

Peter Riese

**DIE UNVORSTELLBARE  
MACHT DER TRANCE**

Mit der Psyche Krankheiten  
verhindern, erzeugen oder beenden

**Wissenschaftliches Sachbuch**

© 2022 Peter Riese

Umschlaggestaltung: Peter Riese

Coverdesign: Peter Riese

Verlag: Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien

[www.buchschmiede.at](http://www.buchschmiede.at)

ISBN:

978-3-99129-594-5 (Hardcover)

978-3-99129-596-9 (Paperback)



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

**Für Samira, Jolene und Marcel**

„Gesundheit fordern die Menschen in ihren Gebeten von den Göttern. Sie wissen aber nicht, dass sie selbst Macht darüber haben. Indem sie ihr durch ihre Unmäßigkeit entgegenarbeiten, werden sie selbst, infolge ihrer Gelüste, zu Verrätern an ihrer Gesundheit“ (Demokrit, 460 - 370 v. Chr., griechischer Naturphilosoph).



# Inhaltsverzeichnis

<i>Inhaltsverzeichnis</i> -----	6
Abbildungsverzeichnis -----	18
Zeichenerklärung -----	18
Abkürzungsverzeichnis-----	19
Warnhinweise -----	20
Der Autor-----	22
<i>1 Einleitung Peter Riese</i> -----	23
<i>2 Vorwort Dr. med. univ. G. Schifko</i> -----	26
<i>3 Vorwort Mag. Dr. W. Neuwirth</i> -----	28
<i>4 Mediziner im Okzident</i> -----	30
TEIL 1 – Die Macht der Psyche -----	34
<i>5 Die Diebe der Zeit</i> -----	34
<i>6 Die Länge des Lebens</i> -----	36
<i>7 Das Labyrinth der Heilkraft</i> -----	37
<i>8 Resilienz nach dem Tod</i> -----	38
<i>9 Eigenverantwortung</i> -----	40
<i>10 Beweisführung bitte, Beweisführung</i> -----	44
<i>11 Hypothesen über Gott und wie die Psyche entstand</i> -----	47
11.1 Die uralte Frage nach der Allmacht Gottes -----	47
11.2 Der Mensch, Gottes Dilemma -----	50
11.3 Die Krönung der Schöpfung -----	54
11.4 Psyche, die göttliche Gabe-----	55

11.5	Freier Wille und der Geniestreich Erziehung -----	55
<b>12</b>	<b><i>Kampf und Flucht, die Krankheitsursachen-----</i></b>	<b>60</b>
12.1	Biologischer Ablauf von Stress -----	61
<b>13</b>	<b><i>Wie wir Krankheiten aktivieren-----</i></b>	<b>65</b>
13.1	Am Anfang war das Ei -----	65
13.2	Erziehung will gelernt sein-----	66
13.3	Gesellschaftsfähige Vernachlässigung -----	69
13.4	Schläge haben noch niemanden geschadet-----	76
13.5	Flucht oder Kampf-----	77
13.6	Empörungsverbot -----	78
13.7	Bibeltreue im Namen des Herrn -----	80
13.8	Rechtfertigung der BestraferInnen-----	84
13.9	Begeisterungskiller Schule-----	85
13.10	Ausbildung-----	86
13.11	Beruf -----	86
13.12	Altersrente, die neue Armut-----	87
<b>14</b>	<b><i>Die gestohlenen Jahre-----</i></b>	<b>89</b>
<b>15</b>	<b><i>Genom sei Dank-----</i></b>	<b>90</b>
<b>16</b>	<b><i>Der Geist komme-----</i></b>	<b>93</b>
<b>17</b>	<b><i>Genforschung-----</i></b>	<b>96</b>
17.1	Epigenetik, die seltsamen Schalter-----	97
<b>18</b>	<b><i>Die Zirbeldrüse und das Methusalemhormon-----</i></b>	<b>98</b>
<b>19</b>	<b><i>Neuronale Plastizität des Gehirns-----</i></b>	<b>101</b>

