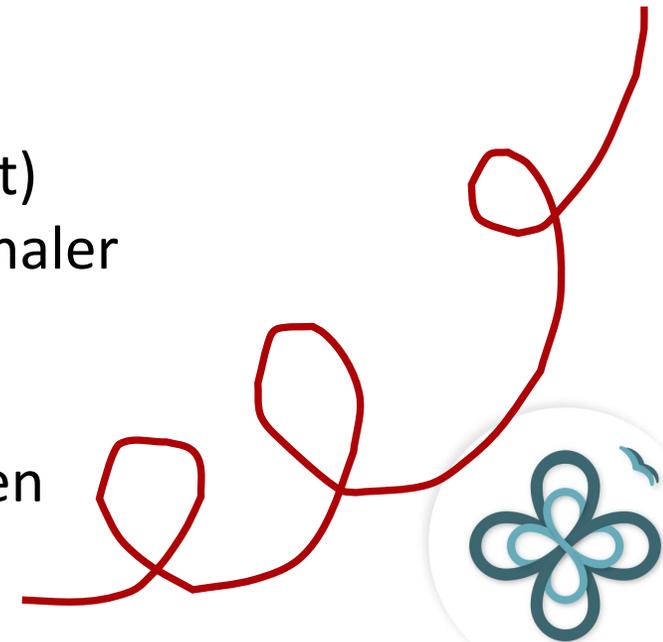


Hypnosystemik & Systemtheorie



Bio-Psycho-Sozial – 3-Welten-Modell

- Bio - Biologisches System
 - Es geht um lebende Systeme (Autopoiese)
 - (Er)Leben entsteht auf unwillkürlicher Ebene
- Psycho – Psychisches System
 - Wirklichkeit wird erzeugt (Konstruktivismus)
 - „Wahrgebung statt Wahrnehmung“ (Gunther Schmidt)
 - + dies geschieht durch Vernetzung & Bahnung neuronaler Netzwerke/Muster
- Sozial – Soziale Systeme
 - Kontextbezug – ständige WW mit sozialen Umwelten



Bio – Biologisches System

(Er)Leben entsteht auf unwillkürlicher Ebene

Autopoiesis:

„Es bedeutet Selbsterschaffung und setzt sich aus den beiden griechischen Wörtern autos (selbst) und poein (produzieren bzw. erschaffen) zusammen.“ (Maturana & Pörksen, Vom Sein zum Tun. Die Ursprünge der Biologie des Erkennens, 2018, S.101)

„Bedingungen der Autopoiesis: Nur Leben produziert Leben, nur Denken Denken und nur Kommunikation Kommunikation“ (Berghaus, 2022, S.56)

„Die Autopoiesistheorie belegt in aktueller wissenschaftlicher Form nur noch einmal die Erickson´sche Grundannahme, dass alle hypnotischen Induktionsprozesse letztlich immer selbsthypnotische Prozesse sind.“ (Schmidt, 2022, S.35)



Psycho – Psychisches System

Konstruktivismus: Wahrgebung statt Wahrnehmung

„Nichts ist an sich so oder so, sondern wird immer, Sekunde für Sekunde neu, erzeugt durch den jeweiligen Schöpfer der Information, den Beobachter.“ (Gunther Schmidt, Curriculum Klinische Hypnose, 2014)

„Wenn wir uns vergegenwärtigen, dass jede Aussage unvermeidlich auf einen Beobachter zurückverweist, dann zerfällt die eine, die universal gültige Wirklichkeit in zahllose Wirklichkeiten.“

(Maturana & Pörksen, Vom Sein zum Tun. Die Ursprünge der Biologie des Erkennens, 2018, S. 43)



Psycho – Psychisches System

B.P. Behaupten Sie, dass auch Fotos nicht die Wirklichkeit abbilden?

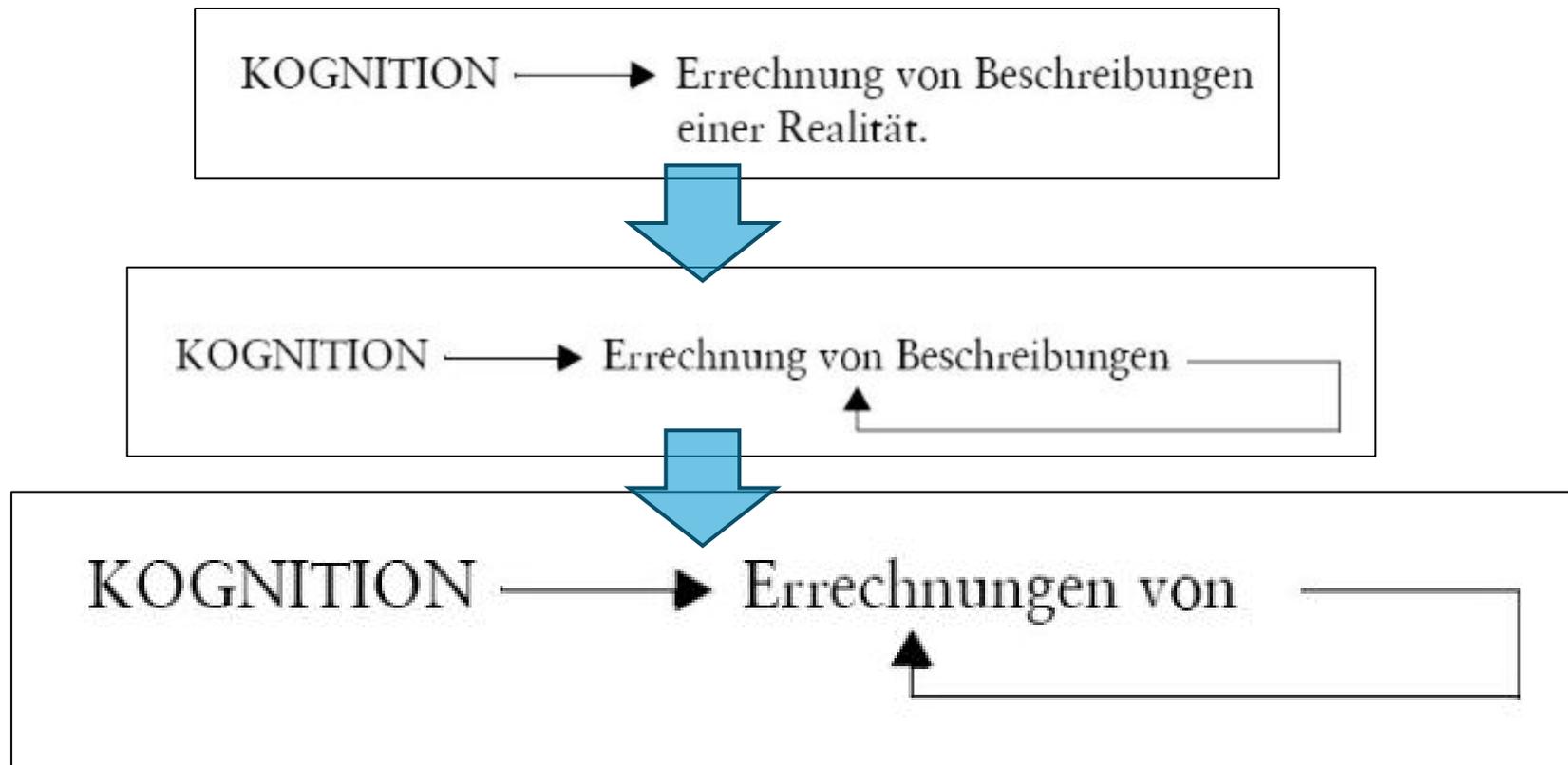
H.F. Ich möchte diese Frage mit einem kleinen Witz beantworten. Da besucht ein reicher amerikanischer Reisender, der genug Geld hat, um ein Gemälde zu kaufen, Picasso in seinem Schloß; Picasso ist entzückt, führt ihn herum, zeigt ihm seine Bilder. Schließlich sagt der Amerikaner: „Lieber Herr Picasso, warum malen Sie die Menschen nicht so, wie sie sind?“ Und Picasso fragt nach: „Wie soll ich das machen? Wie geht das? Wie sind die Menschen? Können Sie mir ein Beispiel geben?“ Da zückt der Amerikaner seine Brieftasche, nimmt ein kleines Foto heraus – und sagt: „Hier sehen Sie meine Frau, wie sie ist“. Fasziniert nimmt Picasso das Bild in die Hand, dreht es herum und meint: „Aha, das ist Ihre Frau. So klein ist sie. Und so flach!“

(von Förster & Pörksen, 2016, S. 103)



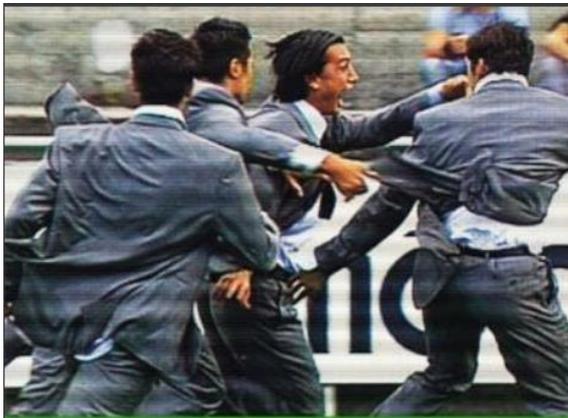
Psycho – Psychisches System

Konstruktivismus: Wahrgebung statt Wahrnehmung



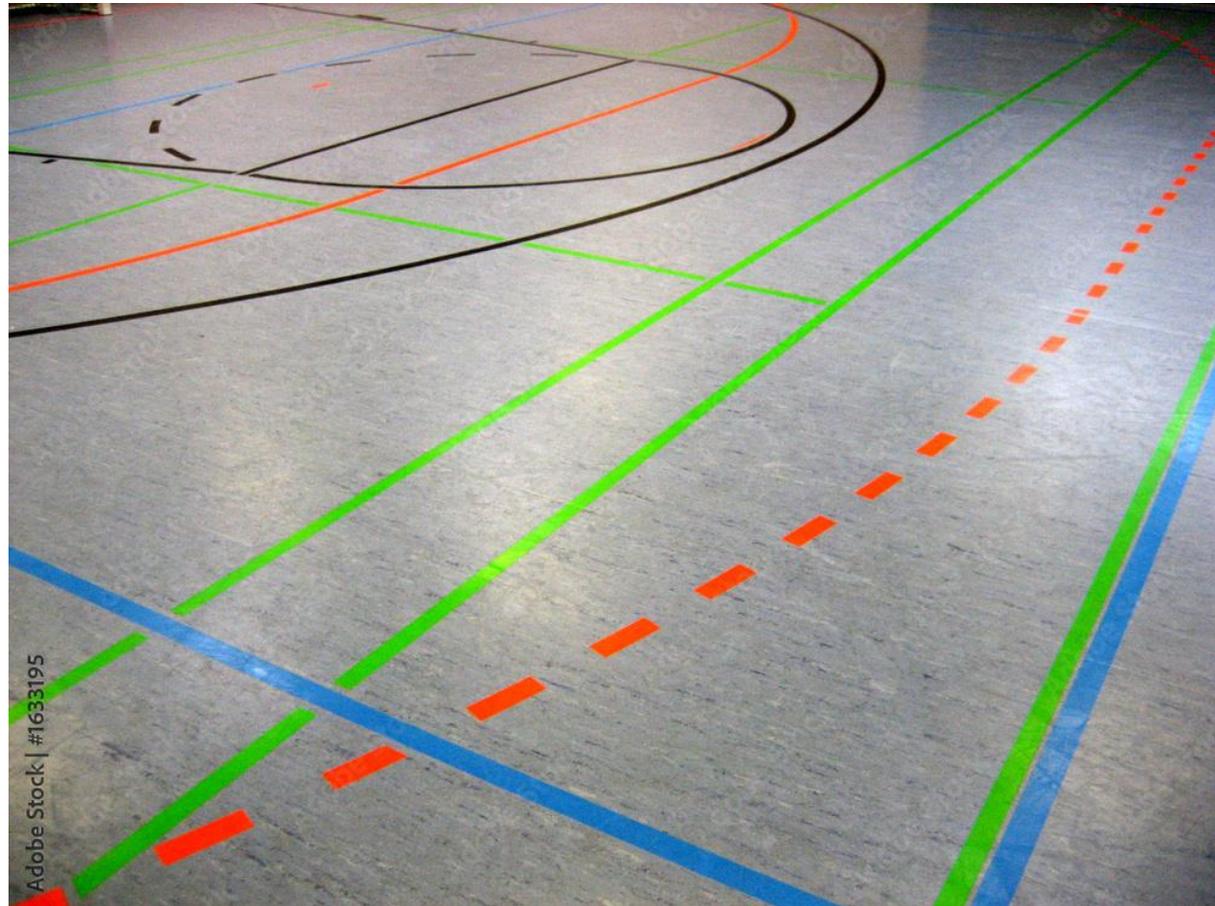
Sozial – Soziale Systeme

Kontextbezug – ständige WW mit sozialen Umwelten



Fritz B. Simon (Hrsg.)
Vor dem Spiel
ist nach dem Spiel
Systemische
Aspekte des Fußballs

CARL AUER



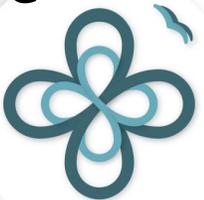
Adobe Stock | #1633195



Hypnosystemik & Systemtheorie

Fokussierung der Aufmerksamkeit – Wahrnehmungsorganisation

- „Energy flows where attention goes“ (Gunther Schmidt)
- Hypnosystemisch wird zwischen bewusstem Denken (Ich will) und unwillkürlichem Erleben (Es passiert) unterschieden
 - Entscheidend, wohin der Scheinwerfer der Aufmerksamkeit ausgerichtet, denn dadurch wird Erleben gebahnt
 - Entscheidend, wie ich mich zu den Phänomenen (im Außen/Innen = zu mir, zur Welt, zur Zukunft) in Beziehung erlebe



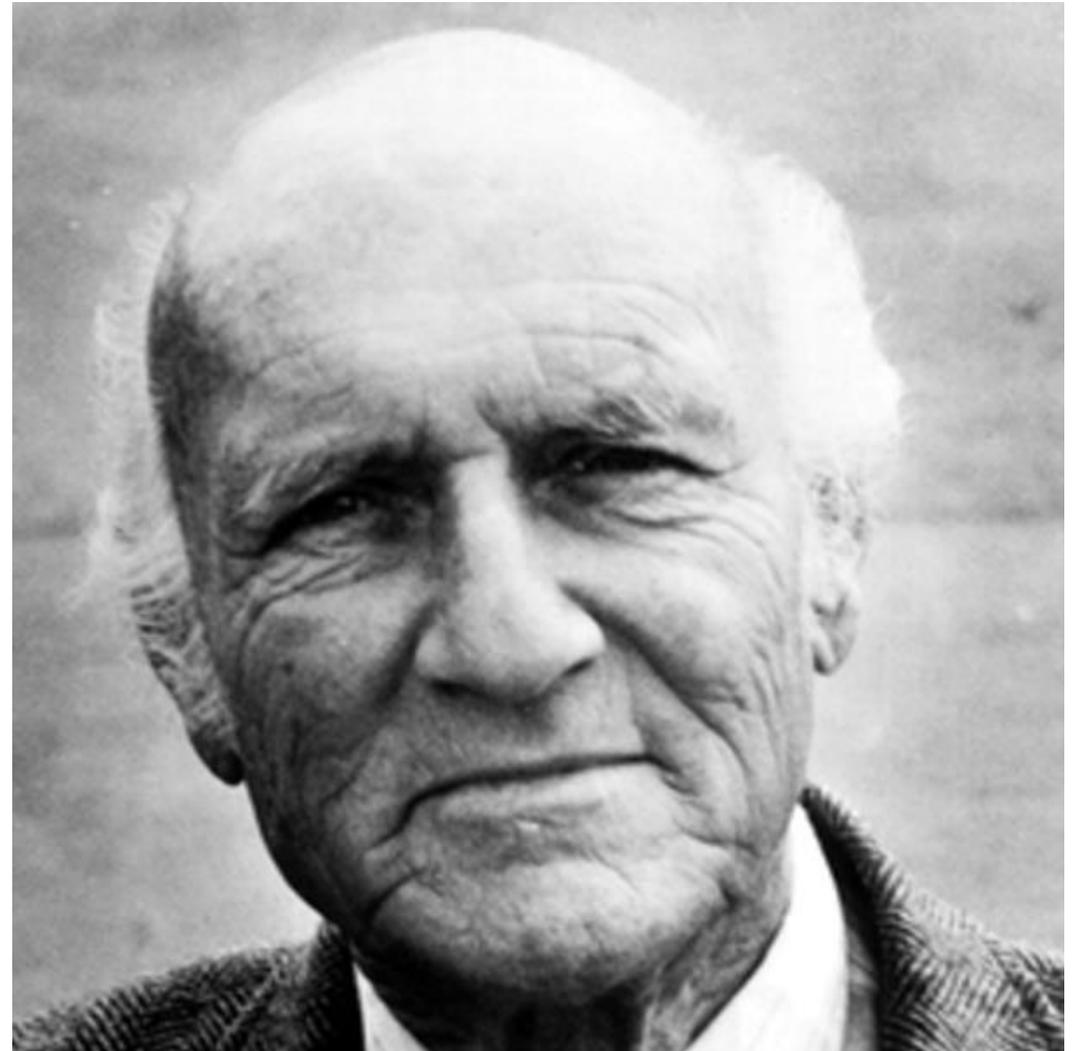
Heinz von Foerster
KybernEthik

Merve Verlag Berlin

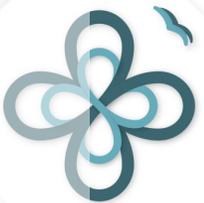
*Die maßgeblichen beiden Fragen heißen:
„Bin ich vom Universum getrennt? Das
heißt, wenn immer ich schaue, so schaue ich
wie durch ein Schlüsselloch auf das sich
entfaltende Weltall.“*

Oder:

*„Bin ich Teil des Universums? Das heißt,
wenn immer ich handle, verändere ich mich
und das Universum mit mir.“*



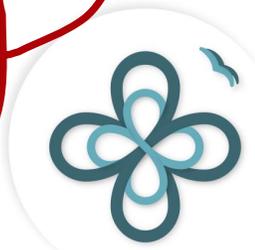
→ **Wahrnehmungsorganisation >> Erleben von stimmigem Abstand bei
gleichzeitiger Verbundenheit
= gute als selbstwirksam erlebte Steuerposition**



Fokussierung der Aufmerksamkeit - Wahrnehmungsorganisation Beziehungsgestaltung zu Phänomenen (in mir, in Welt, in Zukunft)



