

MEG-Jahrestagung 2011

**Was braucht es für die Kunst der Hypnotherapie –
über Handwerk und Wissenschaft hinaus?**

Anne M. Lang



AML Institut Systeme Bonn DGSG
Milton Erickson Institut Bonn MEG

M.Erickson
INSTITUT
BONN

www.institut-systeme.de
Anne.M.Lang@online.de

Wie jedes Jahr will ich einen reflexiv ausgerichteten Jahrestagungsbeitrag mit Demo anbieten. Er will das Jahrestagungsthema **Handwerk- Wissenschaft – Kunst** ausloten:

1. Die Nachfrage nach Hypno-Tools und Interventionen greift zu kurz. Vordergründig angewandt implizieren sie schnelle Wahrheiten mit der Gefahr von iatrogenen Effekten. Das wird an Beispielen aus Supervision und Weiterbildung gezeigt.

Wer setzt es in welchem Kontext ein? Worin besteht aber das Handwerk, das man lernen muss und das auf dem Handwerk des Kontextes aufbaut?

2. Die Wissenschaft reduziert Praxis und Wirklichkeit mit evidenzbasierten Anforderungskriterien diskussionswürdig.

Wer oder was bestimmt, was erforscht wird? Worin können wir Wissenschaft anfordern?

3. Was aber gehört zur Kunst der Veränderungsarbeit wie sie z.B. M. Erickson in seinen einmaligen Fallbeispielen aufzeigt?

Wer sagt, dass es Kunst ist? Wie erzeugen wir Kunst d.h. Ressourcen und andere mentale Wirklichkeiten im Feedback mit dem Klienten/Patienten utilisierend?

Beispiele und Demonstration.

Universitäre Wissenschaft

u. Forschung

Studien- 200 Studien

(D. Revensdorf- Tübingen)

Standard evidenz basiert

Beiräte – Gremien- Gelder

Wer bestimmt was/wie erforscht wird in Wissenschaft ?

Was wird beforscht:

Hypnose-Phänomene

Lernen, Gedächtnis, Erkenntnis

Unterschiede zu anderen Zuständen - Hirnforschung-Veränderungen in Hypnose

Einsatz bei Symptomen

Einsatz als Anästhesie (**Lüttich**)

Neuropsychologie: Uni Freiburg

Neurobiologisch erfassbare Korrelate der Hirnfunktion
Mittels bildgebender Verfahren
neurobiol. Mechanismen der veränderten Bewusstseinszust.

Hypnose u. Meditation: Hirnveränderungen bei H. und M.
- Leistungssteigerungen durch H. und M.

- Kortikale Umstrukturierung bei Phobien nach hypnoth. Intervention

Handwerk

Grundhandwerk von
Beratung – Medizin – Psychoth.
Einsatz in der Praxis

Wer setzt es ein? Wozu?

Therapie in Trance

Trance zur Situat.-Bewältigung

Trance zur Optimierung von **Gesundheit** z.B. automat. V.

Trance zur Leistungssteigerung und Person

Handwerkszeug der Hypnose:

Kommunikation

Sprache- Milton- und Metasprache

Wahrnehmungen und Nutzen von Sinneswahrnehmungen

Körpersprache und nonverbale Botschaften Bühnen

Pacen- Leaden- Seeden

Trancephän. erkennen, erzeugen

Trance-Induktionen

Trance-Interventionen

Kunst

Erfahrung – Prozess

Zeit- Kultur- Menschsein

Kompaktes- Analoges-
Mehrebiges

Wer sagt, dass es Kunst ist?

Erickson der „Picasso der Therapie“

Renaissance der Psychotherapie

Fallbeispiel: depressive Frau

Wunderfrage

Gesamtkunstwerk

Kunst ist:

Elementar, experimentell

Intervention im Feedback

Nicht vorhergestimmt oder standardmäßig

Intuition- Sensibilität- Bühne

Kreativität

Empfangskanäle Bilder, Tanz, Klänge

Mit jedem Klienten variieren

Eigenen Prozess schaffen (Erickson)

Interventionen (welche)

und Hypnosdesign (welches) aus dem Feedback des Klienten

Wissenschaft

Im Internet schmücken sich viele nicht akademische Institute mit dem Stichwort „Forschung zur Hypnose“
Historische Situationen beeinflussen die Wissenschaft. Z.B. Das PT- Gesetz ließ Verfahren wegfallen, die Psychotherapie wurde in das naturwissenschaftlich ausgerichtete medizinische System integriert.

Länderspezifische Unterschiede in Deutschland/Österreich/ Amerika usw.

Kritik an der Evidenzbasierung, W. Scott Richardson

Grund-Handwerk

Psychotherapieausbildung

Beratungsausbildung

Facharzt-Ausbildung

Hypnose- Handwerk

- Arbeit mit den Möglichkeiten des Trancezustand.
- Psychisch-Mental: Arbeit mit Aufmerksamkeitszuständen.
- Physiologischer Hirnzustand: Verbesserung von Dissoziation, Assoziation, Vorstellungskraft
- Körperarbeit

1.Tranceinduktionen bei unterschiedlichen Menschen, in unterschiedlichen Situationen/Kontexten
Arbeit in der Alltagskommunikation

2.Hypnokommunikation in der Sprache: Sprache als Filter, Ausrichtung der Inhalte u. gesamten Kommunikation

Kunst und ihre Künstler d.h. Therapeutin und Klientin/Patientin

Gestaltende Zusammenarbeit von Th. und Kl. mit verschiedenen Aufgaben:

Th: Transparenz- Feedback- Rückkoppelung- Rahmensetzung- Utilisieren usw.