<b>20</b>	<b><i>Die unvorstellbare Physik</i></b>	<b>105</b>
<b>21</b>	<b><i>Nocebo-Placebo</i></b>	<b>110</b>
21.1	Geschichte eines Suizidversuchs	112
21.2	Wirksamkeit des Voodoo	113
21.3	Ich will gefallen – Ich will schaden	113
21.4	Worte, die töten	114
21.5	Eigene Realität	115
<b>22</b>	<b><i>Dante und die göttliche Komödie</i></b>	<b>116</b>
<b>23</b>	<b><i>Mein Leben im Tod</i></b>	<b>117</b>
<b>24</b>	<b><i>Vom Tod zum Leben</i></b>	<b>120</b>
<b>25</b>	<b><i>Pathogenese / Salutogenese</i></b>	<b>124</b>
25.1	Guter Nährboden durch Ernährung	125
25.2	Guter Nährboden durch Bewegung	126
25.3	Guter Nährboden durch Coaching	127
<b>26</b>	<b><i>Selbstheilungsprozess</i></b>	<b>128</b>
26.1	Der Weg zu den ÄrztInnen	128
26.2	Der Wille zur Heilung	128
26.2.1	Warnhinweis	130
26.3	Die Kraft der Vorstellung	130
26.4	Den Nährboden bereinigen	130
26.5	Bewegung	131
26.6	Mentaltraining statt Sport	132
26.7	Mentaltraining – Träumen	133
26.8	Bekannte Ursachen betrachten	135



26.9	Betrachtung unbekannter Ursachen -----	136
26.10	Die Angst ablegen -----	137
26.11	Negative Bilder ignorieren -----	139
26.11.1	Warnhinweis -----	140
26.12	Positive Bilder zulassen -----	140
26.13	Sekundären Krankheitsgewinn ablegen -----	142
26.14	Fremde Realitäten ablehnen -----	142
26.15	Sandmandala -----	143
26.16	Die Sicht der Betrachtung -----	145
26.17	Guten Tag, Tag -----	146
26.18	Der Sekundäre Verzeihungsgewinn -----	147
26.19	Der Primäre Verzeihungsgewinn -----	148
26.20	Ich liebe mich -----	149
26.21	Existieren im Jetzt -----	151
26.22	Autotrance -----	153
26.23	Absolute Gesundheit erzeugen -----	153
<b>27</b>	<b><i>Workshop Trance</i></b> -----	<b>156</b>
27.1	Warnhinweis -----	156
27.2	Fallen Sie in eine tiefe Trance -----	156
<b>28</b>	<b><i>KlientInnen meiner Praxis</i></b> -----	<b>159</b>
28.1	Christine -----	159
28.2	Sabine -----	165
28.3	Julia -----	172
28.4	Wolfgang -----	175

28.5	Maria -----	179
<b>29</b>	<b><i>Mit einem Lächeln in die Ewigkeit</i></b> -----	<b>182</b>
<b>30</b>	<b><i>Nachwort zum Teil I von</i></b> -----	<b>184</b>
	<b><i>Mag. Haris Harald G. Janisch</i></b> -----	<b>184</b>
	<b>TEIL 2</b> -----	<b>187</b>
	<b>Wissenschaftliche Forschungsarbeit</b> -----	<b>187</b>
	<b>HYPNOBERATUNG</b> -----	<b>187</b>
	<b>Theoretischer Teil I</b> -----	<b>188</b>
<b>31</b>	<b><i>Inhalt der Masterarbeit</i></b> -----	<b>188</b>
<b>32</b>	<b><i>Abstract (engl. Kurzfassung)</i></b> -----	<b>189</b>
<b>33</b>	<b><i>Einleitung</i></b> -----	<b>190</b>
<b>34</b>	<b><i>Das Gehirn</i></b> -----	<b>191</b>
34.1	<b>Daten und Zahlen des Gehirns</b> -----	<b>191</b>
34.2	<b>Gehirn des Menschen / anderer Lebewesen</b> -----	<b>193</b>
34.3	<b>Umgang mit der Realität</b> -----	<b>193</b>
34.3.1.1	Kontext Gehirnfunktionen zur psychosoz. Beratung-----	193
<b>35</b>	<b><i>Das Dilemma der Wahrnehmung</i></b> -----	<b>195</b>
<b>35.1</b>	<b>Die Wahrnehmung aus der Sicht der alten Philosophen</b> --	<b>196</b>
35.1.1	Platon -----	196
35.1.2	Descartes-----	197
35.1.2.1	Kontext des Rationalismus zur psychosozialen Beratung--	197
35.1.3	Aristoteles-----	198
35.1.4	Locke -----	198
35.1.5	Berkeley -----	199
35.1.6	Hume -----	199
35.1.6.1	Kontext des Empirismus zur psychosozialen Beratung-----	199
35.1.7	Kant-----	200