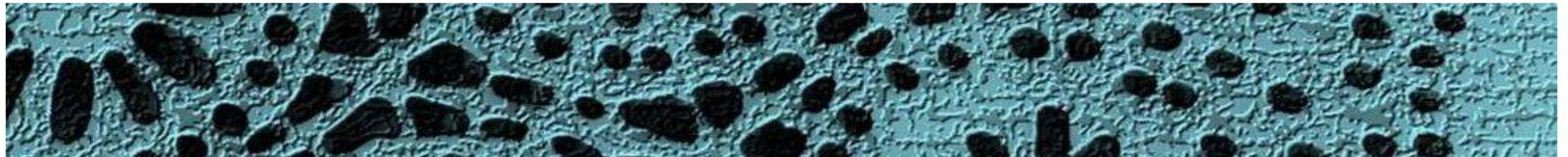
- Scheinwerfer der Aufmerksamkeit bewusst prüfen & aufspannen
 - Aufbau Steuerposition
 - ↑ SWSK-Erleben





„Heilung hat dann die besten Chancen,
wenn es einem Klienten gelingt,
sein eigene natürliche Problem-Lösungs-Fähigkeit und
seine Geist-Körper-Heilung zu aktivieren.“

(Richard Hill & Ernest Rossi Mirroring Hands)

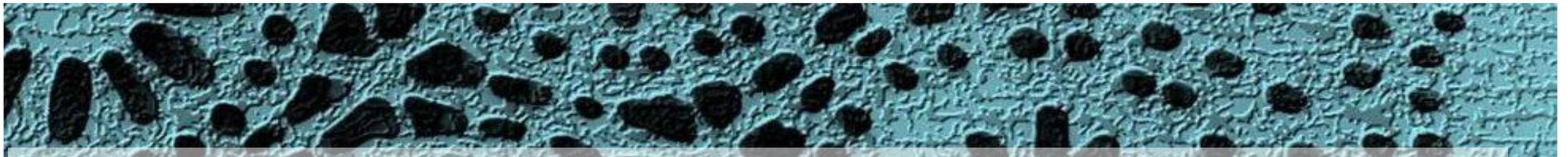


→ **Wahrnehmungsorganisation >> *Erleben von stimmigem Abstand bei
gleichzeitiger Verbundenheit
= gute als selbstwirksam erlebte Steuerposition***



*„Figuring out the problem
is a powerful responsibility,
but rather than an onerous burden on the therapist,
it is a **response-ability.**“*

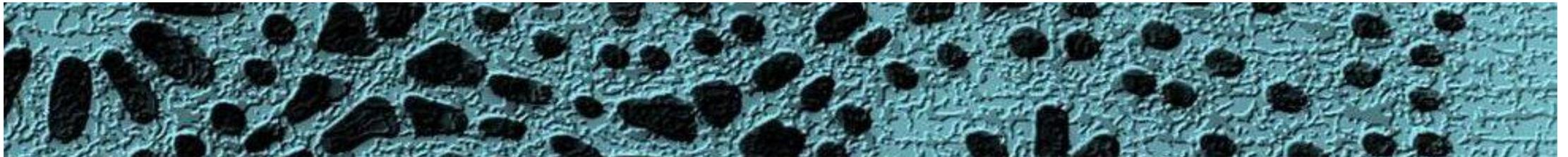
(Hill & Dahlitz, 2022, S. 3)



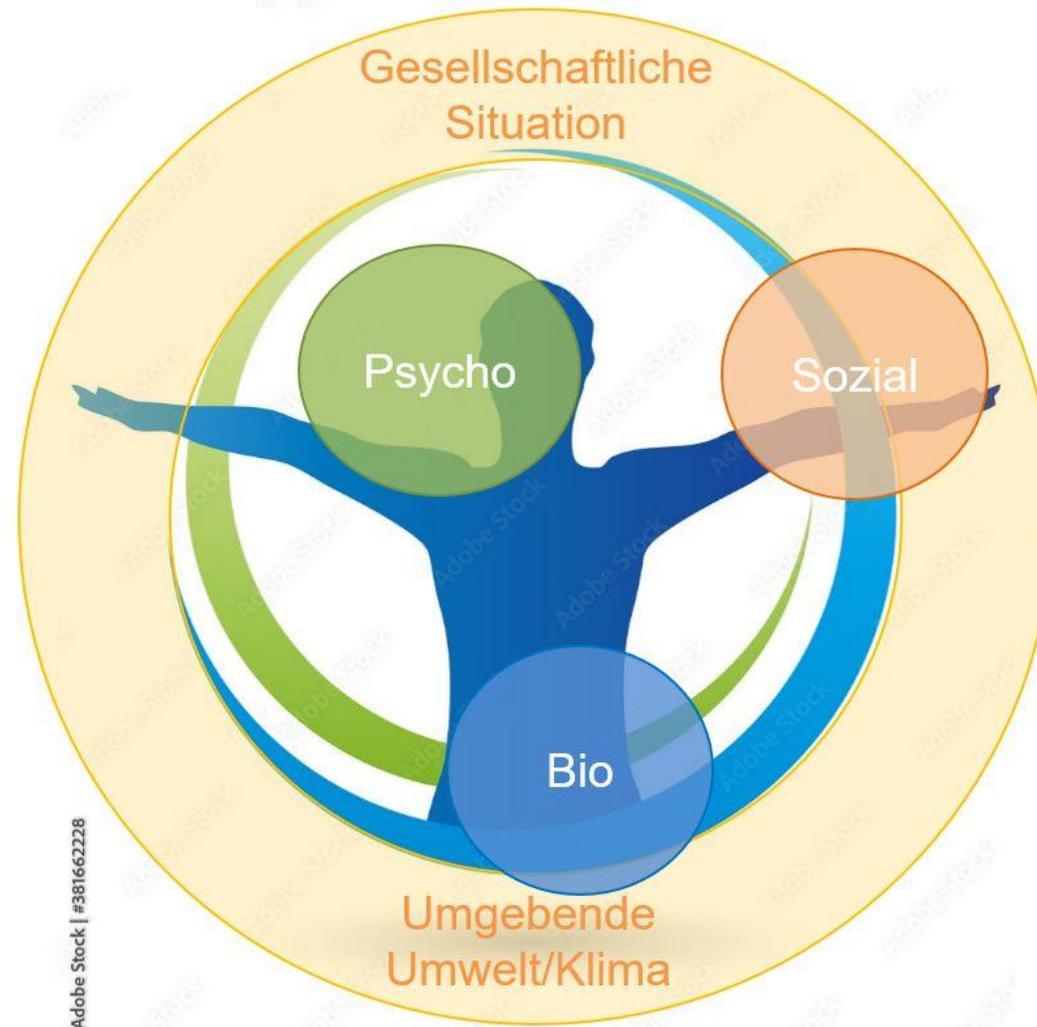
→ **Wahrnehmungsorganisation >> Erleben von stimmigem Abstand bei
gleichzeitiger Verbundenheit
= gute als selbstwirksam erlebte Steuerposition**



Systemtheorie & Hypnosystemik für meine Patient:innen



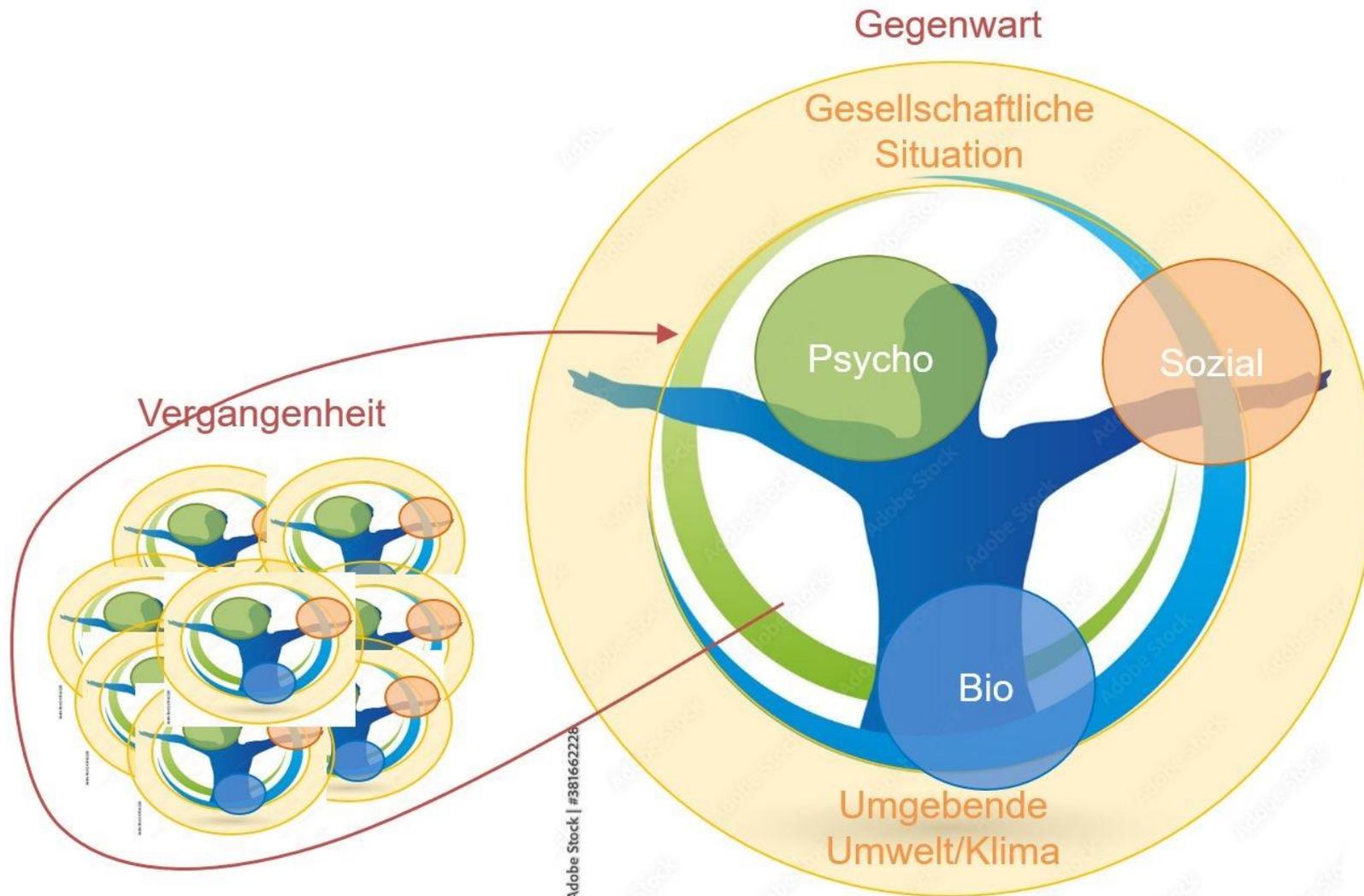
Erleben im Hier & Jetzt



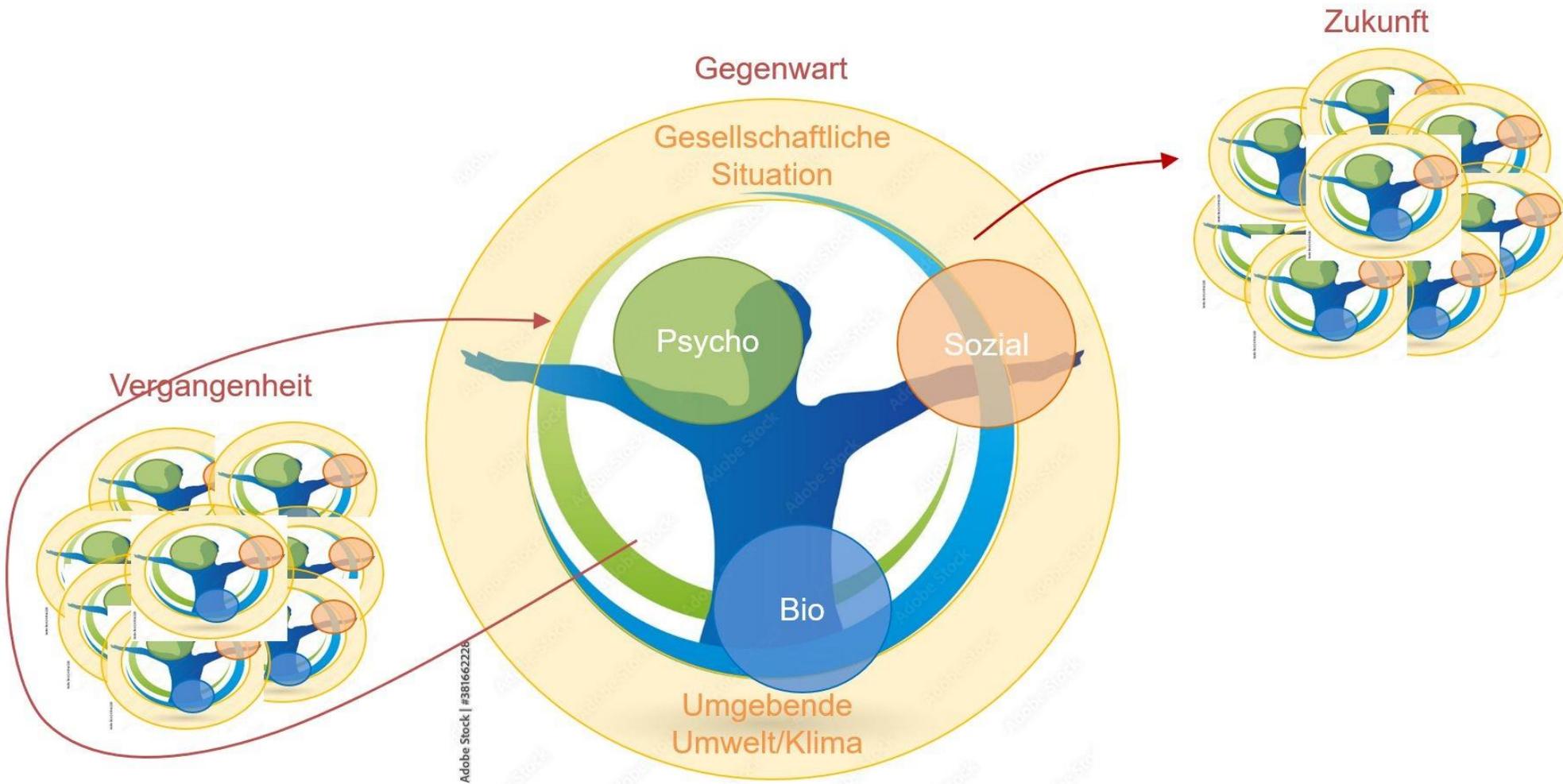
Adobe Stock | #381662228



Erleben im Hier & Jetzt



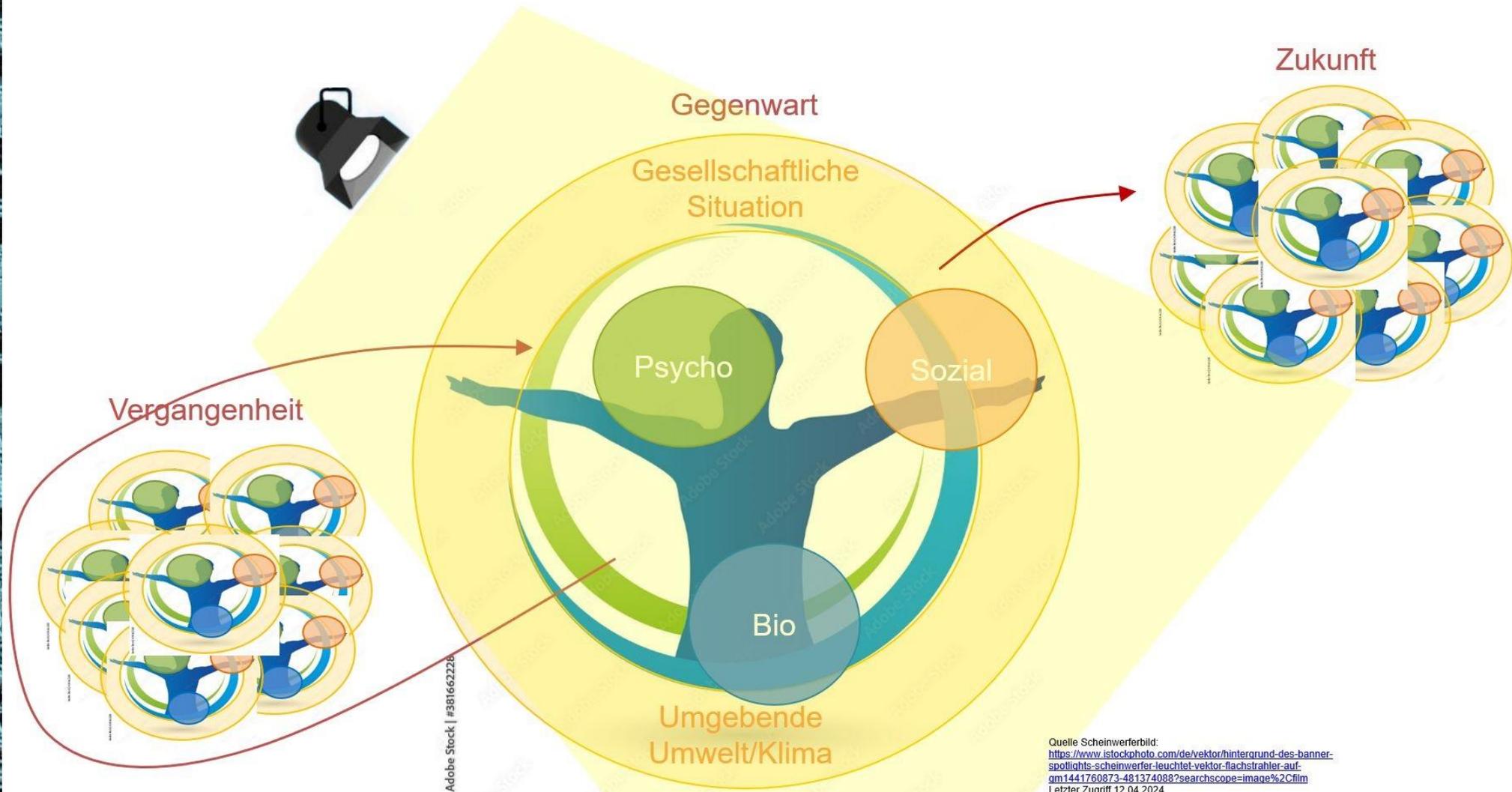
Erleben im Hier & Jetzt



https://stock.adobe.com/de/search?filters%5Bcontent_type%3Aphoto%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aillustration%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Azip_vector%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Avideo%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Atemplate%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Ad%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aaudio%5D=0&filters%5Binclude_stock_enterprise%5D=0&filters%5Bis_editorial%5D=0&filters%5Bfree_collection%5D=0&order=relevance&serie_id=538176362&asset_id=381662228 Letzter Zugriff 25.03.2024



Erleben im Hier & Jetzt



Adobe Stock | #381662228

Quelle Scheinwerferbild:
<https://www.istockphoto.com/de/vektor/hintergrund-des-banner-spollichts-scheinwerfer-leuchtet-vektor-flachstrahler-auf-qm1441760873-481374088?searchscope=image%2Cfilm>
Letzter Zugriff 12.04.2024

