



# Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

*AML Institute  
Institut Systeme DGSF  
Milton Erickson Institut Bonn M.E.G.*

Reuterstr. 20/Ecke Luisenstraße 53113 Bonn  
Tel.: +49 – 228 – 9493120  
Fax: +49 – 228 – 9493127  
E-mail: [info@institut-systeme.de](mailto:info@institut-systeme.de)  
[www.institut-systeme.de](http://www.institut-systeme.de)

# Systemische Therapie und Hypnotherapie

Beide Herangehensweisen beachten die **Wirklichkeitserzeugung**:

1. Suggestionen/des Aufmerksamkeits- Fokus beachten: Diagnose, Pathologie, Symptom, Entwicklung
2. Reduktionen erweitern: Was bist du noch „Mehr“ an..... Ausgeblendetem, Nicht Erzähltem, zu Entwickelndem
3. Systemsichten einbeziehen: vom Individuum zum Interaktionsumfeld. Das Symptom als interagierendes Element, auf das Symptom Einfluss nehmende Bezugspersonen.

1. Therapie als Entwicklung zu neuem Übergang (Prozessdimension)
2. Fokussetzung in der Therapie auf einen ausgerichteten Prozess. (Prozessdimension)
3. Wirklichkeit erzeugen in Ausrichtungen, Zentrierungen, Vorstellungen, (Systemik 2. Ordnung)
4. „Veranlassen statt behandeln“ Kontextbestimmung
5. Wirklichkeit ist konnotierbar: „Symptome“ als Botschafter, Strategien, Signale, Helfer usw. (Systemik 2. Ordnung)
6. Hypnoarbeit d.h. Analoge Arbeit: Metapher, Wirklichkeitsorganisation: Dissoziation, Assoziation, Zustände beachten wie Problemtrance/Ressourcenzustand, Arbeit mit der Sprache, Konkretisierungen, Suggestionen (Moderne Hypnotherapie von M. Erickson)

**Workshop:**  
**Psychotherapie in Übergangssituationen**

**Fall: 64jährige Frau. akademischem Beruf, seit 2 Jahren pensioniert, ICD-Diagnose: F32.2.Depression; Medikation: Lithium.**

**Anne M. Lang, AML Institute**  
**www.institut-systeme.de**  
**Prozess-hypno-systemische Psych**



- zeigt, wie Entwicklung in systemischen Umbruchssituationen – hier die Pensionierung eines kinderlosen Ehepaars mit seiner Ehe-Dynamik- aufbricht und zu neuen Prozessen drängt.
  - zeigt er auf, wie verschiedene Kontextsysteme wie ambulante und stationäre Behandlung, medizinisch psychiatrische Behandlg, Psychotherapie noch Andockschwierigkeiten zu bewältigen haben
- Aus der Perspektive der Klienten ist das irritierend, verunsichernd bis utilisierend in jede Richtung von Ambivalenz.

Vorgeschichte: 1 Jahr ambulanten und stationären Vorbehandlungen

kommt auf Empfehlung des Mannes im November.

Seit Jahresbeginn „Odyssee“ von 2 Klinikaufenthalten und ambulanten Therapien, jeweils „ohne Erfolg“.

ZZ in einer psychiatrischen Tagesklinik und sucht eine ambulante Anschlussbehandlung.

Psychopharmaka, vertrage sie nicht

Fokus ist die Symptomatik.  
Das, was sie selbst betrifft, bekommt bisher keine Aufmerksamkeit, kein Engagement, keine Zuversicht. Was im Ehesystem ohne Symptom neu zu regeln ist, ebenfalls nicht.

Besonderheit des individuellen Vorgehens

Es wurde sehr individuell auf die Person bezogen gearbeitet. Das ist natürlich so nicht zu standardisieren.

**Was wurde gemacht:**  
**15 Sitzungen in 6 Monaten, wöchentlich, 14 tätig**

Prozess-hypno- systemische  
Frage-Interventionen  
Sonstige Interventionen

- Ihre beklagten Symptome: seit Jahresbeginn: Nachtschweiß, Gewichtsabnahme, starken Angstgefühlen, Schlaflosigkeit, Antriebsarmut, „muckenden“ Laute
- Darmoperation wegen Darmausstülpung, Probleme und Blähungen.