<b>35.2</b>	<b>Die Wahrnehmung aus der Sicht der Philosophen des 20. Jahrhunderts</b>	<b>201</b>
35.2.1	Konstruktivismus	201
35.2.2	Radikaler Konstruktivismus	202
35.2.2.1	Kontext des Konstruktivismus zur psychosoz. Beratung	203
<b>35.3</b>	<b>Wahrnehmung von Krankheiten und Krisen</b>	<b>203</b>
35.3.1.1	Kontext Krankheitssymptome zur psychosoz. Beratung	204
<b>36</b>	<b><i>Das Bewusstsein</i></b>	<b>205</b>
<b>36.1</b>	<b>Bewusstseinsstadien</b>	<b>207</b>
<b>36.2</b>	<b>Normalzustand des Bewusstseins</b>	<b>207</b>
<b>36.3</b>	<b>Unterbewusstsein</b>	<b>208</b>
36.3.1.1	Kontext Bewusstsein zur psychosozialen Beratung	208
<b>37</b>	<b><i>Trance</i></b>	<b>210</b>
37.1	Phänomene in der Trance:	211
<b>38</b>	<b><i>Schlaf</i></b>	<b>212</b>
<b>39</b>	<b><i>Induktionen</i></b>	<b>213</b>
<b>40</b>	<b><i>Werkzeuge u. Methoden für die Trancearbeit</i></b>	<b>214</b>
40.1	Suggestionen / Angebote / Vorschläge	214
40.2	Trancereisen	214
<b>41</b>	<b><i>Trancetypen/-techniken</i></b>	<b>215</b>
<b>41.1</b>	<b>Selbsthypnose</b>	<b>215</b>
41.1.1	Negativ wirksame Autosuggestionen	215
41.1.2	Positiv wirksame Autosuggestionen	215
41.1.3	Anwendungsgebiete	216
41.1.3.1	Erfolge und Erfolgsaussichten mit der Selbsthypnose	216
<b>41.2</b>	<b>Hypnose / Fremdhypnose</b>	<b>216</b>
41.2.1	Anwendungsgebiete	217
41.2.1.1	Erfolge und Erfolgsaussichten	218

<b>41.3</b>	<b>Geschichte der Hypnose</b>	<b>218</b>
41.3.1	Bekannte Vertreter der Hypnose	219
41.3.1.1	Johann Joseph Gaßner (1727-1779)	219
41.3.1.2	Franz Anton Mesmer (1734-1815)	219
41.3.1.3	John Elliotson (1791-1868) / James Esdaile (1808-1859)	220
41.3.1.4	James Braid (1795-1860)	220
41.3.1.5	Hippolyte Bernheim (1837-1919) / Ambroise-Auguste Liébeault (1823-1904)	221
41.3.1.6	Emile Coué (1857 -1926)	221
41.3.1.7	Dave Elman (1900 – 1967)	221
41.3.1.8	Milton H. Erickson (1901-1980)	222
<b>41.4</b>	<b>Rechtliche Betrachtung der Hypnose 2021</b>	<b>222</b>
41.4.1	Haftungsausschluss I	222
41.4.2	Österreich Hypnoseübersicht / Hypnoseverbot	222
41.4.2.1	Psychotherapiegesetz	222
41.4.2.2	Schlussfolgerung des Bundesministeriums für Soziales:	223
41.4.2.3	Österreich Eingrenzung des Hypnoseverbots	224
41.4.2.4	Österreich Hypnose Veranstaltungsverbot	226
41.4.3	Deutschland Hypnoseübersicht	227
41.4.4	Schweiz	227
<b>41.5</b>	<b>Autogenes Training</b>	<b>228</b>
41.5.1	Rechtliche Betrachtung	228
41.5.2	Haftungsausschluss II	228
41.5.2.1	Österreich	229
41.5.2.2	Deutschland	230
41.5.2.3	Schweiz	230
<b>42</b>	<b>Konflikte und Krankheiten im</b>	<b>231</b>
	<b>Körper-Geist-Kontext</b>	<b>231</b>
<b>42.1</b>	<b>Dissoziative Identitätsstörung</b>	<b>233</b>
42.1.1	Phänomene bei der DIS	234
42.1.1.1	Kontext der DIS zur psychosozialen Beratung	234
<b>42.2</b>	<b>Psychogene Phänomene</b>	<b>235</b>
42.2.1	Psychogene Symptome	235
42.2.2	Psychogener Tod	237