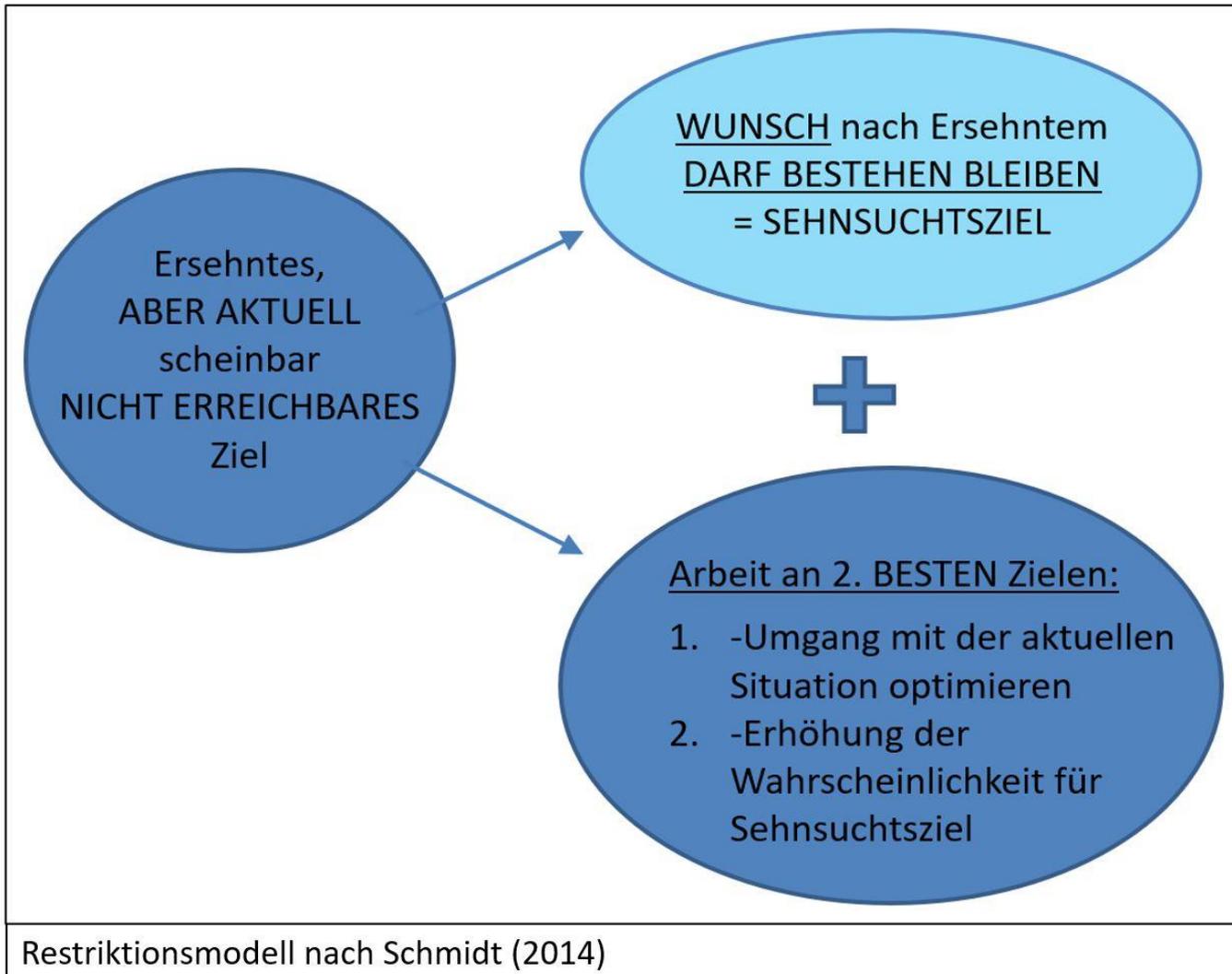
https://stock.adobe.com/de/search?filters%5Bcontent_type%3Aphoto%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aillustration%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Azip_vector%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Avideo%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Atemplate%5D=1&filters%5Bcontent_type%3A3d%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aaudio%5D=0&filters%5Binclude_stock_enterprise%5D=0&filters%5Beditorial%5D=0&filters%5Bfree_collection%5D=0&order=relevance&serie_id=538176362&asset_id=381662228 Letzter Zugriff 25.03.2024



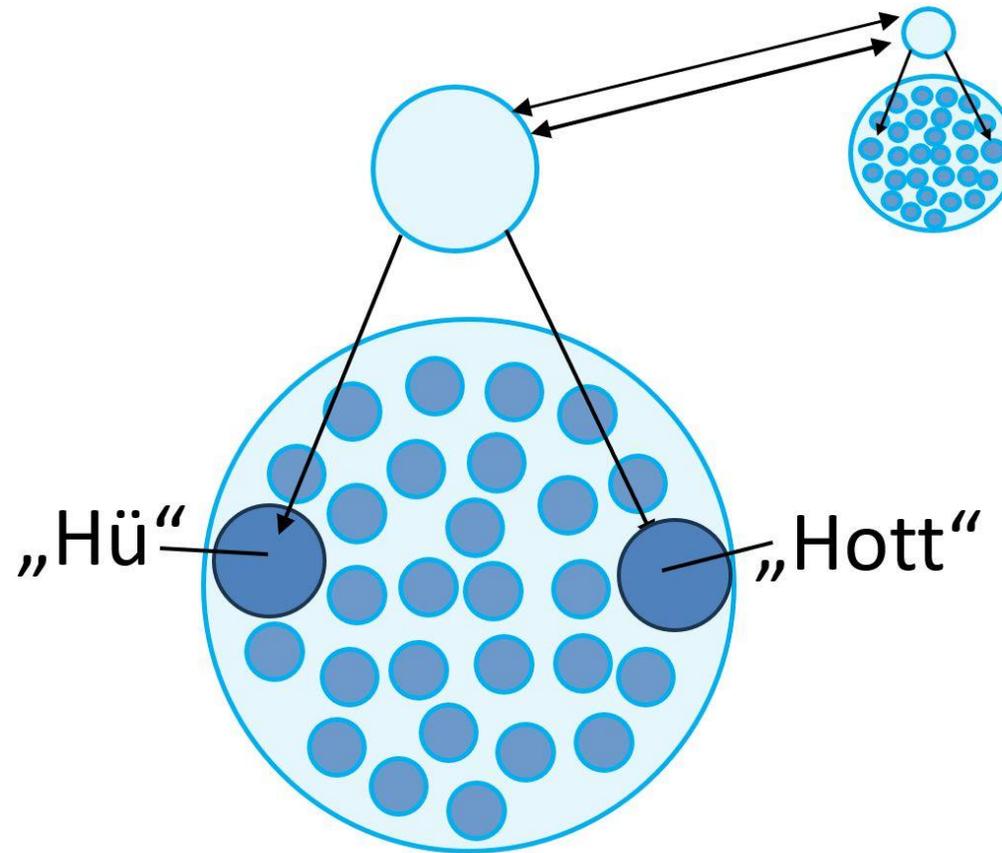
Erleben im Hier & Jetzt



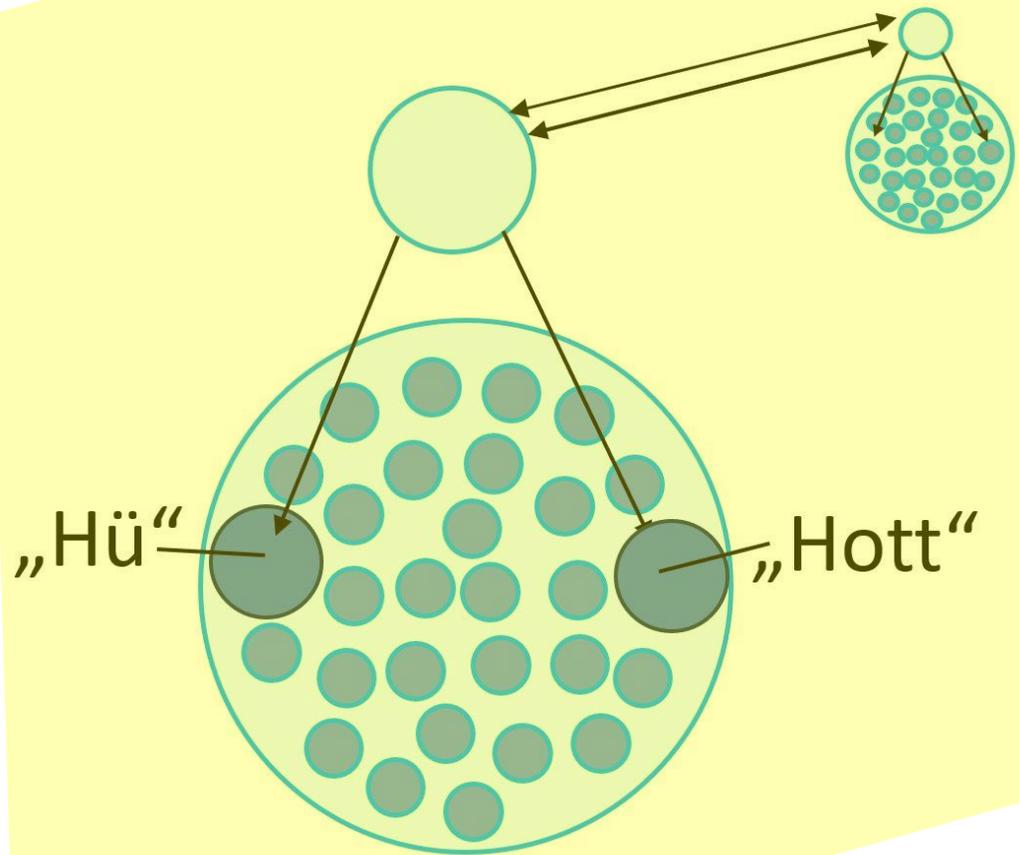
Restriktionsmodell



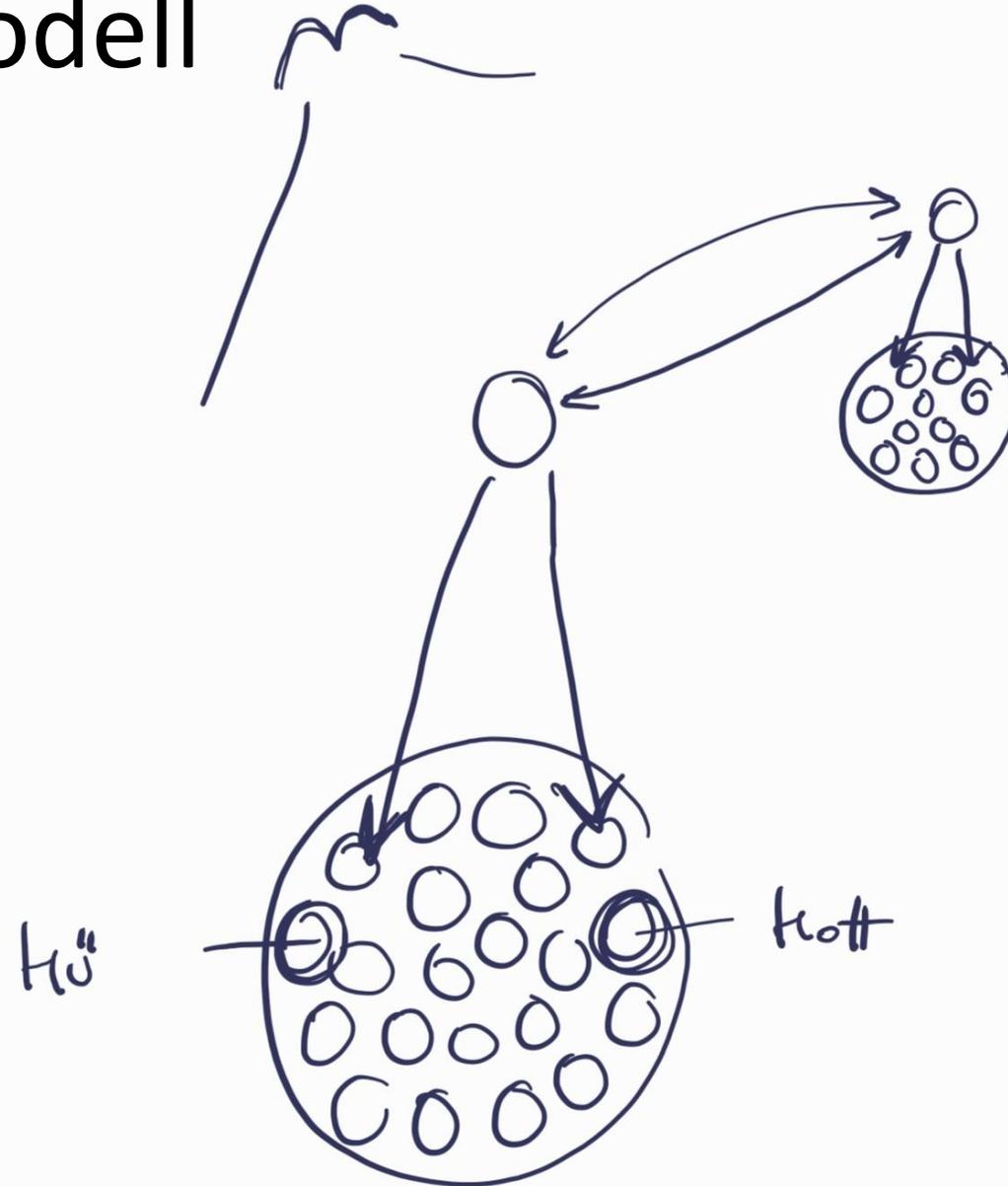
Seitenmodell



Seitenmodell



Seitenmodell



Wichtige Balancen



Bedürfnisse anderer,
die mir wichtig;
Bezogenheit



Ureigenste Bedürfnisse;
Autonomie, Individuation



Was wäre langfristig
schlau?



Wonach ist mir im
Moment?

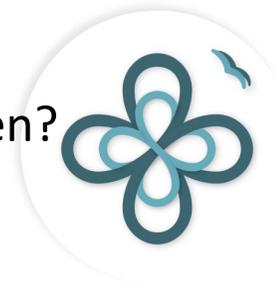


Wie getaktet bin ich?



Wieviel Zeit für
Einfach-sein-Können?

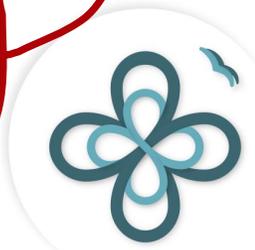
BALANCE



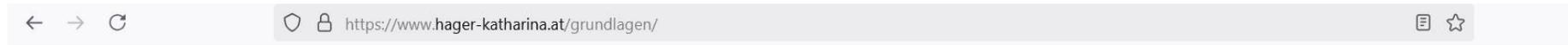
Fokussierung der Aufmerksamkeit - Wahrnehmungsorganisation Beziehungsgestaltung zu Phänomenen (in mir, in Welt, in Zukunft)



- Scheinwerfer der Aufmerksamkeit bewusst prüfen & aufspannen
 - Aufbau Steuerposition
 - ↑ SWSK-Erleben



Infos zum Nachschlagen



MAG. KATHARINA HAGER

HOME ANGEBOT **GRUNDLAGEN** PROJEKTE SEMINARE ÜBER MICH KONDITIONEN KONTAKT

ERLEBEN & AUFMERKSAMKEITSFOKUS

DIE INNERE WELT

JEDER MENSCH HAT VIELE SEITEN

UMGANG MIT WIDERSPRÜCHEN

UMGANG MIT AKTUELL
UNVERÄNDERBAREM

RÜCKFÄLLE/EHRENRUNDEN

ZIELFOKUS

WERTSCHÄTZENDE KOMMUNIKATION

THE POWER OF FEELING SAFE



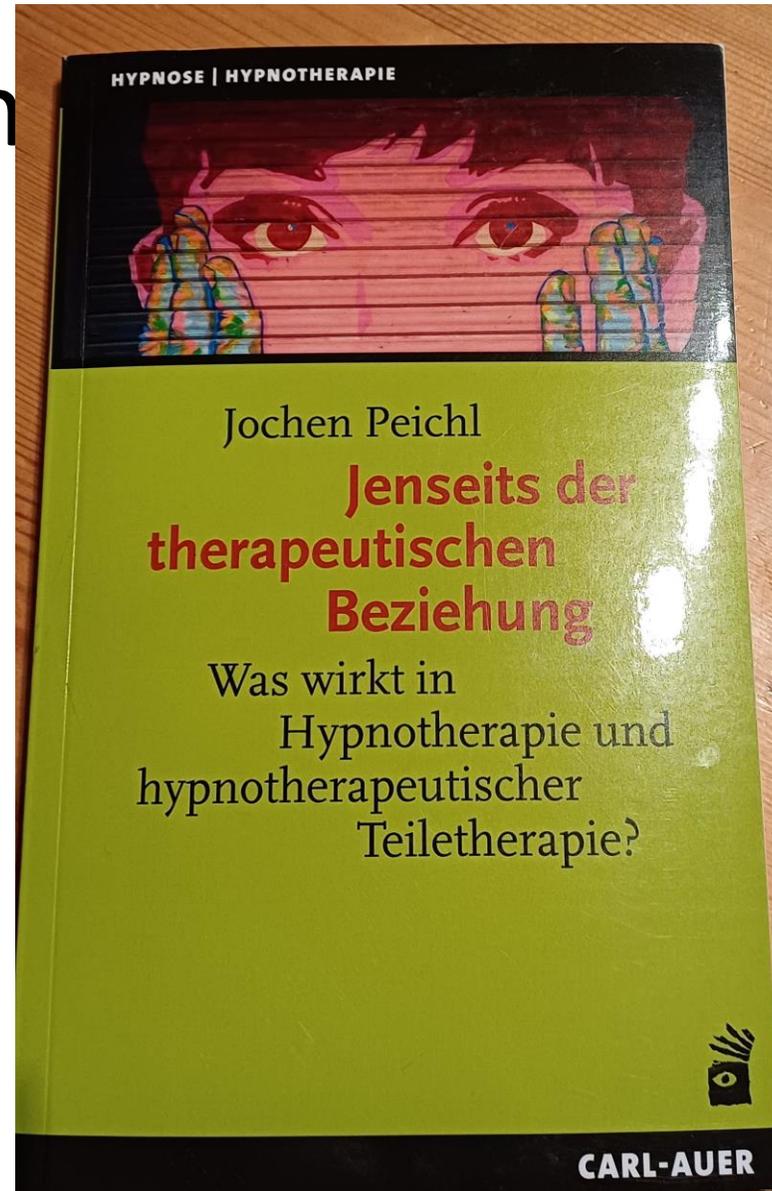
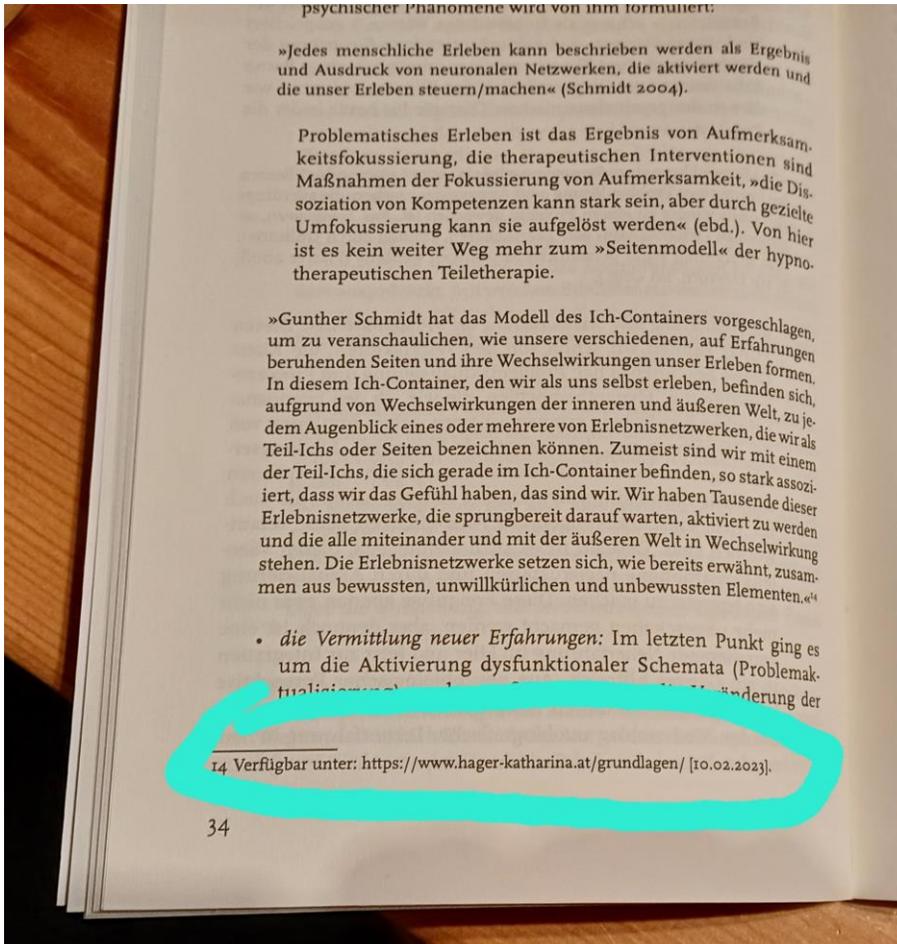
Hypnosystemik – die Grundlagen meiner Arbeitsweise

