

Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Das Symptom – das Fremde in mir: Assoziations- und Dissoziations- Techniken in der Psychotherapie

Anne M. Lang

AML Institute

AML Institut Systeme DGSF

Milton Erickson Institut Bonn M.E.G.



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Symptome sind eher dissoziiert.

Wir wissen nicht: was haben sie mit uns zu tun?

Ich weiß nicht was sich machen soll!

Es ist die Depression!

„Wo „Es“ ist, soll „Ich“ werden“

Symptome sind z.B. dissoziiert in die Körperebene: **Es ist der Schmerz**

Sie werden dort fokussiert wie z.B. in der Psychosomatik

bei einer chronischen Schmerzproblematik.

Manche Symptome sind assoziativ verbunden mit einem bestimmtem inneren Zustand wie z.B.

Ich bin dadurch müde, antriebslos, depressiv, habe Angst.



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Die Hypnotherapie achtet besonders darauf, wie wir **durch Sprache und Kommunikation** psychisch/mentale Wirklichkeit erzeugen.

Dies auch gerade ! und besonders ! in der Psychotherapie.

Da haben Therapeuten unzählige Möglichkeiten auf ein Kommunikations-Angebot eines Klienten

1. einzugehen und
2. therapeutische Angebote zu machen.

Eine grobe Einteilung wäre die danach, ob ein Kommunikations-Angebot eher in dissoziativer oder in assoziativer Sprachform gegeben wird.

1. Das seitens des Klienten/Patienten
2. Das seitens des Psycho-Therapeuten



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Assoziative Angebote verbinden eher das Problem, die Ressourcen, das Gefühl assoziativ mit der ganzen Person.

Dissoziative Angebote trennen das Problem durch Überblick und Draufblick, Externalisierung, Fraktionierung, Utilisierung usw. von der Person.

Manche Patienten haben eher einen **assoziativ Sprach-Stil, der Verbindung fördert bzw. ihre Erfahrung macht die Sprache dazu!**

Andere eher einen **dissoziierenden Sprach-Stil, der die Trennung fördert.**

Manche Therapieverfahren gehen eher **dissoziierend vor- trennend.**

andere eher in eine **assoziierende Richtung** verstärkend vor- **verbindend.**

Jetzt stellt sich die Frage:

Was braucht ein Patient und wann, in welcher Lage?

Wichtig wäre, die bewusste Nutzung.



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Symptome sind dissoziiert – sie sollen integriert werden oder aufgelöst werden oder überholt werden oder.....

Dissoziation ist aber auch gerade zu nutzen bei der **anderen gewandelten** Integration durch:

- Externalisierung,
- Symbolisierung,
- Personalisierung,



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

„Ich habe eine Depression“ – eher dissoziierte Sprache „Ich bin das“

Systemische Epistemologie:

„Depression“ ist ein Konstrukt, eine Reduktion des Gesamten, eine konnotative Benennung für einen Zweck.

Es ist keine Wahrheit.

d.h. eine Formulierung: als wäre es klar was das ist.

d.h. mit der Diagnose werden viele andere Seiten beim Menschen weggelassen, die wir zur Veränderung/Entwicklung bräuchten.



Hypno-systemische Erweiterung durch Erkundungen

Vorgehen: Erkunden und Erweitern des Konstruktes

Wer hat das gesagt?

Wie kommen Sie darauf?

Wie ist es, wenn s anders ist?

Was sollte anders ein?



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

„Ich bin Depressiv“- eher assoziierte Sprache – ich bin das!

Vorgehen: Erkunden und Erweitern des Konstruktes

Was führt dazu, dass sie das sagen?

Was heißt das bezüglich dessen was sie **anstreben**?

Wie fühlt es sich **dann** anders an?

Wie ist die Vorstellung wie es sich anders anfühlen sollte?

IM Problem steckt schon das Ziel- welches ist ihres?



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Wann dissoziieren wir in der Psychotherapie:

z.B. bei therapeutisch dissoziierende Metaphern
wie z.B.

Symptome sind Lösungen,
Symptome sind Signale,
Symptome sind Freunde
Symptome sind Strategien



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Wann Assoziieren in der Psychotherapie aus hypnosystemischer Sicht?

Im Ressourcenzustand

In der Zukunftsvorstellung

In der Zielklärung

- Hypnotherapeutische Zielklärung
- Hypnotherapeutische Zukunftsvorstellung:
- Assozierend
- VAGOK



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Assoziierende Beispielfragen:

Wie wird es sich anfühlen?

Wie wird es aussehen?

Wer wird es wie sehen?

Gehen Sie ganz rein in das Gefühl, das Sie dann haben.

Wann und wo schon mal erlebt?



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

Der Workshop will für eine therapeutische Sprache sensibilisieren,
die die Wirkung von Sprache ernst nimmt!

Das soll deutlich werden z.B. in einer Interview- Demo.

Besprechen der Demo



Hypnotherapie: eigene und fremde Interventionen

Das Gezeigte kann man bei mit in Bonn lernen:

Das Bonner Ressourcen Modell mit seinen 3 Meta-Dimensionen

Weiterbildungen:

Ressourcen erzeugende Veränderungsarbeit - Baustein 1 zum Systemischen Coach DGSF zert.

Hypno-Systemische Kommunikation KomHyp M.E.G.

Klinische Hypnose KliHyp M.E.G.

Medizinische Hypnose MedHyp M.E.G.

Kinder/Jugendlichen Therapie KiHyp M.E.G.

Anwendungsseminare

Supervisionen



Rheinische Allgemeine PsychoTherapietage