42.2.3	Psychogene Heilung-----	238
42.2.3.1	Kontext psychogene Phänomene zur psychosoz. Beratung-----	239
<b>42.3</b>	<b>Psychosomatik -----</b>	<b>239</b>
42.3.1	Persönlichkeitstypen -----	239
42.3.1.1	Kontext der Psychosomatik zur psychosozialen Beratung-----	240
<b>42.4</b>	<b>Psychoneuroimmunologie-----</b>	<b>240</b>
42.4.1	Kampf-oder-Flucht-Reaktion -----	241
42.4.2	Auswirkung der Kampf- oder Flucht-Reaktion im Alltag-----	241
42.4.3	Aussicht der Psychoneuroimmunologie -----	242
42.4.3.1	Kontext der PNI zur psychosoz. Beratung -----	242
<b>42.5</b>	<b>Bio-psycho-soziales Modell-----</b>	<b>243</b>
42.5.1	Anerkennung des Bio-psycho-sozialen Modells-----	244
42.5.1.1	Kontext des BPS-Modells zur psychosoz. Beratung -----	245
<b>42.6</b>	<b>Psychologische &amp; psychosoziale Beratung-----</b>	<b>245</b>
42.6.1	„Tätigkeitskatalog für das Gewerbe Lebens- und Sozialberatung-----	246
42.6.2	„Methodenkatalog für Lebens- und Sozialberatung-----	246
42.6.2.1	I Philosophischer Dialog-----	246
42.6.3	Grenzen der psychosozialen Beratung-----	249
	<b>Theoretischer Teil II -----</b>	<b>251</b>
<b>43</b>	<b><i>Hypnoberatung Ursprung-----</i></b>	<b>251</b>
<b>44</b>	<b><i>Einleitung Emile Coué-----</i></b>	<b>252</b>
44.1	Coués Werdegang-----	252
44.2	Coués Erkenntnisse-----	253
44.2.1	Coués Gesetze-----	255
44.2.2	Kritik an Coué-----	256
44.2.2.1	Kontext Emile Coué zur psychosozialen Beratung-----	257
<b>45</b>	<b><i>Hypnoberatung-----</i></b>	<b>260</b>
45.1	Anwendungsgebiete der Hypnoberatung-----	265
45.2	Die sechs Brücken der Hypnoberatung -----	266
45.2.1	Einleitung und Spiegelung (Brücke 1) -----	266

45.2.1.1	Hintergrund der ersten Brücke-----	268
45.2.2	Persönlichkeitstypen (Brücke 2)-----	270
45.2.2.1	Hintergrund der zweiten Brücke-----	271
45.2.3	Wahrnehmung (Brücke 3)-----	275
45.2.4	Zugang zu fremden Realitäten (Brücke 4)-----	276
45.2.5	Zusammenwachsen der Realitäten (Brücke 5)-----	277
45.2.6	Identische Wahrnehmung (Brücke 6)-----	277
45.2.7	Hypnoberatung mit den Methoden der psychosozialen Beratung	278
45.2.7.1	Philosophischer Dialog (Hypnoberatung)-----	278
45.2.7.2	Tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung (Hypnoberatung)-----	278
45.2.7.3	Humanistisch-existentielle Orientierung (Hypnober.)-----	279
45.2.7.4	Systemisch-soziodynamische Orientierung (Hypnober.)----	279
45.2.7.5	Verhaltensmodifizierte Orientierung (Hypnoberatung)----	280
<b>45.3</b>	<b>Einsatzbeispiele der Hypnoberatung -----</b>	<b>280</b>
45.3.1	Praxisbeispiele-----	281
45.3.1.1	Erinnerung an eine frühere Beziehung-----	281
45.3.1.2	Unfähig, „Nein“ zu sagen-----	288
45.3.1.3	Schutz des Kindes-----	289
45.3.1.4	Schleimbeutelentzündung-----	291
<b>45.4</b>	<b>Hypnoberatung vs. Hypnose, Hypnotherapie, -----</b>	<b>293</b>
<b>Hypnosetherapie, NLP -----</b>		<b>293</b>
45.4.1	Umgang mit der Tranceeinleitung in der Hypnoberatung-----	293
45.4.2	Umgang mit Suggestion und Autosuggestion-----	293
45.4.3	Umgang mit dem Spiegeln-----	294
45.4.4	Umgang mit interdisziplinären Methoden-----	295
<b>45.5</b>	<b>Rechtliche Betrachtung -----</b>	<b>295</b>
45.5.1	Haftungsausschluss III-----	295
45.5.2	Österreich-----	296
45.5.3	Deutschland-----	296
45.5.4	Schweiz-----	296
<b>Empirischer Teil -----</b>		<b>298</b>
<b>46</b>	<b><i>Beschreibung und Vorgaben-----</i></b>	<b>299</b>