Meine Arbeitsweise mit Menschen basiert, im Einklang mit neuesten Erkenntnissen aus Hirnforschung, Neurobiologie und Psychologie, auf den hypnosystemischen Konzepten nach Dr. Gunther Schmidt. Dieser Ansatz basiert auf der Hypnotherapie

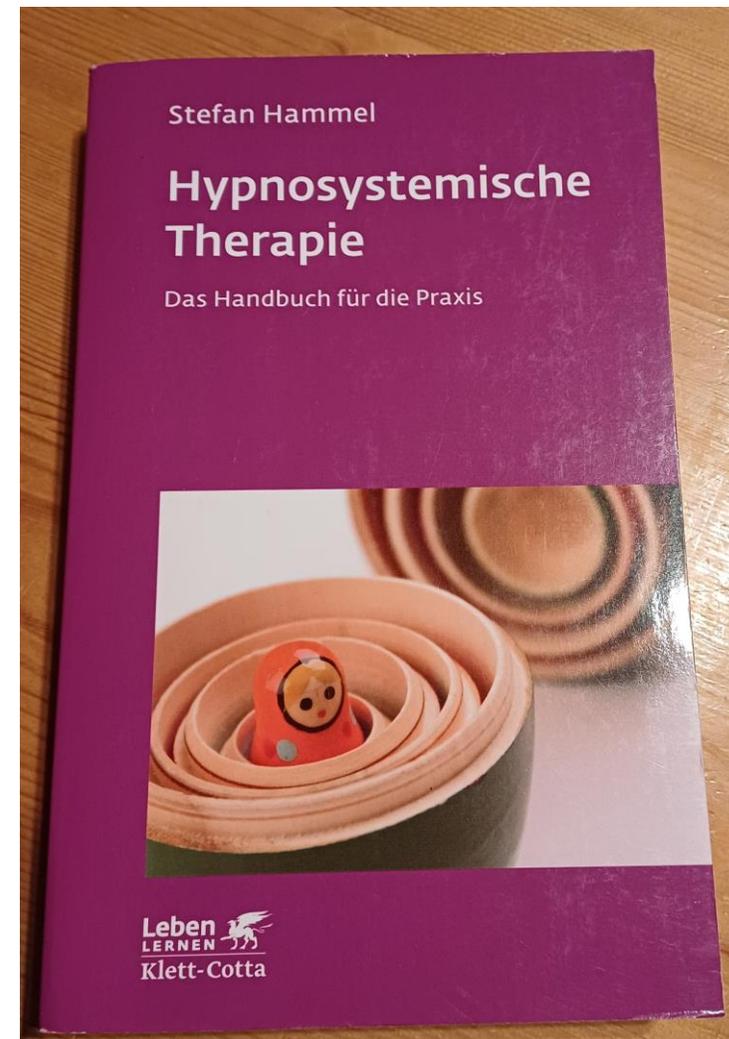
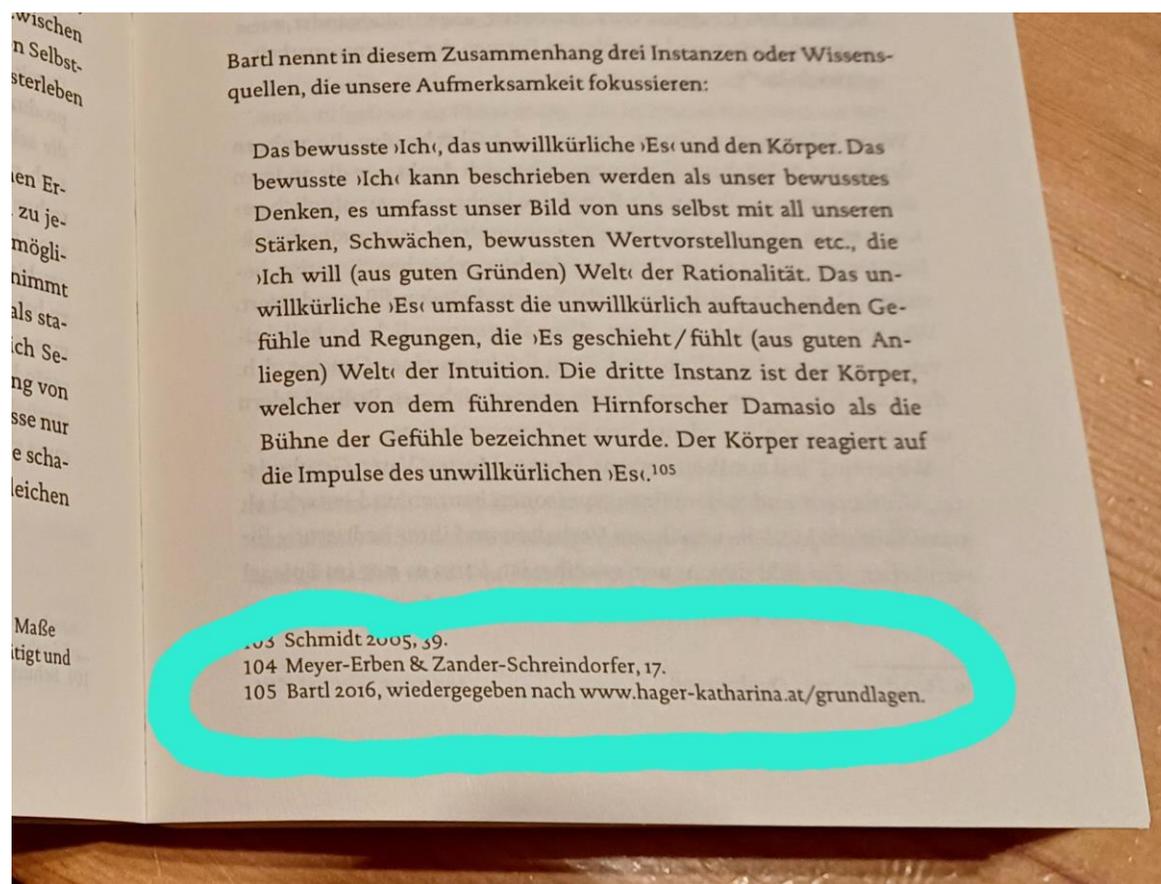
<https://www.hager-katharina.at/grundlagen/>



Infos zum Nachschlagen

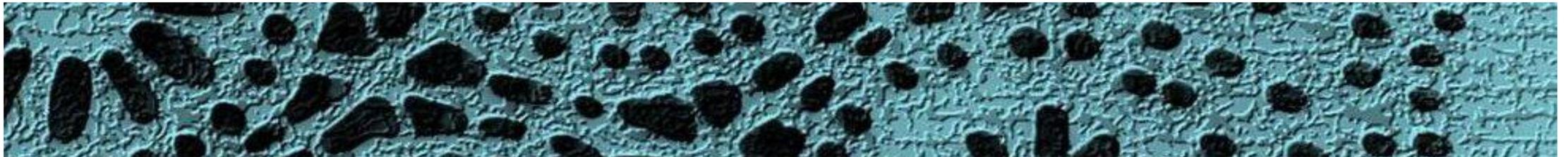


Infos zum Nachschlagen





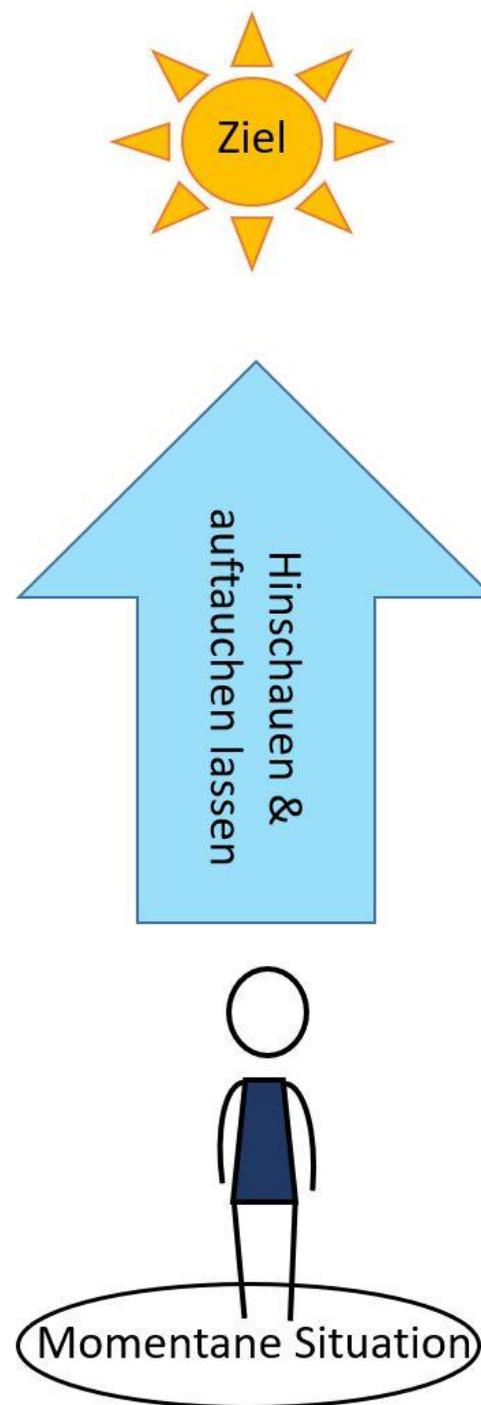
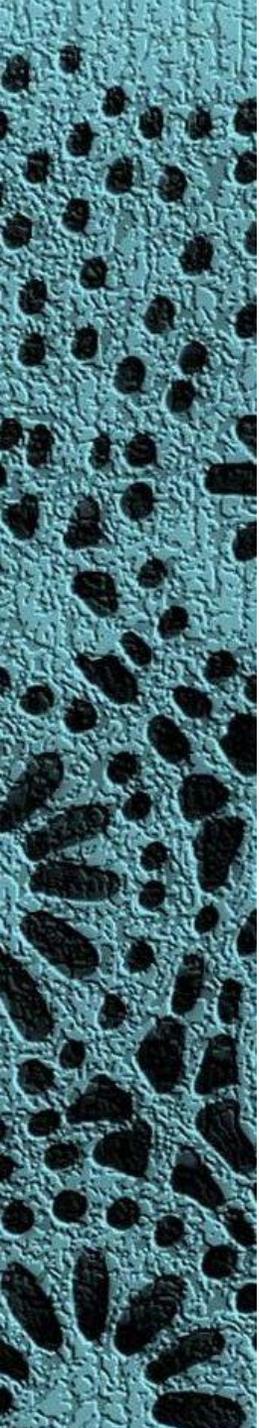
Kompetenz-Scheinwerfer

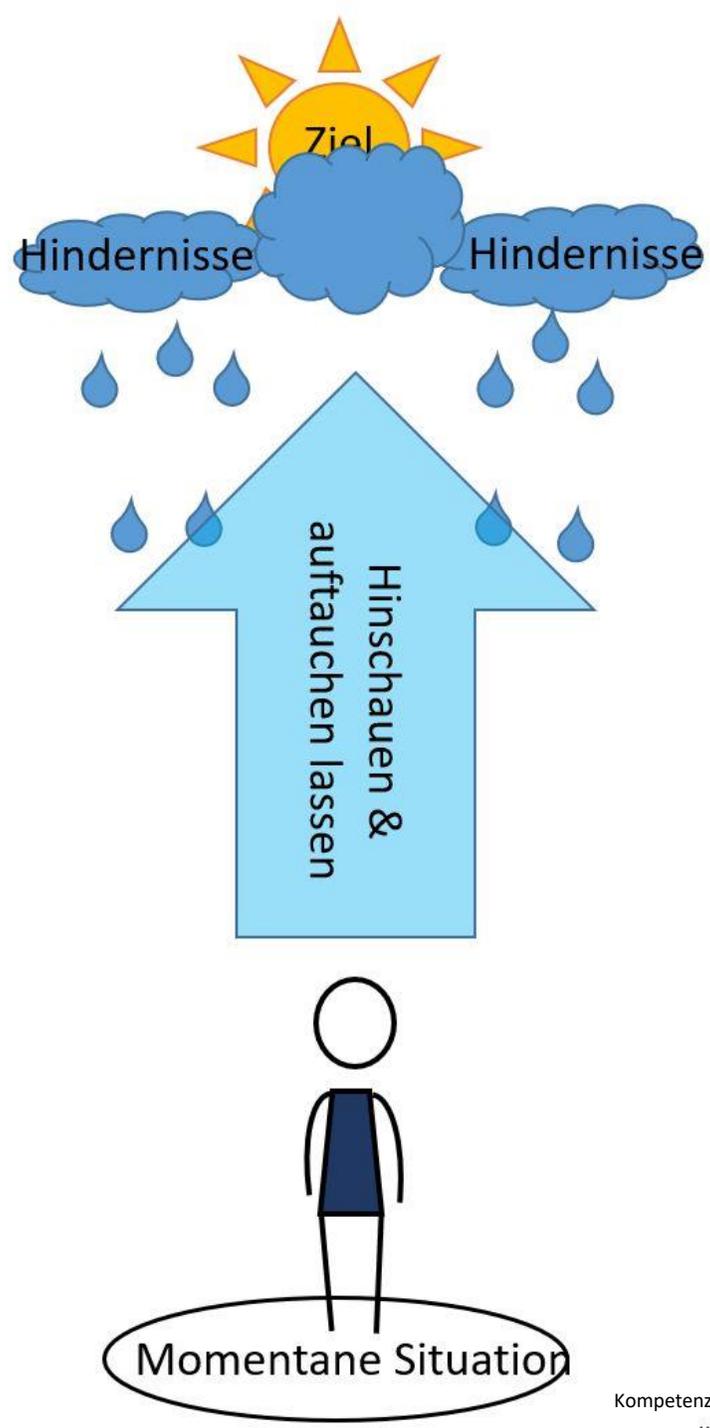
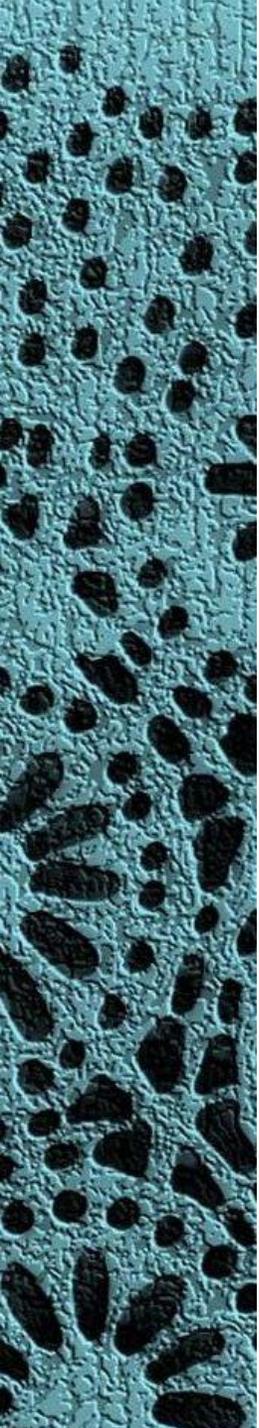