Erkundungsintervention:  
Auftragsklärung, Zielklärung mit Anliegen und Ausrichtung

- Ist- Situation:  
Worum geht es (ihr)?
- Eigenbericht mit den 6 Fragen:

Die Klientin fragt: „Warum habe ich die Depression?“

„Warum hilft nichts?“

Sie will dazu eine Hypnotherapie mit der Vorstellung, dadurch die Antworten auf diese Fragen zu finden.

- Sie wolle raus aus dem Loch, in dem sie sich befinde.
- Sie wolle wieder glücklich sein, wieder fröhlich sein, locker in ein Konzert und Museen gehen können, ein leckeres Essen genießen



Erkundungsintervention: Systemische Situation

- Das System der vorausgegangenen Therapien und Fokusse:

Bisher wurde in den vorhergehenden Therapien nach den personenspezifischen Gründen gesucht. Sie erzählt aus ihrer Sicht die Fundstücke dieser Arbeit: z. B., dass sie Einzelkind sei. Als Kind habe es einen Autounfall gegeben, bei dem sie lange allein im Krankenhaus bleiben musste.

- „Die Depression sei nach der Pensionierung ihres Mannes ausgebrochen“.
- Zunächst habe es körperliche Probleme am Enddarm in Form von Ausstülpungen gegeben, die die Entleerung behinderten und operiert wurden.

Allerdings blieben Beschwerden: Blähungen und ein Reizdarm, dann folgten Stimmungsschwankungen und Antriebslosigkeit. Dazu kommt ein unkontrollierbares Geräusch, was sie von sich gibt und „Mucken“ nennt.

### Beteiligte Systeme:

Helfersysteme: Tagesklinik, Psychiater,

Bei diesem „Fall“ wurde mir wieder sehr deutlich, dass und wie das Behandlernetz mit den jeweiligen Hypothesen mitagiert, z. B. wurde vom Mitbehandler weiterhin eine Dauermedikation verschrieben.

Weitere Behandlungsangebote bringen immer unterschiedliche Hypothesen ins Spiel bzw. System und das ist nicht immer günstig.

Dabei führt mehr desselben – also mehr Behandlung – nicht zum Erfolg, sondern eher dazu, dass die Klientin sich selbst nicht traut bzw. nicht für sich selbst aktiv wird.

### Ehesystem: Lebenszeit

### Helfersysteme

Erkundungsintervention: Das System der therapeutischen Mitbehandlung:

Was macht sie alles?

- besucht Tagesklinik ohne Psychotherapie zu erhalten obwohl es ihr zugesagt worden sei stehe dort vor der Entlassung wolle sich eine ambulante Therapie suchen.
- Analytikerin, bei der sie ein Erstgespräch hatte, sagte, sie könne ihr mit ihren Mitteln nicht helfen.
- Parallel ambulant bei einem psychiatrischen Kollegen, der sie mit Lithium behandelt.
- Sie kommt explizit zur Hypnotherapie mit Vorstellung der Behandlung

Das wichtige Ehesystem, in dem das Symptom als Element eine Bedeutung angenommen hatte und eine bestimmte Bedürfnissituation regelte, musste sich später noch entwickeln. Ich traf ein halbes Jahr später den Mann auf der Straße und er berichtete von einer guten Entwicklung seiner Frau.

• Als sie kommt, ist sie parallel noch in einer Tagesklinik, von der aus sie sich einen ambulanten Therapieplatz suchen soll. Sie komme da nicht weiter.

- Parallel sei sie auch in einer ambulanten psychiatrischen Behandlung, in der Lithium verschrieben werde. Ein Angebot des Kollegen während der Psychotherapie bei mir, sie könne zu ihm zur Psychotherapie wechseln, schlägt sie aus.
- Jetzt ist sie hier zur „Hypnose“.



