

Convincer: **Arm-Katalepsie**

"Ich werde dich bald dazu auffordern, deinen rechten (linken) Arm anzuheben, vor dir auszustrecken und deine Hand zu einer Faust machen.

In dieser Position werden wir Handgelenk, Ellbogen und Schulter einrasten.
(Berühre die betroffenen Teile des Körpers)

Sobald du deinen Arm ausstreckst werde ich von 1 bis 5 zählen. Du wirst feststellen, dass dein Arm fester und fester wird, so fest wie eine Eisenstange oder Stahlträger.

Bei 5 wirst du versuchen, deinen Arm zu senken oder zu beugen, aber es wird dir nicht gelingen. Je mehr du dich bemühst und versuchst, umso weniger wird es funktionieren.

Strecke ihn jetzt aus!

Eins – Spüre wie dein Arm immer starrer und fester wird. Er bleibt einfach so ausgestreckt.

Zwei – Dein Handgelenk, Ellbogen und Schulter rasten einfach ein. Wie aus einem Stück.

Drei – Du kannst den Arm nicht mehr senken, es funktioniert einfach nicht mehr, unmöglich.

Vier – ganz fest, stark, wie ein Eisenstab.

Fünf – Versuche, den Arm zu beugen oder zu senken, es kann dir nicht gelingen. Je mehr du es versuchst, desto weniger wird es dir gelingen... Gut so. Hör auf zu Testen.

Sobald ich in meine Finger schnippe, geht es wieder ganz leicht und dein Arm kann sich ganz einfach wieder senken lassen.

(Unterstütze den Probanden, indem du den Arm leicht hältst)

Sobald dein Arm nach unten geht, entspannst du dich noch mehr, und je weiter er nach unten geht, umso entspannter wirst du.

Sobald er auf deinem

Bein landet, lässt du dich einfach weiter gehen".