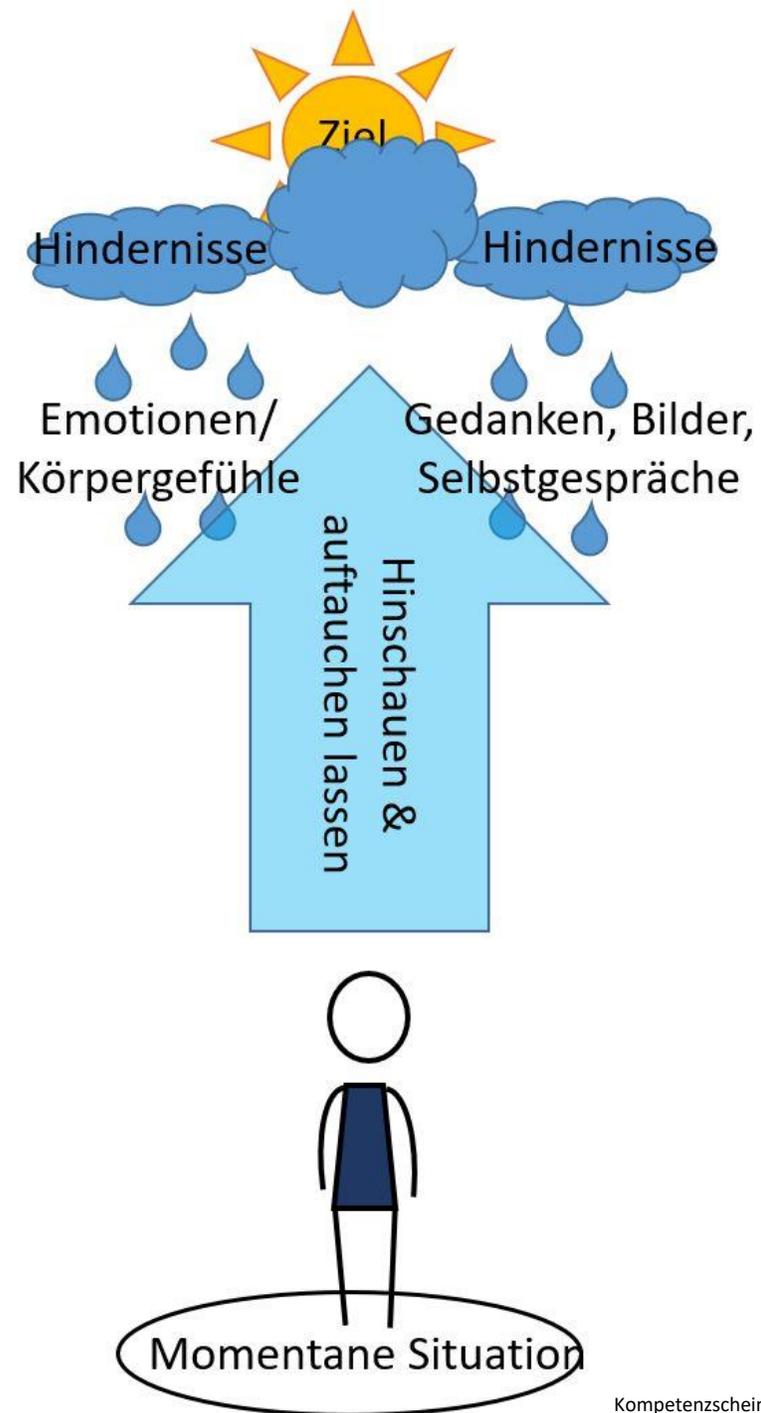
Kompetenz-Scheinwerfer (nach Andreas Kollar)

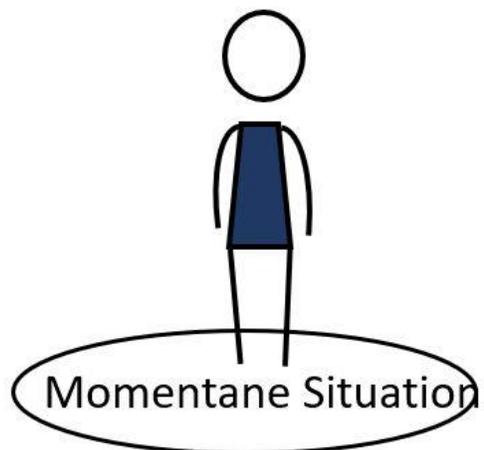
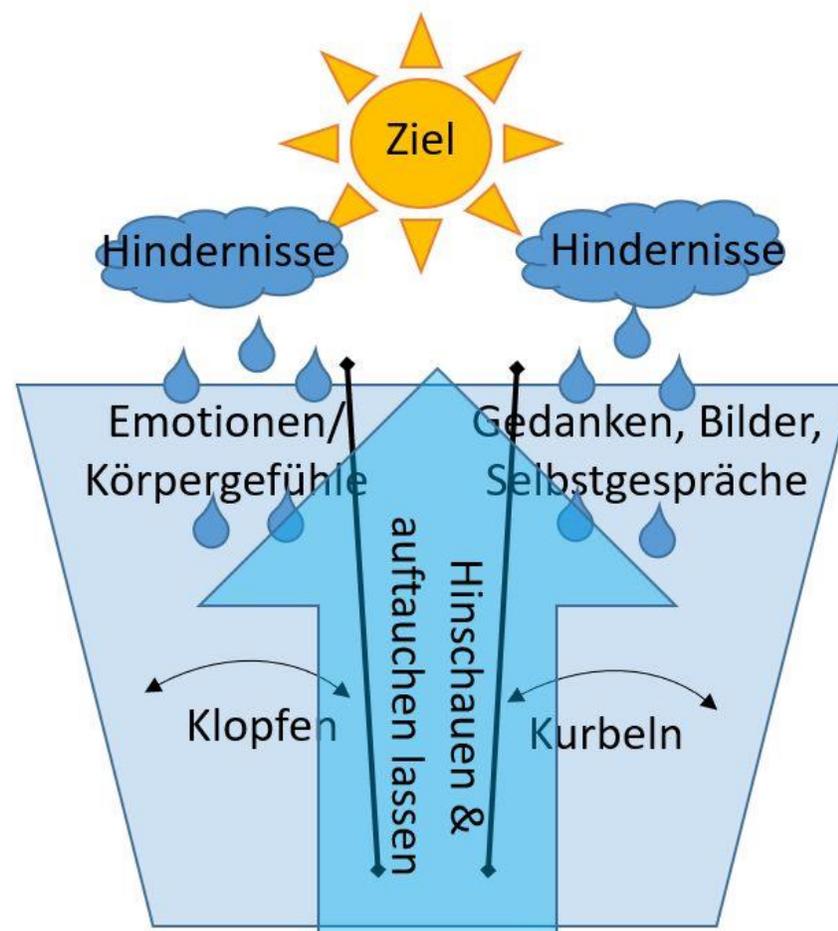
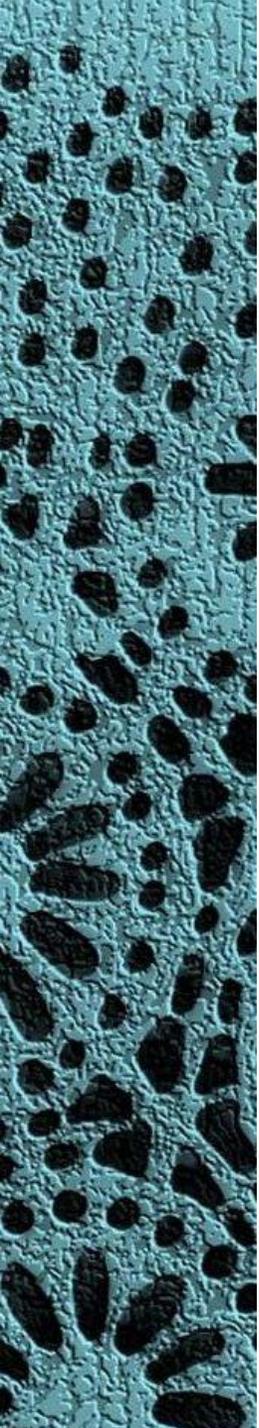
- Technik zur Selbstregulation
- Andreas Kollar verbindet
 - in dieser Technik Elemente aus Hypno, Brainspotting und PEP
 - in Hypnosystemischer Rahmung





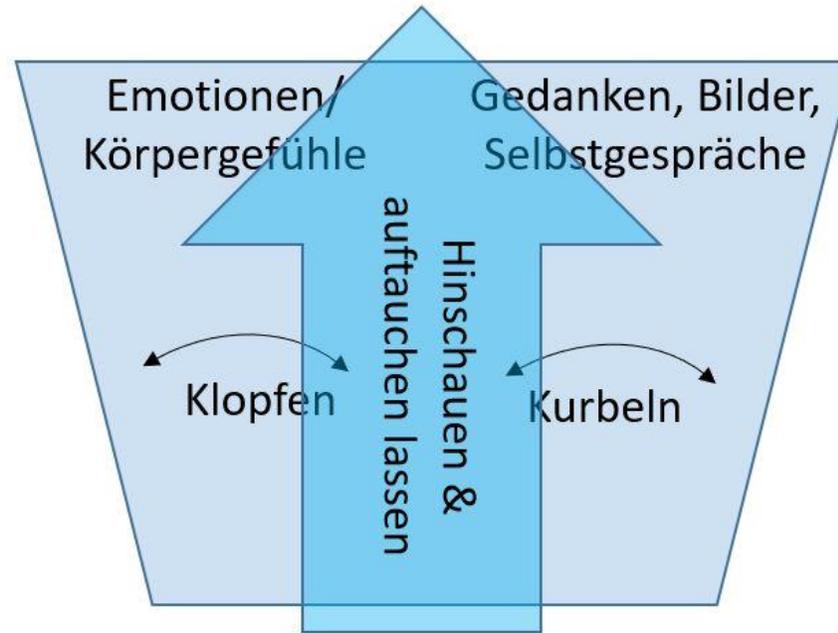






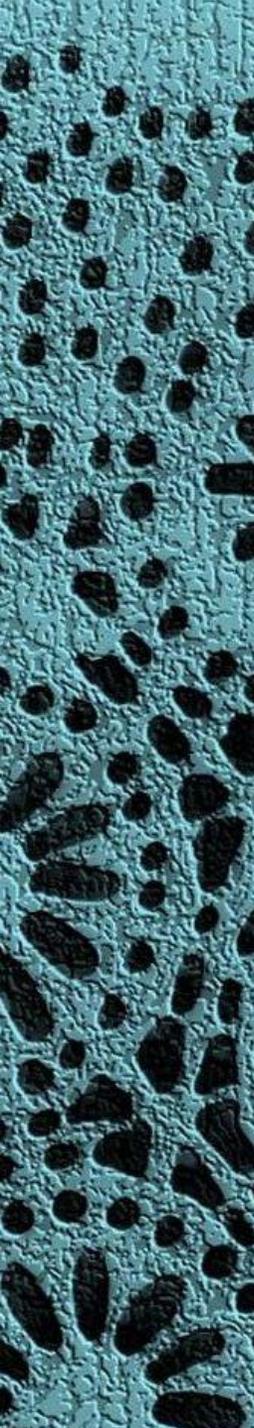


Hindernisse

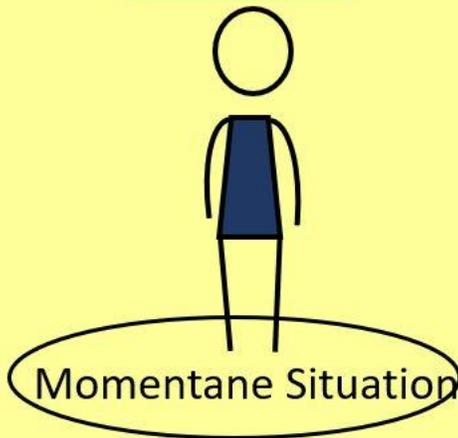
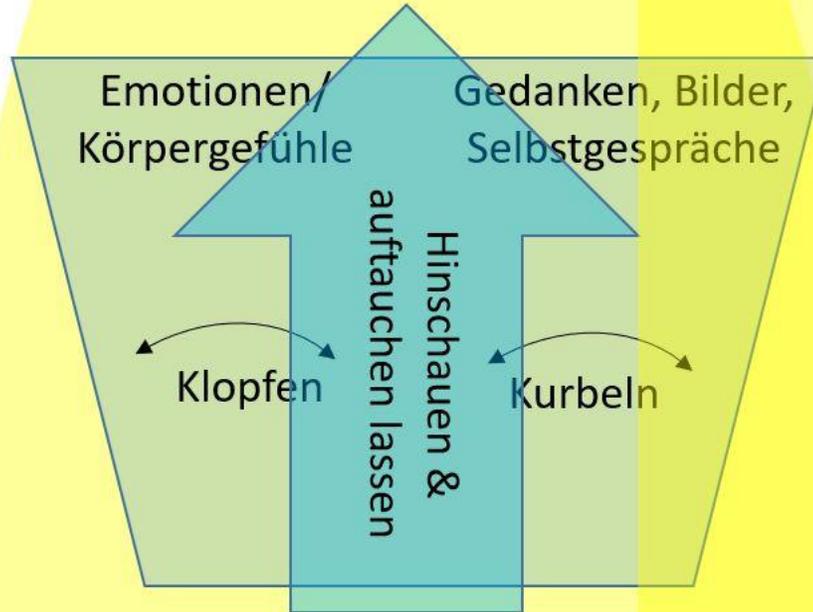


Momentane Situation



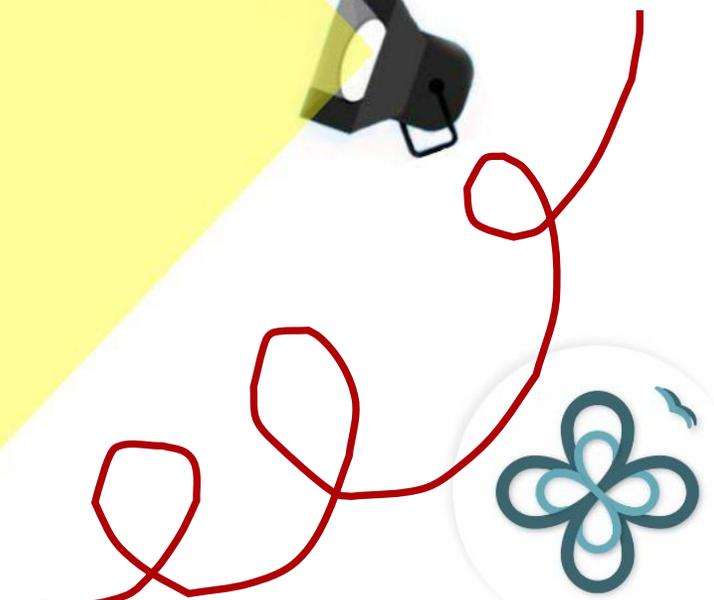
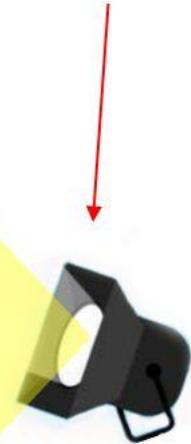


Hindernisse



Fokussatz

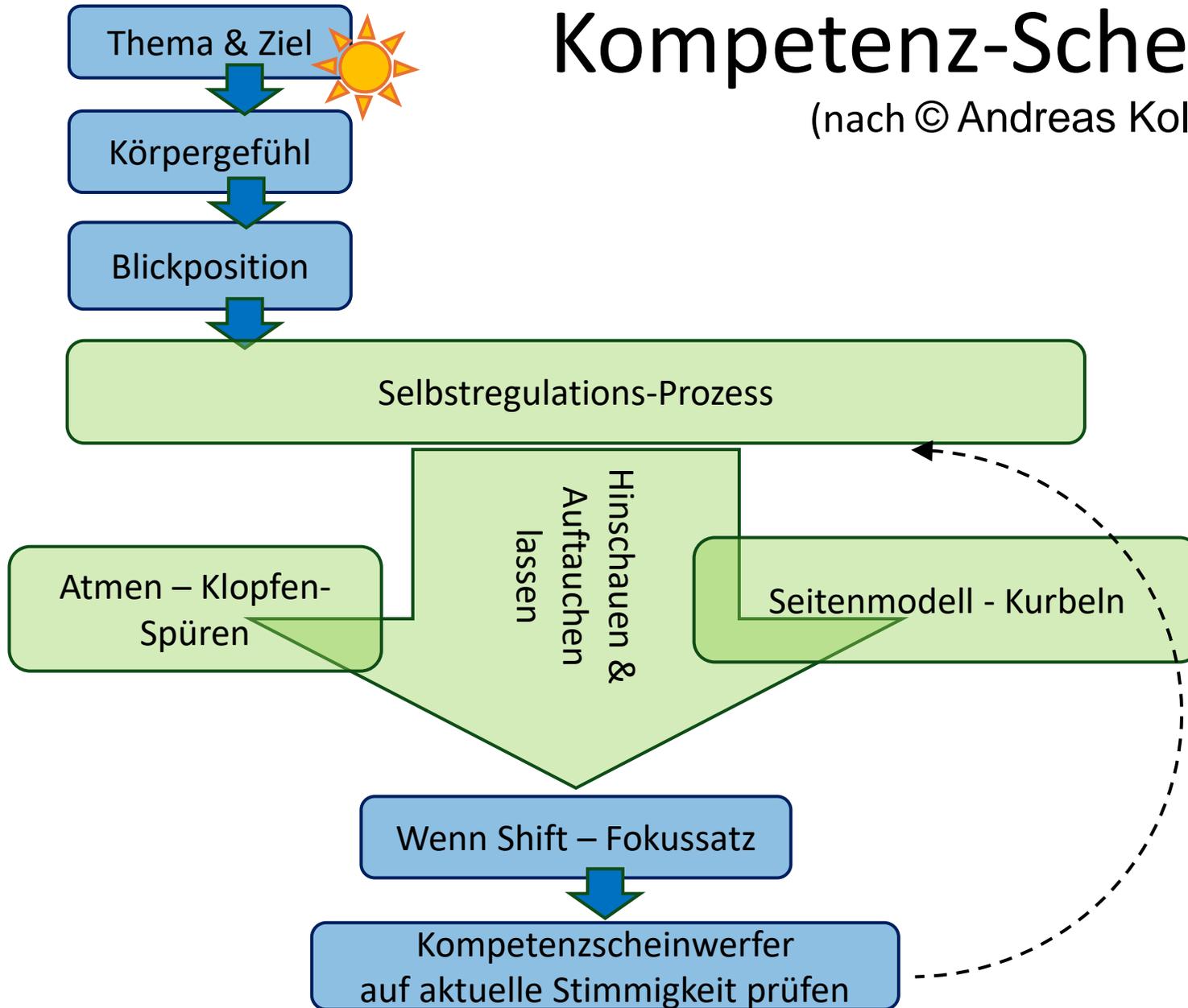
Wie wirkt es sich aus, wenn jetzt mit diesem Fokus, wie mit einem Scheinwerfer auf die Thematik geschaut wird, das Thema beleuchtet wird





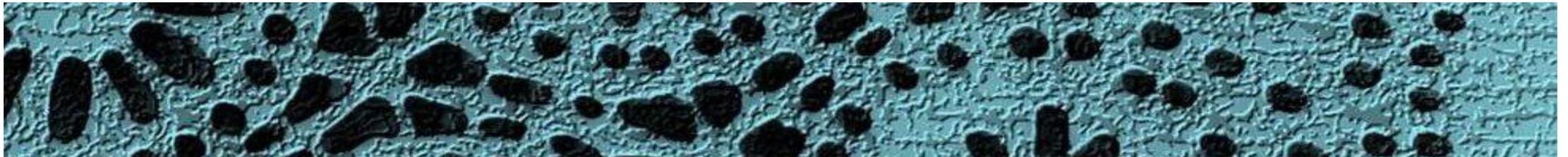
Kompetenz-Scheinwerfer

(nach © Andreas Kollar)