Erkundungsintervention: Das private System

- Sie ist seit der Studienzeit in erster Ehe verheiratet.
- Sie und ihr Mann haben keine Kinder nach Fehlgeburten, die lange her und verarbeitet seien, wie sie sagt.
- Nach ihrer Pensionierung, die ein Jahr vor der ihres Mannes stattfand, habe sie sich um
- Renovierung im Haus gekümmert und dem Mann geholfen.
- Ihr freiberuflich tätig gewesener Mann ging zu Beginn des Jahres in Pension und da begannen ihre Probleme.
- Nach der Pensionierung des Ehemannes wollten beide es sich schön machen, d. h. verreisen und ihr Haus genießen, was aber infolge der Erkrankung bisher nicht ginge

<p>Fall: 9 jähriger Junge, Schulverweiger. Dies entwickelte sich aus Angst, nicht abgeholt zu werden.</p>	<p>Anne M. Lang, AML Institute www.institut-systeme.de</p>	
<p>Was wurde gemacht:</p>	<p>Besonderheit des individuellen Vorgehens</p>	<p>Prozess-hypno- systemische Frage-Interventionen Sonstige Interventionen</p>
<p>Anmeldung für „Hypnose“</p> <p>Vorab Eigenberichte an Sohn und Eltern, Konsultationsbögen.</p> <p>Diese liegen vor und werden in der Stunde berücksichtigt.</p>	<p>Geht nicht in die Schule. Schulangst, Angst nicht abgeholt zu werden. Dort fällt er mit den Ängsten zwanghaft auf. Flüstern in Butterbrotdose: Hoffentlich werde ich abgeholt. Darf sein Handy behalten und ruft Mutter an, die ihn dann abholt. Symptomatik besteht seit.....</p>	
<p>Menschen erfassen und einbeziehen Wie ist er? Wie lässt er sich ein? Wie kann er antworten, mitmachen?</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erfassen der Vortherapien</li> </ul>	<p>VT mit Verträgen, dass er abgeholt wird. Fruchtete nicht. Er vertraut den Verträgen nicht.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Das ganze System einladen, einbestellen. Rufe dazu Mu an. Wo ist Vaters Eigenbericht/ Perspektive, er soll mitkommen. Sie ging davon aus, dass sie mit Sohn allein kommt.</li> <li>Vater kommt mit</li> </ul>	<p>Ungewohntes Einbeziehen</p> <p>Hier zudem System Schule beteiligt. Sohn Sondererlaubnis, dass er abgeholt werden kann, anrufen kann usw.</p>	

<p><b>Grundannahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Menschen möchten sich weiterentwickeln</li> <li>• Interesse für Sie haben,</li> <li>• für Ihr Wohlbefinden sorgen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Man kann sowieso nicht alles wissen</li> <li>• Heben</li> <li>• Auf besondere Situationen achten</li> </ul>
<p><b>Rein und Raus:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit ihm, mit allen im System sein und draußen bleiben</li> </ul>	<p>Wann hereingehen- wann laufen lassen</p>
<p><b>Was aufgreifen- was nicht</b></p>	
<p><b>Fokus der Arbeit</b></p>	
<p><b>Intervention:</b> Eigenberichtsbogen</p>	
<p><b>Intervention:</b> Konsultationsbogen</p>	
<p><b>Erstgespräch: 2 std.</b></p>	
<p><b>Intervention:</b> Arbeit mit Zuständen Konversationstrance</p>	<p>Beachtung der Suggestionen, der Sprache</p>
<p><b>Intervention:</b> Interaktionen der Familie unter einander Kinder und Alter der Kinder Arbeit des Vaters</p>	<p>Aufgreifen.</p>
<p><b>Intervention:</b> Was ist das für ein Junge?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonderheiten</li> <li>• Fähigkeiten?</li> </ul>	<p>Erkunden</p>

<b>Intervention:</b> <b>Was sind das für Eltern?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonderheiten?</li> <li>• Fähigkeiten?</li> </ul>	
<b>Intervention:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Systemisches Erkunden/ Interviewen der Situation:</li> <li>• Wie läuft der Tag ab</li> </ul>	<p>Wie ist es morgens?          Warum fahren sie ihn zur Schule?          Was ist die Weiße Linie?          Wie läuft es in der Schule?          Was machen Sie, wenn sie angerufen werden?          Wie kommt es, dass er in der Schulzeit anrufen darf? Kann?</p>
<b>Intervention:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suggestionen erkunden:</li> <li>• Die besondere Situation erkunden</li> </ul>	<p>Die Fokussierung durch besondere Befragung:          Die weiße Linie.</p>
<b>Intervention:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war es bei den Eltern?</li> </ul>	<p>Wie war es für Sie als Jugendliche, Mu?          Wie war es für Sie als Jugendliche, Va</p> <p>Hier beide Eltern ohne ein Elternteil aufgewachsen.</p>
<b>Intervention:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Setting benutzen</li> </ul>	<p>Junge in den Wartebereich</p>
<b>Intervention:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilisieren</li> </ul>	<p>Initiieren von neue Erfahrung im Therapiesetting- keine Wiederholung der alten Muster</p>



