

## Kontraindikationen

- bei geistig **behinderten Menschen**, da die Gehirnfunktionen beeinträchtigt sind und die Wirkung der Hypnose nur schwer absehbar ist).
- bei **schweren Herz- und Kreislauferkrankungen**, bei denen Tiefenentspannung kontraindiziert ist, wie bspw. Herzinsuffizienz.
- bei **Psychosen**, zum Beispiel Schizophrenie, bipolare Störungen, endogene Depressionen, Borderline-Störungen oder anderen schweren psychischen Erkrankungen, insbesondere wenn Wahn oder dissoziative Symptome vorliegen.
- bei starken **Depressionen** allgemein. (Manche Hypnose-Techniken können Depressionen sogar verstärken.)
- wenn der Klient **Psychopharmaka** einnimmt - da diese die Wirkung der Hypnose teilweise massiv beeinträchtigen können. (Antidepressiva können in manchen Fällen sogar ganz verhindern, dass überhaupt eine Trance eintritt.)
- bei **Alkohol- oder Drogenabhängigen**, da bei diesen die Gehirnfunktion durch den Alkohol bzw. die Drogen beeinflusst ist und die Wirkung der Hypnose dadurch stark eingeschränkt wird oder unangenehme Nebenwirkungen entstehen können. Hier sollte Hypnose nur nach einem erfolgreichen Entzug in der Nachbetreuung zur Unterstützung der Abstinenz eingesetzt werden.
- bei **Persönlichkeitsstörungen**. Die Hypnose gilt hier als wenig bis gar nicht erfolgversprechend.
- bei Menschen, die gerade vor Kurzem (in den letzten Wochen) einen **Herzinfarkt oder einen Schlaganfall** hatten. Hier besteht die Gefahr, dass durch Gefäßerweiterung ein weiterer Anfall ausgelöst werden könnte.
- bei Menschen mit **Suchterkrankungen wie Alkohol-, Medikamenten- oder Schmerzmittelabhängigkeit** (nur in der Nachbehandlung nach einem erfolgreichen Entzug). Raucher sind hier selbstverständlich ausgenommen.
- bei **Thrombose-Patienten**. Es besteht die Gefahr, dass der Thrombus in Bewegung kommt und eine Embolie auslöst.
- bei **Epilepsie**. Es besteht die Gefahr, dass ein Anfall ausgelöst wird. Bestimmte Arten der Hypnose können unter Umständen sehr nützlich in der Behandlung von Epilepsie sein – auf dem Level der Grundausbildung sollten Sie Epilepsie aber noch als absolute Kontraindikation betrachten.
- bei **schwerwiegenden Erkrankungen des zentralen Nervensystems** wie bspw. fortgeschrittener Morbus Parkinson. Hier besteht das Risiko, dass die Hypnose evtl. Ausfallerscheinungen verstärkt.
- bei Kindern und Jugendlichen, wenn **keine Einwilligung der gesetzlichen Vertreter** vorliegt. Beide Elternteile müssen mit der Behandlung einverstanden sein, wenn ein gemeinsames Sorgerecht vorliegt.

## Als erschwerend für die Hypnose können sich auswirken:

- **Migräne**: Durch Filterprobleme im Gehirn ist der Klient phasenweise oder dauerhaft übersensibel zum Beispiel

gegenüber Störgeräuschen. Außerdem kann das Gehirn Probleme haben, den „alarmierten Wachzustand zu verlassen“. Das Gehirn ist dadurch häufig nicht in der Lage, einen Hypnose-Zustand zu erzeugen und aufrechtzuerhalten.

- **ADS/ADHS** Bei dieser Störung hat das Gehirn Probleme, bestimmte Frequenzen zu erzeugen. Dadurch kann es vorkommen, dass das Gehirn den Hypnose-Zustand gar nicht erreichen kann).
- **Hormonelle Störungen** wie Schilddrüsenerkrankungen und die damit verbundene Medikation, Wechseljahrs-Hormonschwankungen u. ä.