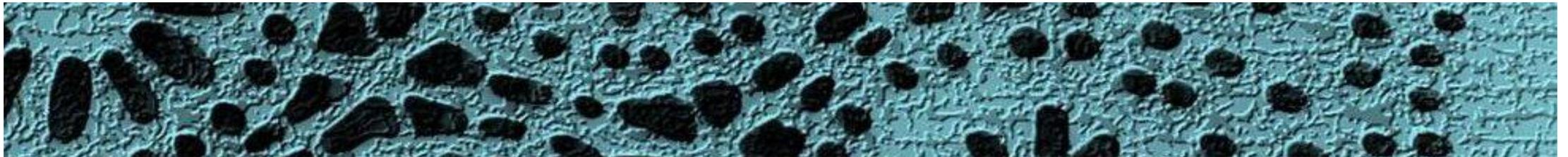
Fallbeispiele Kompetenz-Scheinwerfer





Demo

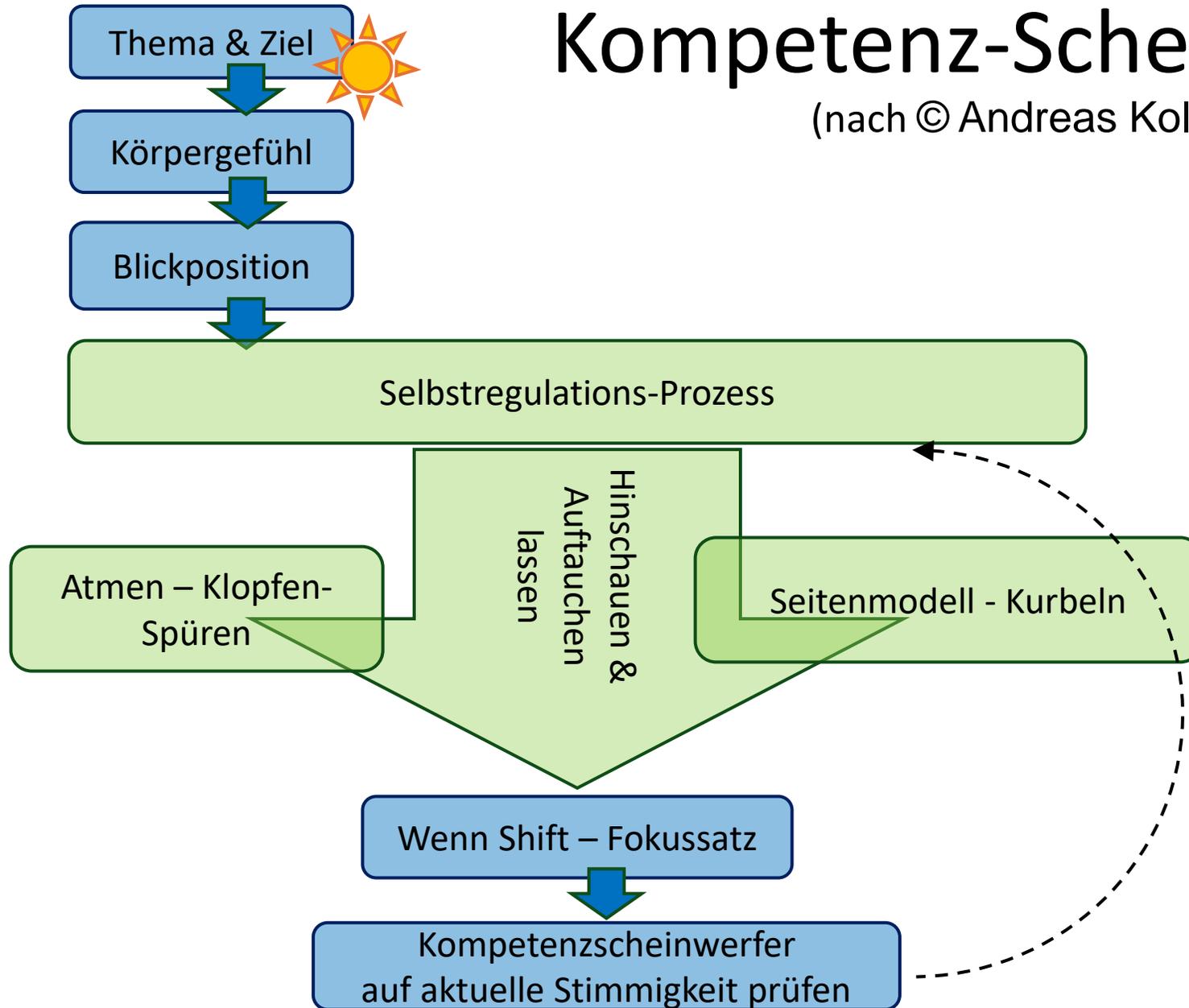
Kompetenz-Scheinwerfer

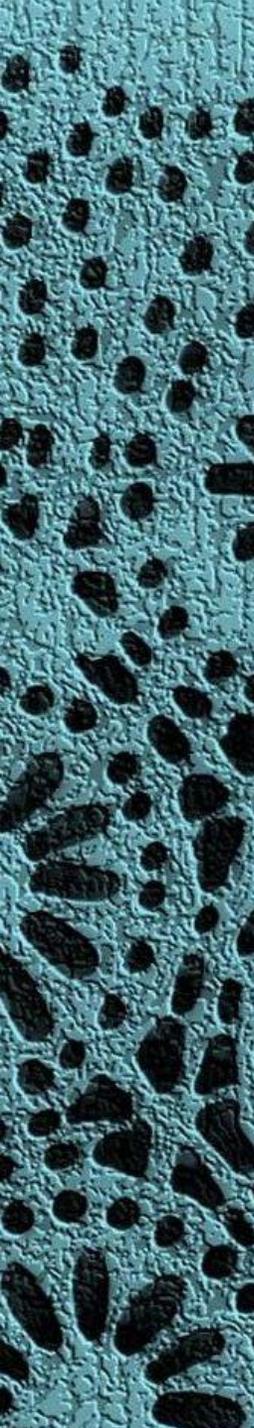




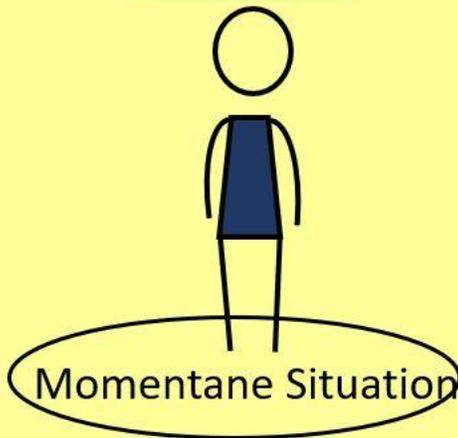
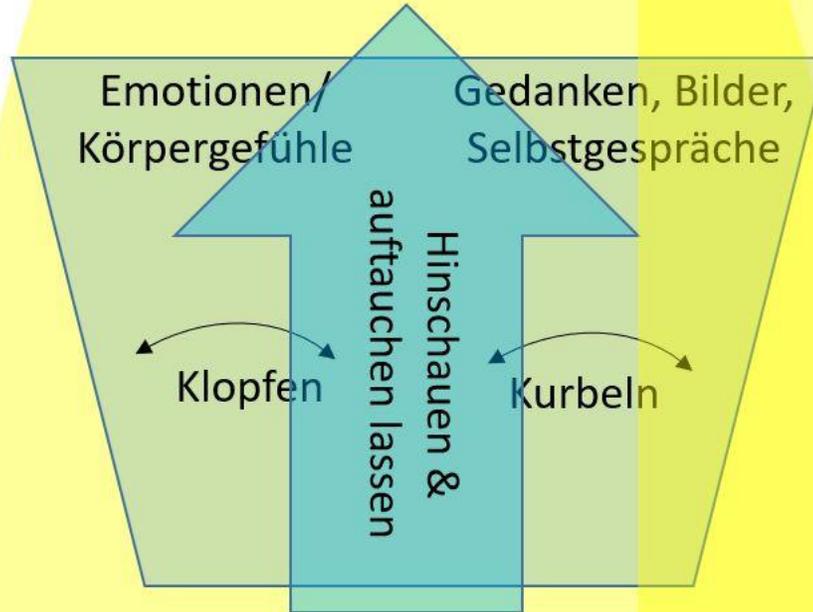
Kompetenz-Scheinwerfer

(nach © Andreas Kollar)



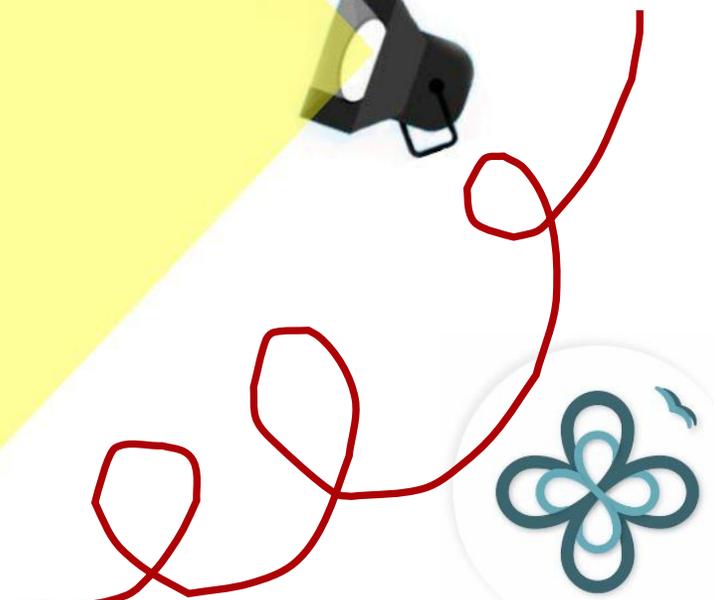
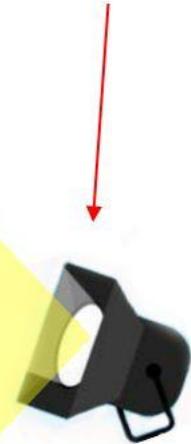


Hindernisse



Fokussatz

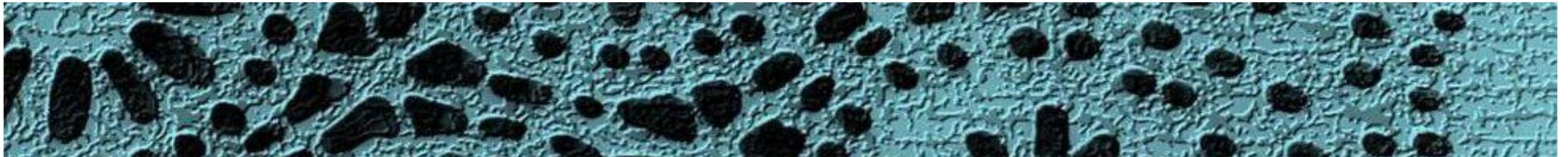
Wie wirkt es sich aus, wenn jetzt mit diesem Fokus, wie mit einem Scheinwerfer auf die Thematik geschaut wird, das Thema beleuchtet wird





Unterstützende Steuerposition

(Selbstregulation durch Nutzung der Blickrichtung)



Unterstützende Steuerposition

(mod. nach Gunther Schmidt, Monika Baumann, Andreas Kollar)

Nutzung der Blickrichtung zum Aufbau/Ausbau einer hilfreichen inneren Haltung für stimmig erlebten Abstand/Verbundenheit zu unerwünschten Phänomenen und eigenen Zielen.

= Ziel: größtmögliches Erleben von:

- Überblick
- Handlungsfähigkeit
- Zugang zu & Kontakt mit den eigenen Kompetenzen



Unterstützende Steuerposition

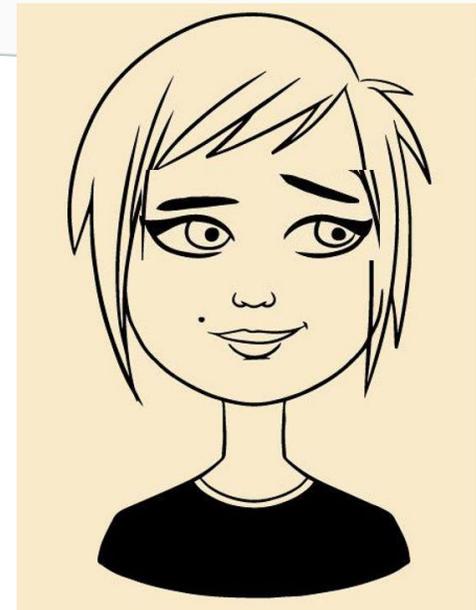
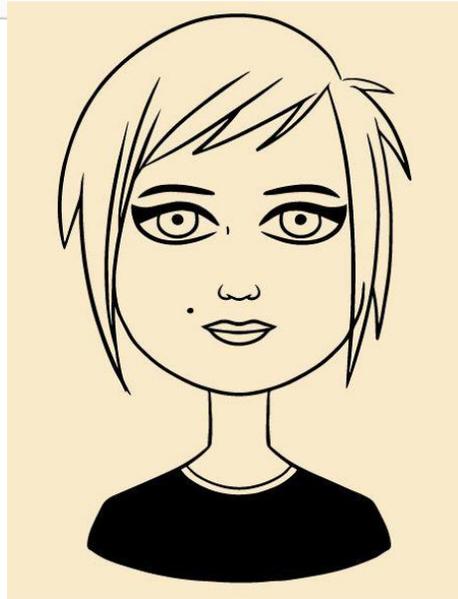
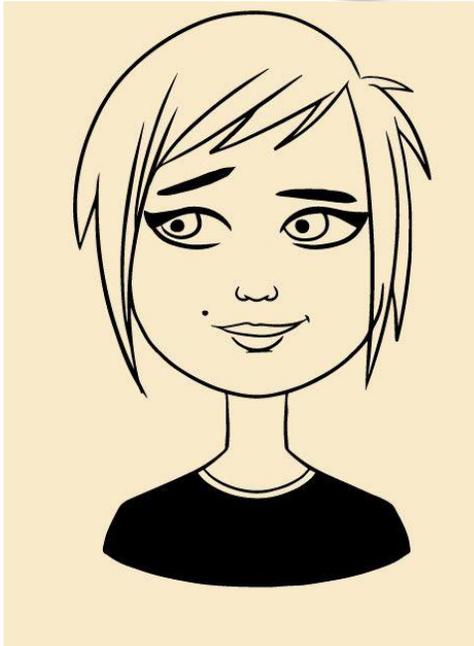
(mod. nach Andreas Kollar, Monika Baumann und Gunther Schmidt)

Ablauf der Technik:

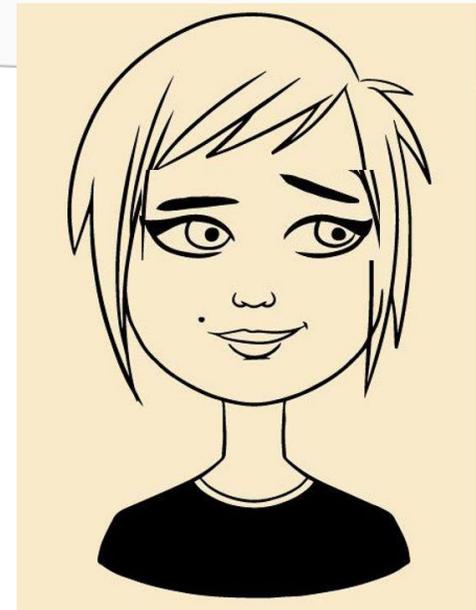
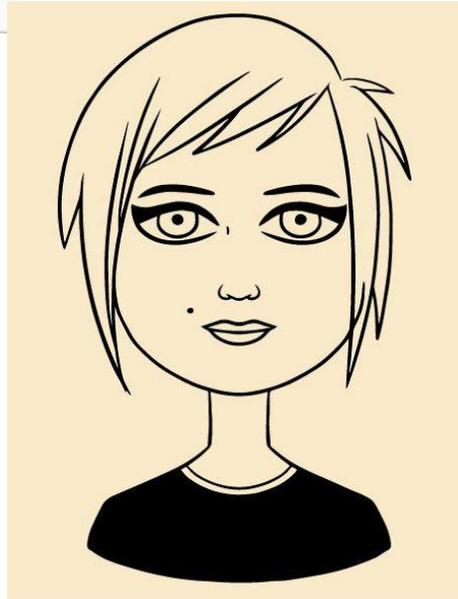
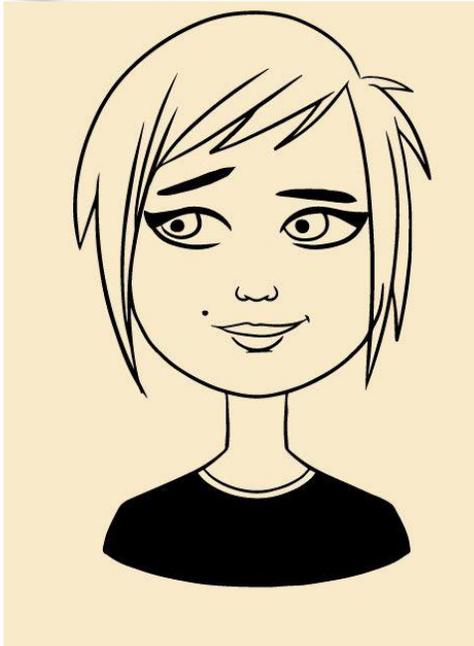
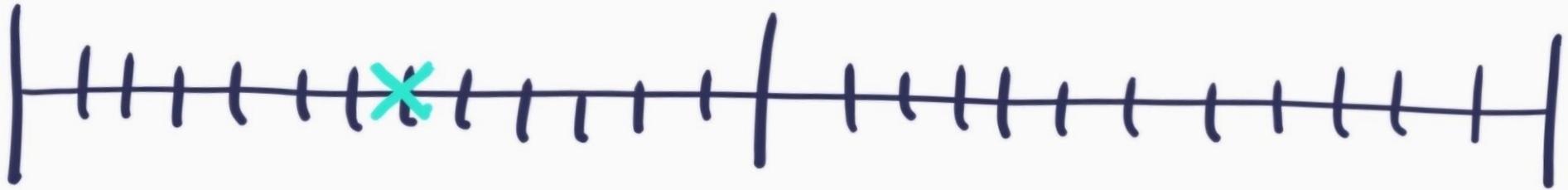
1. Wofür
2. Körpergefühl
3. Augenposition