Kl: Inhalte gestalten- Angebote nutzen- Prozesse eingehen usw.

Therapeutin:

- Gewandtheit, Leichtigkeit, Gelassenheit der Erfahrung, individuelle Angebote erfinden
- Durchaus nicht mit dem Mainstream und dem was Markt ist- nur dem Klienten verpflichtet; dennoch kultur- und zeitabhängig
- Einordnen, Kommentieren, Metareflection des Vorgehens
- Normalisieren und aus der Normalität lernen, Erzählungen, die das Leben schreibt. Was müsste sein, dass ein Mensch in so eine Situation kommt wie der Klient
- Humor, Extreme kennen
- Verändern ist unser Beruf- Hypnose eine Möglichkeit, sich schon zu verändern bzw. sich verändert zu erfahren!
- Das Symptom als Trance und die Problemtrance als hypnotischer Zustand
- Erkunden, Interviewen, Erfragen

Klientin/Patientin:

- Die Situation als selbstorganisatorisches Produkt z.B. Lösungsstrategie
- Das Symptom als Phänomen erkunden
- Sich verändern d.h. selbstorganisatorisch andere Lösungen und Erweiterungen finden
- Sich auf das System „Psychotherapie/ Beratung“ einlassen
- Usw.

Die Person der Hypnotherapeutin

- Beherrschen des Handwerks (kommt mit viel Praxis)
- Haltung: stimmige, bestimmte Haltung der Sicherheit und Erfahrung.
- Konsequenz:
 - Bewusstsein der Möglichkeiten, Sicherheit im Umgang mit immer neuen Situationen
 - Vielzahl in der Rolle und Kontext, flexible Bühnen für die Angebote bauen
 - Ruhe und Entspannung bei der Arbeit
 - Aufnahme und Angebote: differenzierte, feinabgestimmte, subtil angebotene
 - Aufmerksamkeit für eine feine Wahrnehmung, Unterschiedsbildung,
 - Vertrauen, in den Prozess zu gehen d.h. sich auf den Prozess verlassen können:
es gibt kein „Richtig oder Falsch“ , sondern Angebote, die
 - den Pat. pacen und leaden für seine weiteren Prozessschritte. Daraus geht man weiter ein
 - Sich weniger vom Pat. und dessen Problemtrance, dessen Bewertungen und Glaubensannahmen manipulieren zu lassen und
 - mehr die Möglichkeiten des Klienten spüre und „heben“

Wie ist das lernbar:

Was zeichnet eine „Künstlerin“ aus?

Was kann ich tun, um schnell erfahren und künstlerisch zu sein?

Als ob- Intervention: ich als Erfahrene und Künstlerin – Selbstmanagement: Vorstellungs-Progression...

Die Praxis der Kunst: 3 Möglichkeiten - 3 Rahmendesigns

1. Wie komme ich durch Erkunden zu einem Hypnosedesign mit Tranceritual?

Die Frage: „Was für Vorerfahrungen mit Hypnose und Umschaltung?“ (Pacen, leaden, seeden)

Aufgreifen was der Klient berichtet (mit weiteren kleinen Angeboten) **führt unmittelbar zur individuellen Trance-Induktion**

Die Frage: „Wozu Hypnose?“ (Zielklärung, Zielbereichs-Trancen schaffen, Suggestionen seeden)

Aufgreifen was der Klient berichtet (Mit möglichen kleinen Angeboten) **führt unmittelbar zur Trance – Intervention**

2. Wie komme ich zu Veränderung durch Konversationstrance mit Bildern?

Welches Bild gibt es für die jetzige Situation? (Erkunden auf analoger Ebene)

Wie kann man das Bild nutzen für die Veränderung? (mit dem Bild als Grundlage in einen Prozess gehen- Bildergeschichte entwickeln lassen in den Zielbereich; Ankert, bestätigt hier schon dass die Ressourcen da sind)

3. Wie komme ich in den Veränderungsprozess durch eine Darstellung?

Ist-Situation darstellen lassen mit Klötzchen. (Analoge Arbeit und Umsetzung in der Dissoziation)

Ziel-Situation darstellen lassen mit Klötzchen. (Analoge Arbeit und Umsetzung in der Dissoziation)

U.U. auch Assoziation des Ressourcenzielzustandes.

Hierbei wird schon in der Vorstellung und konkreten Klötzchen-Situation die Annäherung an den Zielzustand erschaffen.

Das Bonner Ressourcenmodell regt 3 Ebenen ein, um daraus die Kunst zu erstellen

- **Prozessführung- auf einen Prozess zentrieren**

Was soll am Ende stehen und dann weitergehen- wie ist die Zieltrance?

Wie geht bei Ihnen Veränderung- Wie mit Hypnose?

Wie Veränderung mit Hypnose- Wozu Hypnose?

- **Individuelle Schleifenarbeit der Suchprozesse des Klienten**

Individuelle Zugänge- Besonderheiten- Antworten auf Suchprozesse

Individuelle Möglichkeiten

Individuelle Feedbackreaktionen im gemeinsamen Prozess

Individuelles Utilisieren allen Geschehenden

- **Therapierahmen – Meta-Arbeit- Der Draufblick als Informationsgeber**

Wie gestaltet sich der Therapieprozess?

Was vorher schon für Veränderungsbemühungen?

Wie Nachhaltigkeit erreichbar?

Wie weitere relevante systemische Elemente einbeziehen?

Demo
Übungen
Gruppentrance

Ich danke Ihnen für Ihre Mitarbeit im Workshop und freue mich über Rückmeldungen aus Ihrer Praxis!