

# Hypno-systemische Grundorientierungen

## Problemerleben

**Bewusstes, Kopf, Verstand**  
Konstruktion „Wirklichkeit“ /  
Muster: benennen, erklären,  
bewerten, schlussfolgern, ...  
**willkürliche Prozesse**



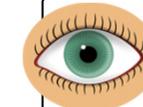
**IST**

Erleben  
im Moment



Ziele  
Wünsche

**Soll**



**Aufmerksamkeits-  
fokussierung**  
zwischen Problem  
und Lösung, Defizit  
und Kompetenz ...

**(adaptives) Unbewusstes,  
Bauch, Würmli**  
Internale Erlebniselemente  
Beziehung zu sich selbst,  
Emotion, Körper, Alter,  
Größe, Kraft, ...  
**unbewusste und  
unwillkürliche Prozesse**

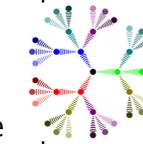


Wahrnehmung  
Aufmerksamkeit  
Aufbau Zielbild

Gestaltung  
Lösungsversuche



Scheitern  
Lösungsversuche



**Muster und interne  
Erlebniselemente**  
zur Problem-  
konstruktion und/oder  
Möglichkeits-  
konstruktion

„Problemtrance“



**Möglichkeitenraum**

Gesamtes  
Erlebnispotenzial

Unterbrechung  
vorherrschendes  
ungewünschtes,  
unwillkürliches  
Erleben



**Möglichkeitenraum**

Zugang zu Kompetenz-  
und Lösungserleben,  
Entwicklung  
imaginationsfähiger  
Ziele, Sinn, Kraft,  
Motivation



Transferhilfen ... zur  
Unterbrechung von  
Problemerleben, Aktivierung  
von Ressourcen und  
Kompetenzen, Aktivierung von  
Lösungsmustern, Utilisierung  
(nutzbar machen) von  
Problemerleben und  
Ehrenrunden