

1. Einleitung
2. Copyright und Kopien für Freunde
3. Was ist Trance
4. Trancephänomene
5. Was ist das Unbewusste
6. Permissiver Sprachstil
7. Pacing
8. Bodyscan
9. Hand-Arm-Körper-Entspannung
10. 3-2-1 Selbsthypnose und Wohlfühlort
11. Arbeit mit dem Krafttier
12. Symptomobjektivierung
13. Das Buch des Lebens
14. Ressourcenfokus
15. 3D-Hypnose
16. Bild der Heilung
17. Prüfungsvorbereitung
18. Der innere Heiler
19. Die alte, weise Frau auf dem Berg
20. Positivbild - Negativbild
21. Stellvertreter Tier
22. Zeitprogression mit der Kristallkugel
23. Leben ist Veränderung
24. Handlevitation
25. Ideomotorisches Loslassen
26. Double Bind - Fail Safe
27. Ideomotorisches Handabwägen
28. Die zwei Stühle
29. Imaginative Körperreise
30. Galerie des Lebens