

# 1. Hypnosystemische Tagung in Zürich 26.–28.03.2010 [www.hypnosystemische-tagung.ch](http://www.hypnosystemische-tagung.ch)

## **Thomas Villiger**

lic. phil. || Thomas Villiger, geb. 1957, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP und für Kinder- und Jugendpsychologie FSP, Murtenstrasse 26, CH-2502 Biel/Bienne. Ausbildung in system. Psychotherapie. Weiterausbildung in klin. Hypnose MEG/ghyps. Kontinuierliche Fort- und Weiterbildung u.a. bei E. Polster, Ph.D., J. Barber, Ph.D., L. Reddemann, Prof. Dr. med., zur Zeit in Ausdruckstanz, Stimmbildung (zhdk). Arbeit in der stationären Jugendpsychiatrie. Tätigkeit an der Familien- und Erziehungsberatung, CH-Basel und seit 2003 in privater Praxis. Seit 2006 in Teilzeit in der rehabilitat. Früherfassung der IV / im Eingliederungs-Management v.a. von Unfallpatienten und Personen mit sog. psychosomat. Fragestellungen und in privater Praxis.

**Website:** [www.psychologie.ch](http://www.psychologie.ch)

**Kontakt:** [thomas.villiger@psychologie.ch](mailto:thomas.villiger@psychologie.ch)

## **Abstract – Workshop**

### **Thomas Villiger**

#### **«Der Tanz der Zwänge»**

Zwischen Chaos und Erstarrung: Kontrolle verlieren und gewinnen. Ein konkretes Beispiel hypnotherapeutischen Arbeitens bei Zwangsfragen unter Einbezug von Ansätzen der rhythmisch – organischen Bewegungsbildung und Daniel Spoerris Fallenbilder. Gerne möchte ich dabei auf Beziehungen hinweisen zur Arbeit mit Personen, die unter Traumafolgestörungen leiden.

Bewegungserfahrung und achtsamer Umgang mit Resonanzen v.a. aus dem Zentrum der Atmung (Zwerchfellregion) können hier meiner Erfahrung nach wesentlich beitragen zu einer erwünschten Beziehungsgestaltung sowohl zu und mit uns selbst (Propriozeption) wie zu anderen; und damit zu einem hilfreichen Einordnen von Körperempfindungen, das das Vertrauen in die eigene Wahrnehmung und die eigenen Fähigkeiten stärkt.

**Ziele:** Erfahrungsworkshop! Ich verstehe die Inhalte als Anregungen für die Teilnehmer/innen anhand von konkreten Übungsangeboten. Der Fokus liegt dabei in der Konzentration auf den Augenblick, d.h. darauf, was zu einem gegebenen Zeitpunkt unmittelbar wahrnehmbar ist. Inhaltlicher Ablauf: Kurze Einführung zum Anlass des Themas (Videovignette); praktische hypnotherapeutische Übungen in der Gruppe, gemeinsamer Erfahrungsaustausch und Diskussion. Anregungen zur Weiterentwicklung der dargestellten Inhalte sind herzlich willkommen. (*PS: Bequeme Kleidung ist günstig.*)

#### *Literatur:*

- Davis, N.; Layton, N. (2005): *Das Buch vom Machen und Müssen*. Sauerländer: Düsseldorf.
- Nardone, G. (1997): *Systemische Kurzzeitherapie bei Zwängen und Phobien*. Huber: Bern.
- Rothschild, B. (2002): *Der Körper erinnert sich*. Essen.