46.1	Forschungsdesign -----	299
46.2	Idee-----	299
46.3	Forschungsfragen -----	300
<b>47</b>	<b><i>Verfahrensmöglichkeiten für die Analyse von erhobenen Daten</i></b> -----	<b>301</b>
47.1	Quantitative Sozialforschung -----	301
47.1.1	Quantitative Methode-----	301
47.2	Qualitative Sozialforschung -----	302
47.2.1	Qualitative Methode-----	302
47.3	Das qualitative Interview-----	303
47.4	Das halbstandardisierte, leitfadengestützte Interview ----	303
47.5	Erstellung des Interview-Leitfadens -----	304
47.5.1	Eigene Vorgaben an den Interviewleitfaden -----	304
47.6	Stichprobe -----	305
47.7	Pretest-Phase -----	306
<b>48</b>	<b><i>Datenerhebung – Die Interviews</i></b> -----	<b>307</b>
48.1	Transkription-----	307
48.2	Transkriptionsregeln-----	307
<b>49</b>	<b><i>Qualitative Inhaltsanalyse Mittels QDA-Software</i></b> -----	<b>309</b>
49.1	Kategorienbildung nach deduktiver, induktiver und biduktiver Methode-----	309
<b>50</b>	<b><i>Verwendete Methoden</i></b> -----	<b>311</b>
<b>51</b>	<b><i>Auswertung der erhobenen Daten</i></b> -----	<b>313</b>
51.1	Codestruktur-----	313
51.2	Interviewzeiten-----	315

<b>51.3</b>	<b>A - Eckdaten der Befragten</b>	<b>315</b>
51.3.1	Befinden der Befragten vor und nach den Sitzungen	318
<b>51.4</b>	<b>B - Beurteilung der Hypno- und psychosozialen Beratung</b>	<b>318</b>
51.4.1	b1 Wirkungsgrad der psychosozialen Beratung	318
51.4.2	b2 Wirkungsgrad der Hypnoberatung	319
51.4.3	b3 Problembewältigung i. d. Kindheit mit psychosoz. Beratung	320
51.4.4	b4 Problembewältigung mit Hypnoberatung	320
51.4.5	b5 Selbstbetrachtung in der psychosozialen Beratung	321
51.4.6	b6 Selbstbetrachtung in der Hypnoberatung	321
51.4.7	b7 Wirkungsveränderung auf das weite soziale Umfeld	322
51.4.8	b8 Wirkungsveränderung auf das nahe soziale Umfeld	322
<b>51.5</b>	<b>C - Erkenntnisse der Wahrnehmung</b>	<b>323</b>
51.5.1	c1 Wissen um die allgemein differenzierte Wahrnehmung	323
51.5.2	c2 Atmungs- und Entspannungsübungen ohne Trance	323
51.5.3	c3 Atmungs- und Entspannungsübungen in der Hypnoberatung	324
51.5.4	c4 Wurde schnell geholfen? Wenn ja, was war der Grund?	324
51.5.5	c5_Selbsteilungskompetenz u. Resilienz durch Hypnoberatung	325
<b>51.6</b>	<b>D - Bewertung der Hypno- und psychosozialen Beratung</b>	<b>326</b>
51.6.1	d1 Bewertung der psychosozialen Beratung	326
51.6.2	d2 Psychosoziale Beratung in schlagenden Sätzen	326
51.6.3	d3 Bewertung der Hypnoberatung von 1 bis 6	327
51.6.4	d4 Hypnoberatung in schlagenden Sätzen	327
<b>51.7</b>	<b>E - Zusammenspiel interdisziplinärer Methoden</b>	<b>328</b>
<b>52</b>	<b>Fazit</b>	<b>331</b>
	<u>Literaturverzeichnis</u>	<b>335</b>
	<b>Personenverzeichnis</b>	<b>349</b>
	<b>Index</b>	<b>351</b>
	<b>Danksagung</b>	<b>358</b>
	<b>Kontakt zum Autor</b>	<b>360</b>
	<b>Vorankündigung</b>	<b>361</b>