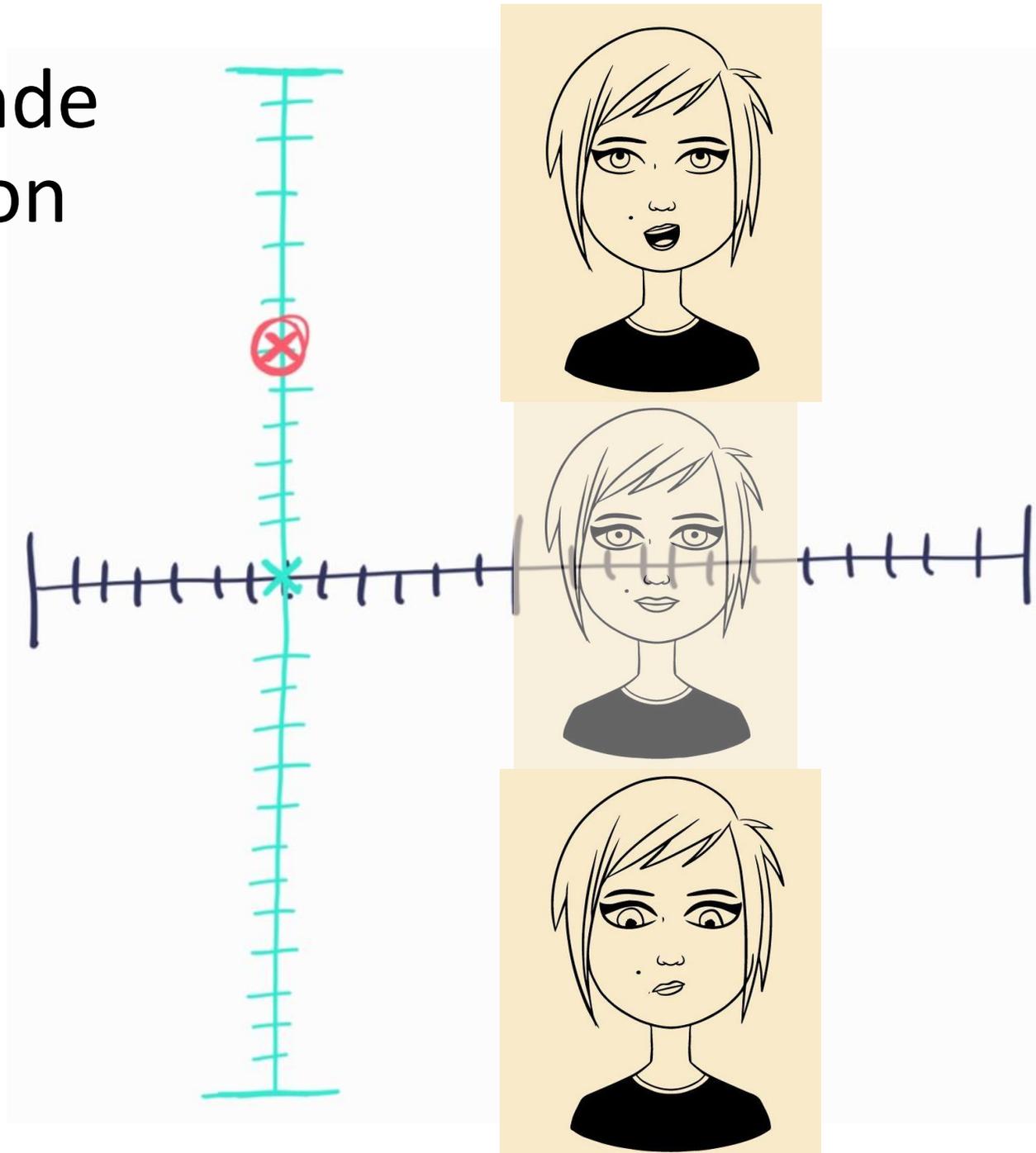
Unterstützende Steuerposition



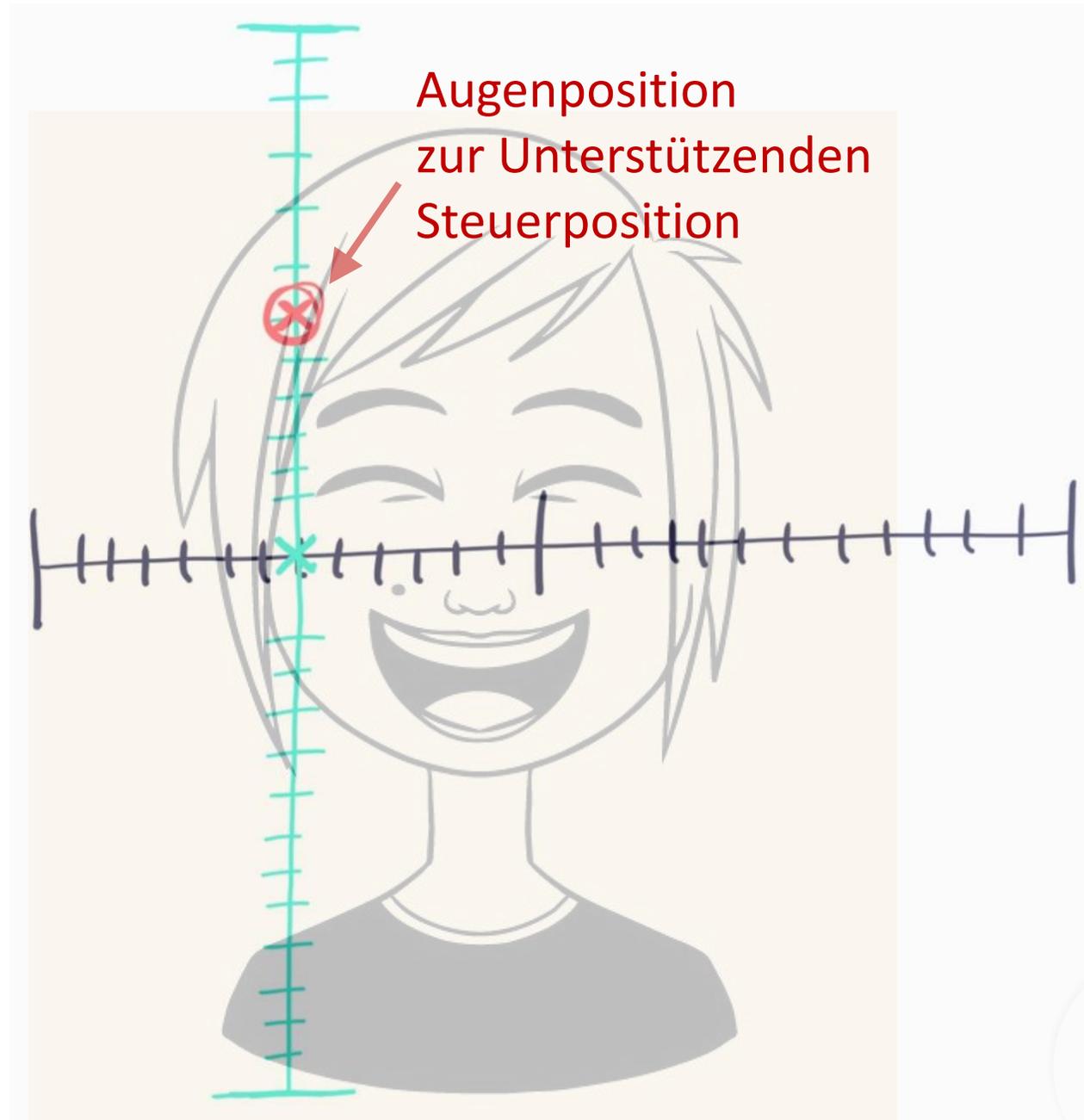
Unterstützende Steuerposition



Unterstützende Steuerposition

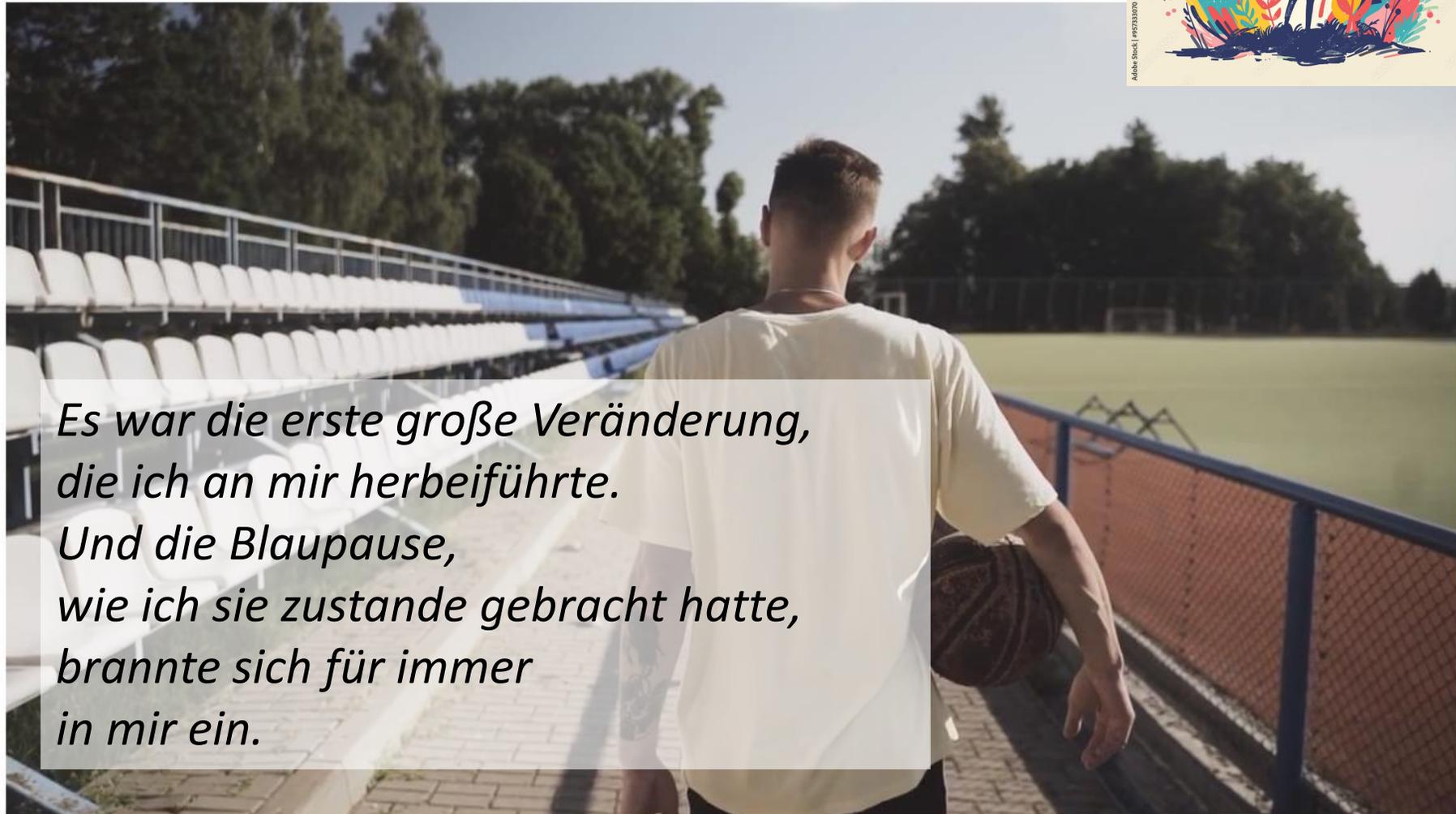


Unterstützende Steuerposition



VIDEOS · 24. Februar 2023

Video: "Blaupause"



*Es war die erste große Veränderung,
die ich an mir herbeiführte.
Und die Blaupause,
wie ich sie zustande gebracht hatte,
brannte sich für immer
in mir ein.*





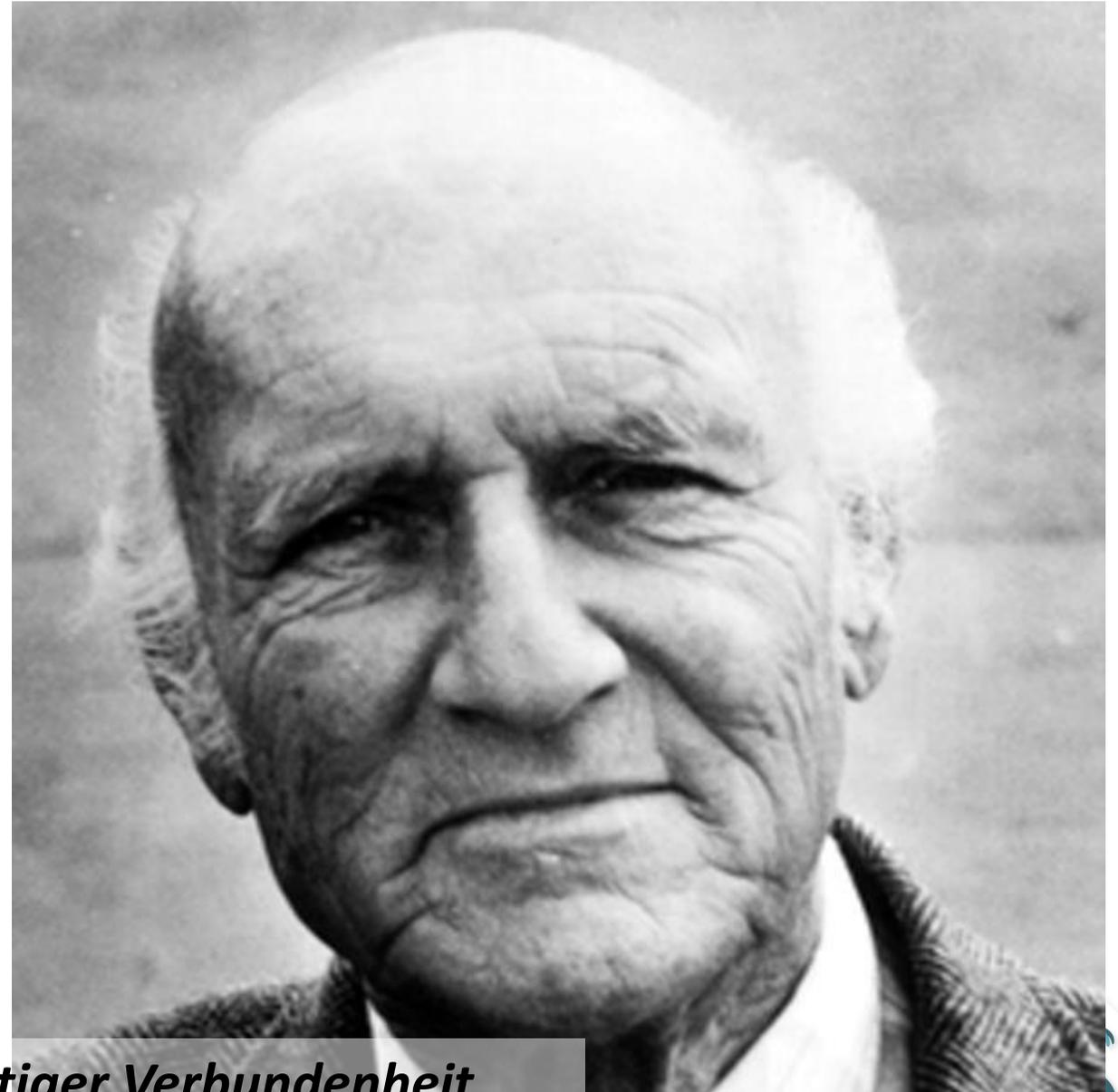
Heinz von Foerster
KybernEthik

*Die maßgeblichen beiden Fragen heißen:
„Bin ich vom Universum getrennt? Das
heißt, wenn immer ich schaue, so schaue ich
wie durch ein Schlüsselloch auf das sich
entfaltende Weltall.“*

Oder:

*„Bin ich Teil des Universums? Das heißt,
wenn immer ich handle, verändere ich mich
und das Universum mit mir.“*

**>> Stimmiger Abstand bei gleichzeitiger Verbundenheit
= gute als selbstwirksam erlebte Steuerposition**



Fokussierung der Aufmerksamkeit - Wahrnehmungsorganisation Beziehungsgestaltung zu Phänomenen (in mir, in Welt, in Zukunft)

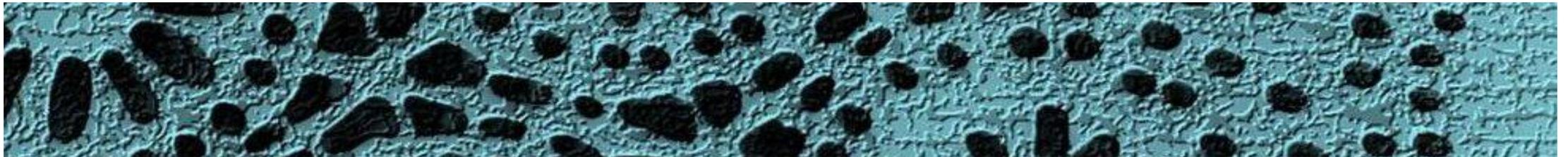


- Scheinwerfer der Aufmerksamkeit bewusst prüfen & aufspannen
 - Aufbau Steuerposition
 - ↑ SWSK-Erleben