<b>Intervention:</b> Die besondere Frage/ Antwort/Reaktion keine Bloßstellung, keine Bewertung	<b>Vaters Frage:</b> Wie finden Sie es, dass wir alle 7 in einem Bett schlafen? Normal in der Südsee. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie machen sie das?</li> <li>• Wem gefällt das am meisten?</li> <li>• Wem am wenigsten?</li> <li>• Mutter</li> </ul>
<b>Intervention:</b> Die besondere Situation aufgreifen	Der Großvater sieht um und Maler sind da
<b>Intervention:</b> <b>Hypnoseeinsatz:</b> Ritual: Hypno-Umschaltung und Geschichte für alle Der unsichtbare Indianer	Gruppentrance für alle Umschaltung und Geschichte von Hannes Strohkopp
<b>Intervention:</b> Utilisieren und hypnotisch anbieten Hier ungewöhnlich: Rollenansprache und Übernahme	Hypnotischer Schritt. Pacen, leaden..... wir haben und wir haben und wir haben... er geht morgen in die Schule
<b>Intervention:</b> Schlussintervention - Prozess: was wird mitgenommen	Was nehmen Sie mit? alle
<b>Intervention:</b> <b>Nachschaftermin:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was hat sich getan?</li> <li>• Wie haben Sie das gemacht?</li> <li>• Wie noch?</li> <li>• Was war noch alles anders?</li> </ul>

<p><b>Entwicklung:</b> Das Familiensystem:</p>	<p>Das Familiensystem: Kinder beziehen ihre eigenen Zimmer. Familienkonferenzen.</p>
<p><b>Entwicklung:</b> Zudem findet die Mutter unbesprochene neue Wege:</p>	<p>Mutter- Sohn-System</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie setzt den Jungen nicht an der weißen Linie ab, sondern an der Bushaltestation, von wo aus er mit den anderen Kindern geht.</li> <li>• Sie grenzt sich von der Rektorin ab: in der Schule sind Sie zuständig. Ich hole meinen Sohn pünktlich ab.</li> <li>• Was noch?</li> </ul>
<p><b>Entwicklung:</b> Das Schulsystem:</p>	<p>Das Schulsystem:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in der Schule regeln sie das. Diese gibt einen Igelball!</li> <li>• Die Rektorin schickt in die Klasse.</li> <li>• Dort findet die Lehrerin einen neuen Weg: du wie alle anderen auch kein Handy.</li> </ul> <p>Junge verändert sich als sich Direktorin verändert  Direktorin verändert sich als sich Mutter verändert  Junge verändert sich als sich Lehrerin verändert  Lehrerin verändert sich als sich Direktorin verändert</p>
<p><b>Entwicklung:</b> Prozess beim Jungen</p>	
<p><b>Katamnese</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skischule m Weihnachtsurlaub ging sehr gut</li> <li>• Eltern berichten anlässlich darüber, dass der Junge zur Jugendgruppe der Freiwilligen Feuerwehr geht</li> </ul>
<p><b>Das Ehesystem</b></p>	<p>1 Jahr später: Eltern kommen als Paar wegen Konflikten</p>
<p><b>Weiterempfehlung 2 Jahre später:</b></p>	<p>Empfehlung: Eltern schicken andere Familie zum „Coaching“</p>

Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

# Beispiel 6jähriger Junge



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

- Beispiel 60 Jährige Frau



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

# Lebensübergänge

## Timeline



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



# 1. Beachten der Suggestionen, die unweigerlich mit dem Fokus einhergehen: Diagnose, Pathologie, Symptom

Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

## 2. Erweiterung der Reduktionen: Was bist du noch „Mehr“



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



### 3. Vom Individuum, sein Interaktionsumfeld, das Symptom: Familie, Schule, Helfer



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

## 4. Fokussierung in der Therapie veranlasst den Prozess



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

## 5. Die Therapie als Entwicklung zu neuem Übergang



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

## 6. Veranlassen statt behandeln



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

## 7. Wirklichkeit erzeugen in Vorstellungen, Ausrichtungen, Zentrierungen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen





Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen



Einen Umgang mit Leben und seinen Übergängen zu gestalten helfen

