



Dr. med. Bettina **Claßen**
Dr. med. Sabine **Trenke**
Fachärztinnen für Anästhesiologie

Bei Interesse vereinbaren Sie bitte einen Erst-
vorstellungstermin per E-Mail oder telefonisch
im Sekretariat unter:

02 34. 95 08 86 -12

Ich freue mich darauf, Sie ein Stück auf Ihrem
Weg zu begleiten!

Ihre Dr. Bettina Claßen

**Gemeinschaftspraxis für
Spezielle Schmerztherapie
Palliativmedizin
Psychotherapie
Medizinische Begutachtung**

Gesundheitszentrum
Bergstraße 25 · 44791 Bochum
T: 02 34. 95 08 86-0
F: 02 34. 95 08 86-22
info@psychotherapie-classes.de
www.psychotherapie-classes.de

Terminvereinbarung unter
02 34. 95 08 86-12

www.psychotherapie-classes.de

HYPNO THERAPIE

Dr. med. Bettina **Claßen**
Fachärztin für Anästhesiologie
Spezielle Schmerztherapie
Palliativmedizin
Psychotherapie
Medizinische Begutachtung





WAS IST HYPNOTHERAPIE?

Liebe Patienten,

die Psychotherapie wird in unserer Praxis von Frau Dr. Bettina Claßen durchgeführt.

Hypnotherapie ist ein lösungsorientiertes Verfahren, bei dem Klient und Therapeut auf Augenhöhe an gemeinsam festgelegten Zielen arbeiten.

Die moderne Hypnotherapie wurde durch Milton H. Erickson entwickelt. Erickson entdeckte, dass das intuitive Wissen jedes Menschen eine Quelle von Ressourcen und Kreativität darstellt.

Der Hypnotherapeut hilft Ihnen, zeitweise in einen Trancezustand zu gelangen und diesen Zustand für die Veränderungsarbeit zu nutzen. Eine hypnotische Trance ist ein natürlicher Zustand. Jedes Kind, das schon einmal im Schulunterricht aus dem Fenster geschaut hat und die Gedanken treiben ließ, kennt diesen Zustand.

In der Therapie richten sie Ihre Aufmerksamkeit auf ein in der Zukunft liegendes erwünschtes Erleben. Die Wahrnehmung der Außenwelt kann in Trance reduziert sein, Sie sind während der Hypnose in der Regel wach und entscheidungsfähig.

Sie behalten während der gesamten Behandlung die Kontrolle über Ihre Entscheidungen und Ziele.

Durch die Trance öffnen sich Zugänge zum intuitiven Wissen, die Ihr bewusstes, kognitives Wissen sinnvoll ergänzen. Sie kann das Bewusstsein für persönliche Ressourcen stärken, so dass reale Fähigkeiten und Möglichkeiten wieder bewusster erlebt werden können.

Geschichten, Metaphern, Sprachbilder, Analogien und Wortspiele regen das Entstehen neuer Ideen und Lösungsmöglichkeiten für aktuelle Probleme an.

Ziel der Therapie ist es, Sie in die Lage zu versetzen, in künftigen Situationen möglichst viele Wahlmöglichkeiten zu haben, wie Sie reagieren möchten und Sie darin zu unterstützen, Ihre eigenen, wohl überlegten Entscheidungen zu treffen.

Es geht letztlich um das Erschließen von neuen Freiheitsgraden im Denken, Fühlen und Handeln, die es Ihnen ermöglichen sollen, Ihre Konflikte selbst in den Griff zu bekommen und für sich eine lebenswertere Zukunft zu gestalten.

Zeitlicher, finanzieller und organisatorischer Rahmen

In einer Probephase von zunächst 1–8 Einzelstunden klären wir,

- ob die Hypnotherapie ein für Sie geeignetes Therapieverfahren ist,
- ob wir miteinander arbeiten möchten,
- welche konkreten Ziele Sie mit Hilfe Ihrer Therapie verfolgen.

Anschließend stellen wir an Ihre gesetzliche Krankenkasse einen Antrag auf Kostenerstattung oder bei Ihrer privaten Krankenkasse einen Antrag auf Kostenübernahme für eine Psychotherapie.

Beantragt werden zunächst 12 Stunden (Kurzzeittherapie 1). In begründeten Fällen kann eine Verlängerung um weitere 12 Stunden (Kurzzeittherapie 2) oder eine Langzeittherapie beantragt werden.

Sie haben auch die Möglichkeit, Ihre Sitzungen privat zu bezahlen. Die Kosten für eine Sitzung betragen gemäß GOÄ 2,3-fachem Satz 81,87 €.

In der Regel finden die Sitzungen einmal pro Woche statt und dauern 45 Minuten.