Vielen Dank für die Aufmerksamkeit



Kontakt

hager-katharina@gmx.at

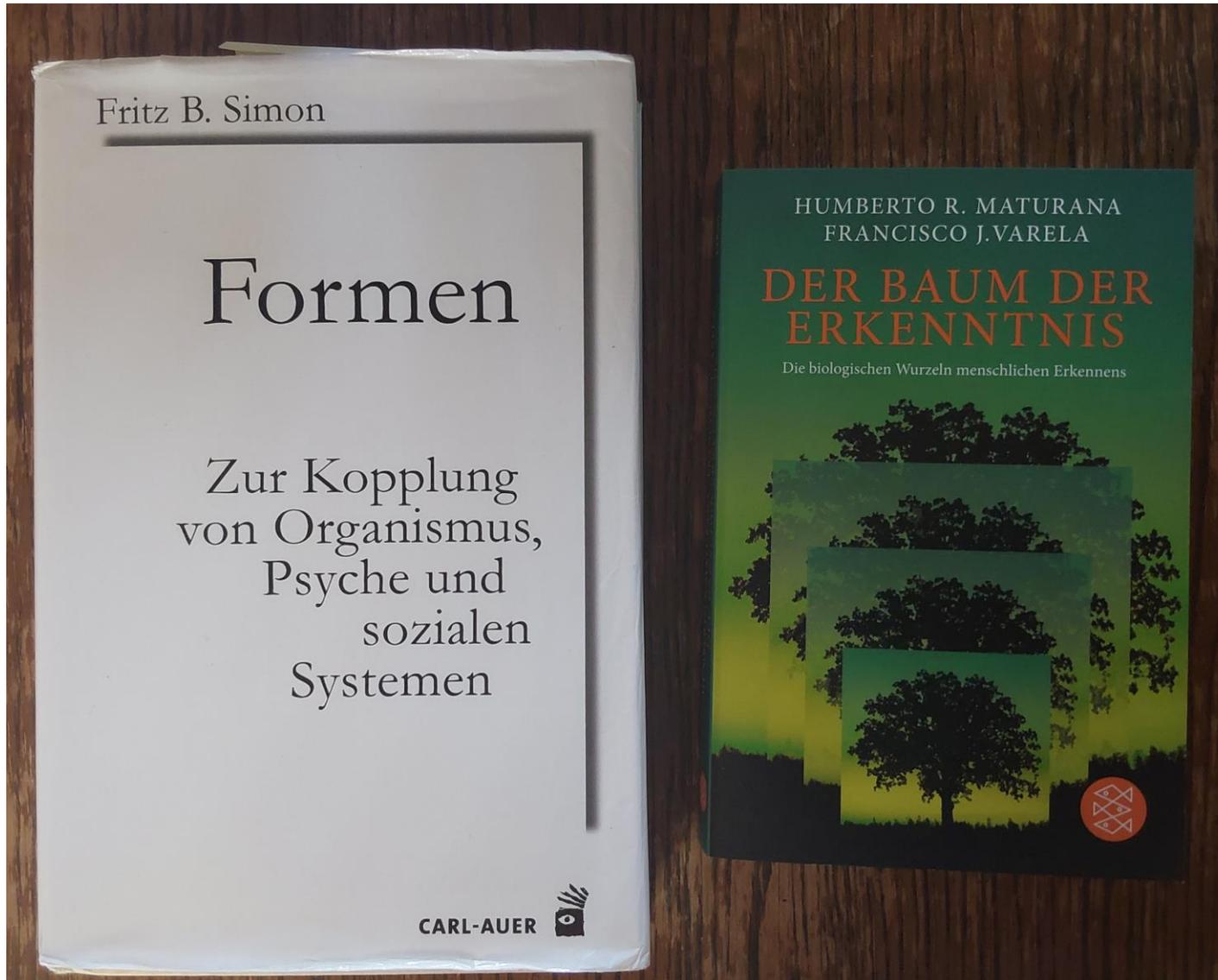
www.hager-katharina.at



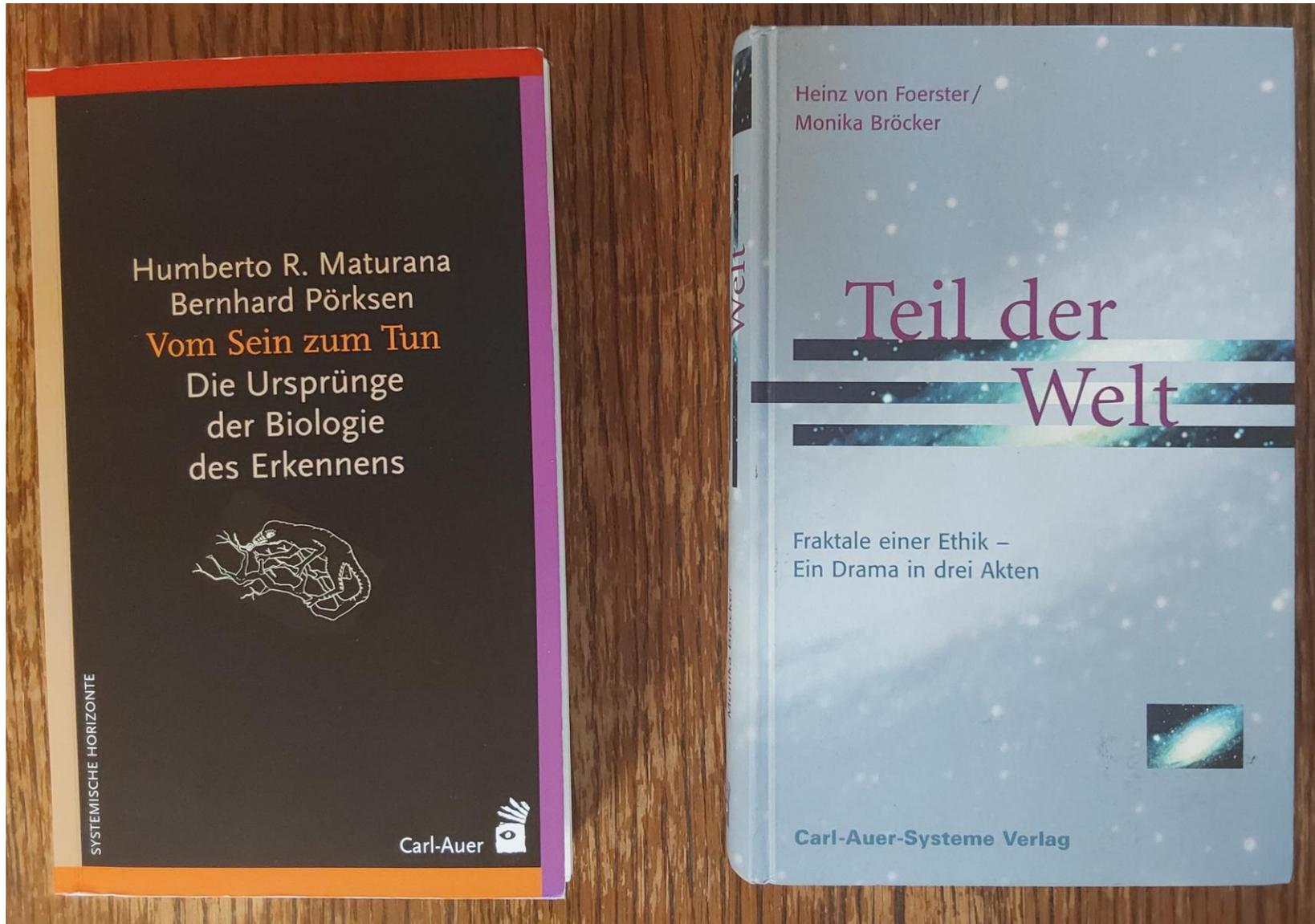
Literatur



Literatur



Literatur



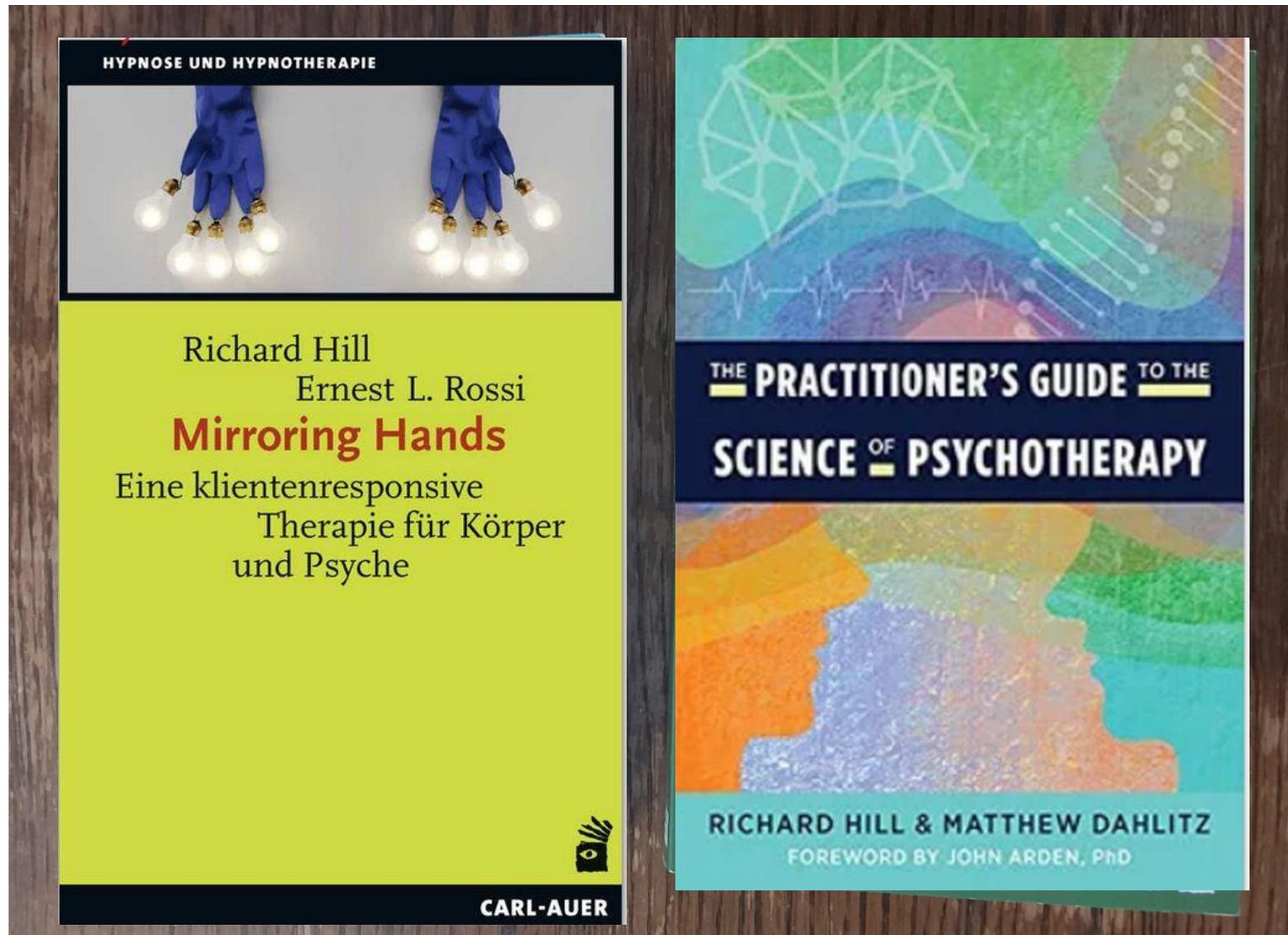
Literatur



Literatur



Literatur



Literatur



Literatur



Fritz B. Simon (Hrsg.)
Vor dem Spiel
ist nach dem Spiel
Systemische
Aspekte des Fußballs

CARL  AUER



PHILIPP HAGER

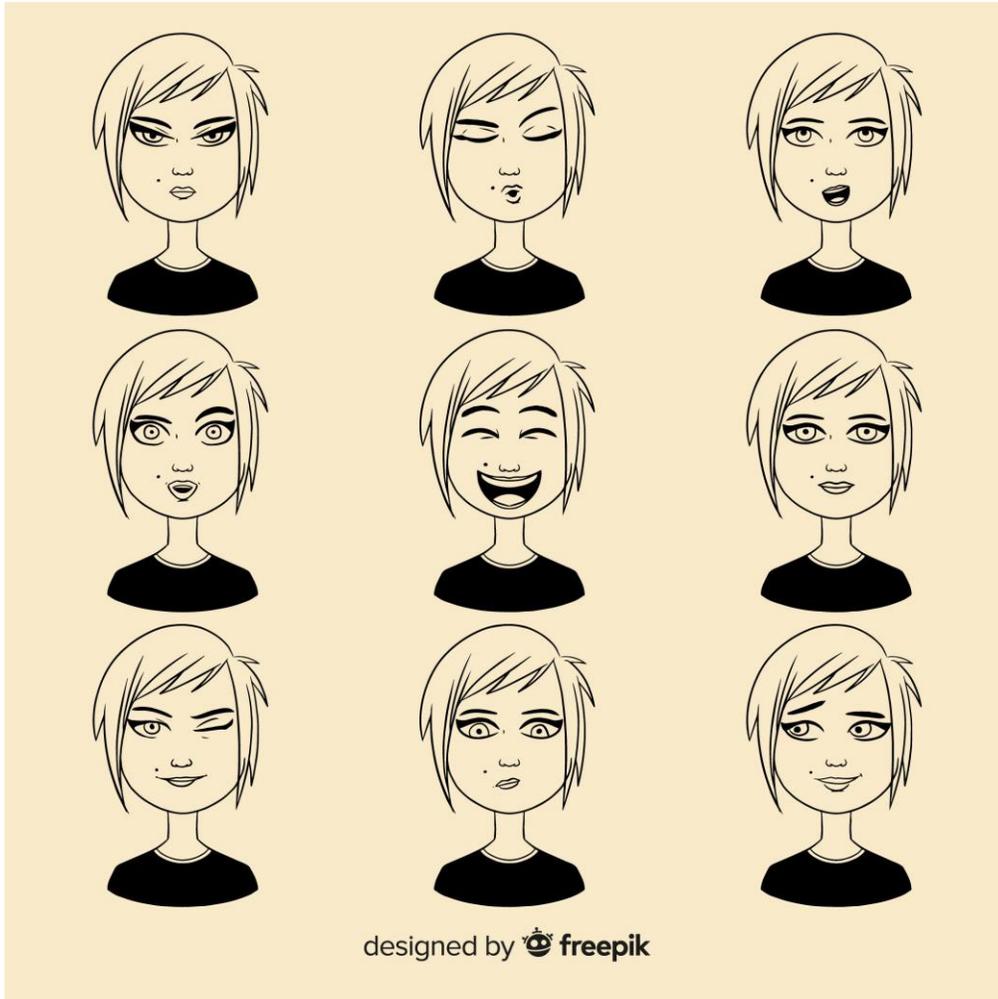
Handbuch der Herzoperation

Gedichte

SISYPHUS




Quellenangaben - Bilder



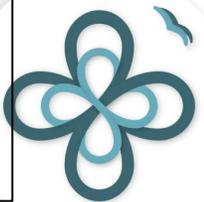
[Designed by Freepik](http://www.freepik.com)



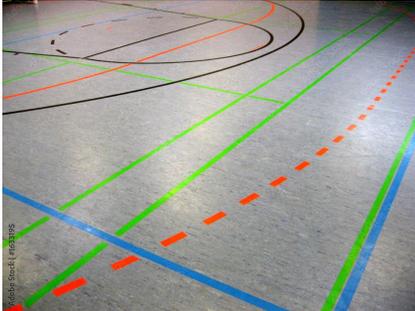
https://de.freepik.com/vektoren-premium/kleine-eule-cartoon-tier-illustration_33962227.htm



Quelle Scheinwerferbild:
<https://www.istockphoto.com/de/vektor/hintergrund-des-banner-spotlights-scheinwerfer-leuchtet-vektor-flachstrahler-auf-gm1441760873-481374088?searchscope=image%2Cfilm>
Letzter Zugriff 12.04.2024



Quellenangaben - Bilder

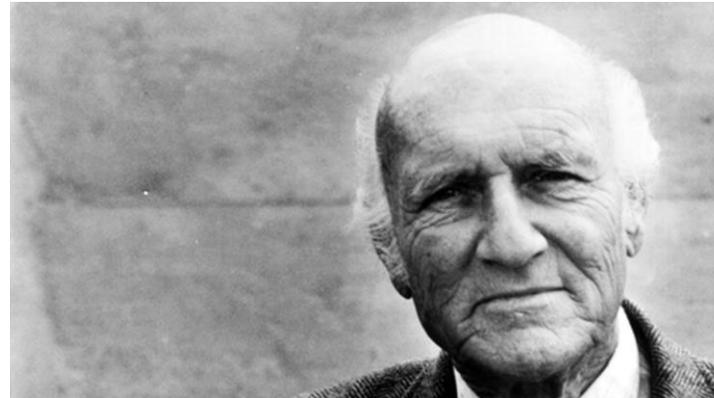


https://stock.adobe.com/at/search?filters%5Bcontent_type%3Aphoto%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aillustration%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Azip_vector%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Avideo%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Atemplate%5D=1&filters%5Bcontent_type%3A3d%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aaudio%5D=0&filters%5Binclude_stock_enterprise%5D=0&filters%5Bis_editorial%5D=0&filters%5Bfree_collection%5D=0&filters%5Bcontent_type%3Aimage%5D=1&k=bodenmarkierungen+sporthalle&order=relevance&search_page=1&search_type=usertyped&acp=&aco=bodenmarkierungen+sporthalle&get_facets=0&asset_id=1633195



Adobe Stock | #957333070

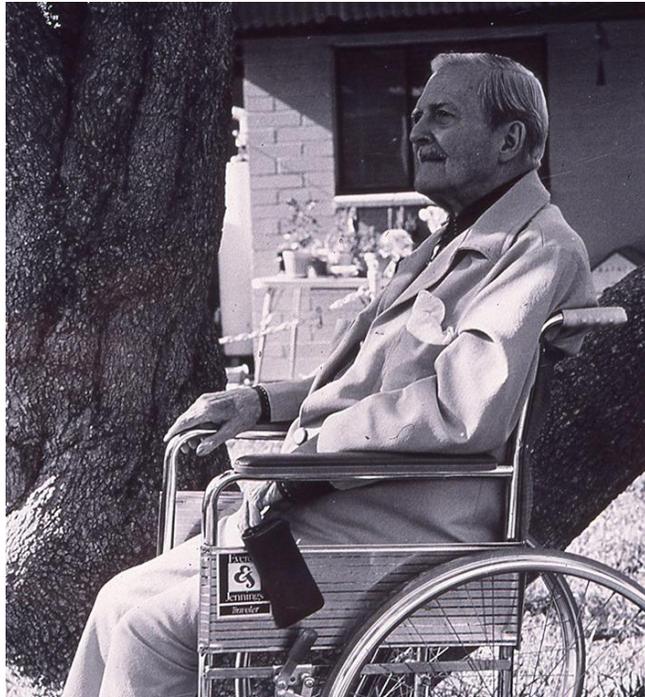
https://stock.adobe.com/at/search?filters%5Bcontent_type%3Aphoto%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aillustration%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Azip_vector%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Avideo%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Atemplate%5D=1&filters%5Bcontent_type%3A3d%5D=1&filters%5Bcontent_type%3Aaudio%5D=0&filters%5Binclude_stock_enterprise%5D=0&filters%5Bis_editorial%5D=0&filters%5Bfree_collection%5D=0&filters%5Bcontent_type%3Aimage%5D=1&k=ermutigung&order=relevance&search_page=2&get_facets=0&search_type=pagination&asset_id=957333070



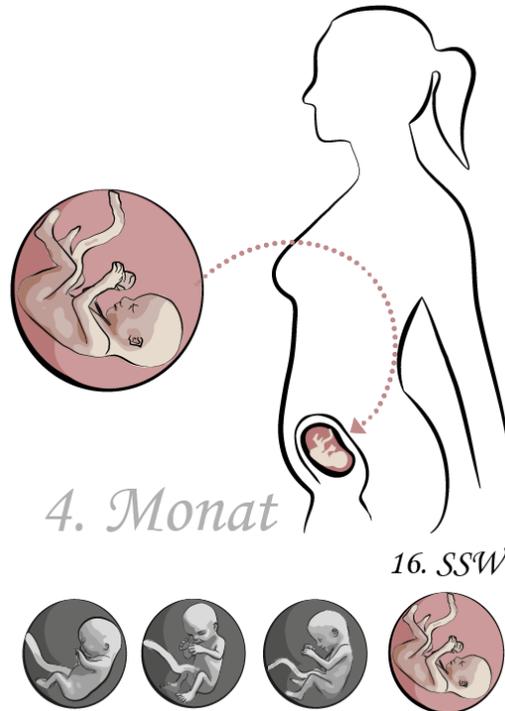
<https://www.carl-auer.de/magazin/neuigkeiten/heinz-von-foerster-lebendiger-kann-man-kaum-sein>



Quellenangaben - Bilder



<https://www.institutoerickson.cl/galeria-de-fotos/>



<https://schwangerschaftswochen.com/16-ssw/>



Bild von [TF3000](https://pixabay.com/de/users/tf3000-12652638/?utm_source=link-attribution&utm_medium=referral&utm_campaign=image&utm_content=4269040) auf [Pi](https://pixabay.com/de/?utm_source=link-attribution&utm_medium=referral&utm_campaign=image&utm_content=4269040)