<b>vom Autor erschienen</b>	<b>362</b>
<b>Dialog mit dem Tod</b>	<b>363</b>

# ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abbildung 1 - Mag. H. H. G. Janisch und P. Riese .....	261
Abbildung 2 - Tabelle Interviewzeiten.....	315
Abbildung 3 - Tabelle Eckdaten der Befragten.....	317
Abbildung 4 - Tabelle Bewertung psychosoziale Beratung.....	326
Abbildung 5 - Tabelle Bewertung Hypnoberatung .....	327
Abbildung 6 - Speichern Sie meine Kontaktdaten.....	360
Abbildung 7 - Vorankündigung Thriller v. Autor .....	361
Abbildung 8 - Vom Autor erschienen (Bestseller) .....	362
Abbildung 9 - Vom Autor erschienen.....	363

# ZEICHENERKLÄRUNG

<	Kleiner als
>	Größer als
∅	Durchschnitt
(...)	Ausgelassen, vor oder nach dem Satz
( <i>kursiv</i> ):	Anmerkung des Befragers
„ <i>Kursiv</i> “:	Zitate der Befragten

# ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS

APA	American Psychological Association / Division 30,
BMG	Bundesministerium für Gesundheit
BGBI	Bundesgesetzblatt
DGVT-BV	Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie - Berufsverband Psychosoziale Berufe
DIS	dissoziative Identitätsstörung
EEG	Elektroenzephalografien
Engl.	Englisch
etc.	et cetera
Hypnober.	Hypnoberatung
idgF	in der geltenden Fassung
LAD	engl. left anterior descending coronary artery Lat. (RIVA) Ramus interventricularis anterior
lat.	Lateinisch
LSB	Lebens- und Sozialberatung
MPS	Multiple Persönlichkeitsstörung
Min.	Minuten
NLP	Neurolinguistisches Programmieren
Psychosoz.	Psychosoziale/n/r
RIS	Rechtsinformationssystem des Bundes
REM-Phase	Rapid eye movement-Phase
(unv.)	unverständlich
u. v. a. m.	und viele/s andere mehr
v.	vor
UVS	Unabhängiger Verwaltungssenat Steiermark
Vgl.	Vergleiche
Vs.	Versus
VwGG	Verwaltungsgerichtshofgesetz
VwGVG	Verwaltungsgerichtsverfahrensgesetz
WKO	Wirtschaftskammer Österreich
WKW	Wirtschaftskammer Wien

# WARNHINWEISE

Der Autor, Peter Riese, MSc, übt keinen Heilberuf aus und strebt keinen solchen an. Er ist weder Arzt, Psychologe oder Psychotherapeut.

Peter Riese ist Dipl. psychologischer Berater und Wissenschaftler und hat das nachfolgende Informationsangebot sorgfältig geprüft. Der Inhalt dieses Buchs dient der Hilfe zur Selbsthilfe bei Wohlbefindlichkeitsstörungen. Krankheitsbehandlungen im medizinischen oder psychischen Sinne werden nicht vorgeschlagen.

Die psychosoziale Beratung berät und begleitet Menschen in Problem- und Konfliktsituationen. Sie wirkt unterstützend auf die Bereiche der Gesunderhaltung, der Salutogenese, und in Zeiten der Resilienz.

- Der Autor gibt keine Bewertungen oder Empfehlungen bezüglich einzelner ÄrztInnen, PsychologInnen oder PsychotherapeutInnen ab.  
Er stellt keine Diagnosen und gibt keine individuellen Therapieempfehlungen.  
Der Inhalt dieses Buchs und die Anwendung von vorgeschlagenen Methoden und Techniken sind kein Ersatz für Besuche bei ÄrztInnen, PsychologInnen oder PsychotherapeutInnen. Der Inhalt bietet den LeserInnen ein zusätzliches Informationsangebot.
- Leiten Sie eine in diesem Buch vorgeschlagene Selbsttrance, oder eine, aus einer anderen Quelle, grundsätzlich nur zu Hause oder in einer anderen ungestörten Umgebung ein und nicht, wenn Sie am Straßenverkehr teilnehmen oder an Maschinen arbeiten.  
Sie gefährden sonst sich selbst und andere.
- Der Autor ist kein Jurist. Er gibt somit keine rechtlichen Ratschläge und empfiehlt keine speziellen Rechtsbeistände. Die in diesem Buch aufgeführten Urteile und Schlussfolgerungen dienen der ersten Übersicht.