

Hypnose, Hypnotherapie und systemische Ansätze

Hypnotherapeutische Konzepte für systemische Therapeuten
und systemische Konzepte für Hypnotherapeuten

JAHRESTAGUNG

der **M.E.G.** und der DGZH

2006

Hypnose, Hypnotherapie
und systemische Ansätze

*Hypnotherapeutische Konzepte für systemische Therapeuten
und systemische Konzepte für Hypnotherapeuten*

*Wolfgang Lenk
Milton Erickson Institut Berlin
www.mei-berlin.de*

"Arbeit mit Teilen"

**ein systembezogenes Kommunikationsmodell
für hartnäckige Symptomaten**

Die Annahmen

des Modells „Arbeit mit Teilen“

- 1. Eine Symptomatik ist (auch) begleitender Ausdruck ungelöster inner-psychischer Konflikte.**
- 2. Insofern ist die Symptomatik von einem (unbewußten Persönlichkeitsan-) „Teil“ hervorgerufen / moduliert.**
- 3. Der Teil verfügt über alle notwendigen Informationen zur Klärung der mit dieser Symptomatik zusammenhängenden innerpsychischen Konflikte. Deshalb sollte dieser Teil nicht bekämpft sondern als Ratgeber und Mentor gewonnen werden.**

Ausgangspunkt

„Ich will, aber ich kann nicht“

- ***Viele „Antworten“, Interventionen, Konstruktionen je nach Therapieschule möglich***
- ***es gibt viele strukturell verwandte „Teile-Modelle“, u.a.: Arbeit mit dem Unbewußten – Innere Heiler – mein Körper und ich – der Organismus als Partner – Personalisieren von Symptomen***
- ***hier die Antwort: „Dann gibt es also einen Persönlichkeitsanteil, der das Symptom macht !“ – „Sollte man mit dem nicht ins Gespräch kommen?“***

Arbeits-Schritte

des Modells „Arbeit mit Teilen“

1 – „Weltbild“ Vermitteln

- *Klienten von der Existenz des Teiles überzeugen*
- *Phase ist abgeschlossen, wenn der Klient kongruent diese Überzeugung teilt*

2 - Kontakt-Aufnahme

- *Den Teil in vielen Einzelheiten visualisieren, wahrnehmen*
- *Phase ist abgeschlossen, wenn der Klient frei mit dem Teil kommunizieren (reden) kann*

3 - Aus-, Versöhnung

- *Latente Vorwürfe in Beziehung verbalisieren und lösen*
- *Phase ist abgeschlossen, wenn der Klient frei ist von Vorwürfen oder Schuldzuweisungen an den Teil*

4 - Kontrakt

- *Konkrete Absprachen über weitere Kontakte ohne Therapeuten*
- *Phase ist abgeschlossen, wenn beide „Seiten“ kongruent einer Regelung zustimmen*

5 - Zufriedenstellend Leben lernen

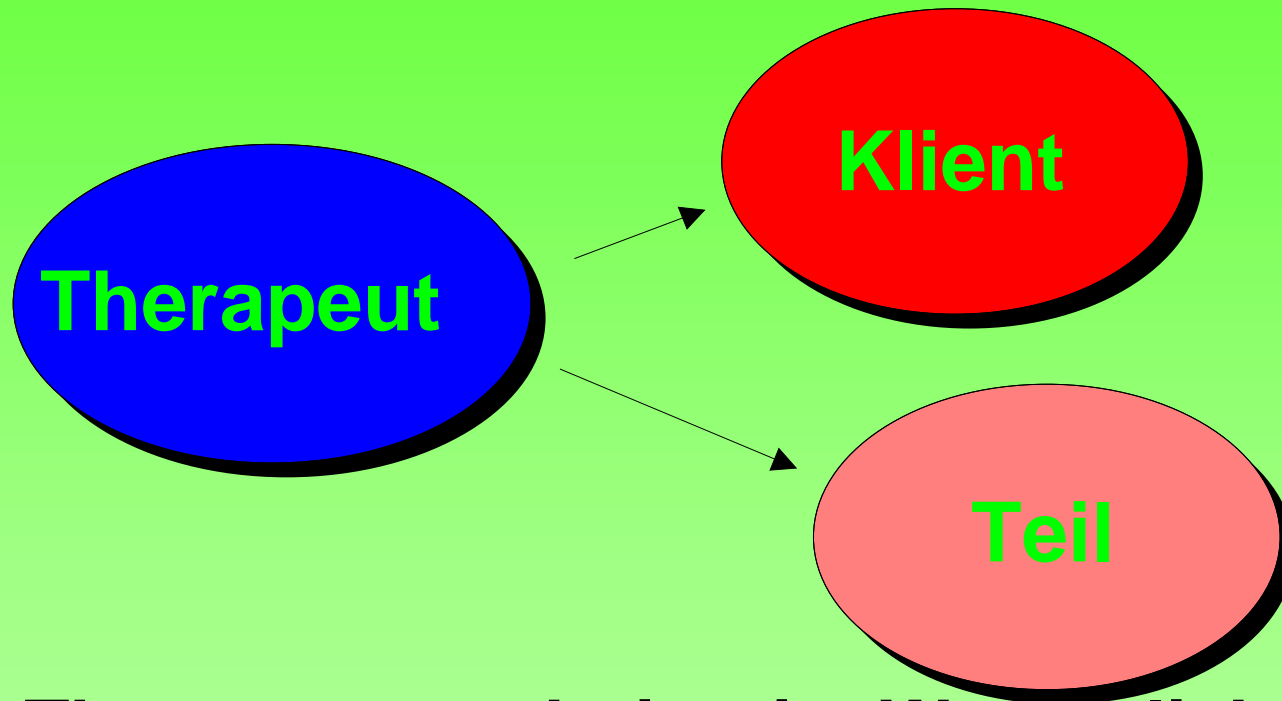
- *Unter Anleitung des Teiles/Beraters blockierende Konflikte lösen*
- *Phase ist abgeschlossen, wenn der Teil sagt, daß es nichts mehr im Hinblick auf das Symptom zu tun gibt*

6 - Zukunftsorientierung

- *Unter Anleitung des Teiles/Beraters einen umfassenden Entwurf der Zukunft (ohne Symptomatik) zu machen*
- *Phase ist abgeschlossen, wenn der Teil sagt, daß es nichts mehr weiter zu ergänzen gibt*

Gesprächsführung

im Modell „Arbeit mit Teilen“



Der Therapeut moderiert im Wesentlichen das Gespräch / die Verhandlung zwischen Klient und Teil, hält Rapport zu beiden Seiten und achtet auf die Kommunikationsregeln.

Prinzip der Spiegelung

eins vieler Prinzipien in der „Arbeit mit Teilen“

Der Teil „spiegelt“ die nicht offen kommunizierten Ängste, Vorbehalte, Entwertungen, ungeeigneten Bewältigungsstrategien des Klienten (sofern dieser nicht an seine „Grenze“ geht)

Prinzipien der Gesprächsführung

eins vieler Prinzipien in der „Arbeit mit Teilen“

Alles innerhalb der Beziehung klären, dabei lassen sich stabile Lösungen nur entwickeln, wenn die Verhandlungs-Gespräche folgende Qualitäten haben:

- ▶ **respektvoll**
- ▶ **kongruent**
- ▶ **konstruktiv**

Gesprächsführungs-Techniken

Beispiele für viele Techniken in der „Arbeit mit Teilen“

Technik der Beziehungsförderung

Die emotionalen Reaktionen sollte wie in einer guten Beziehung offen ausgesprochen und respektvoll mitgeteilt werden. Dabei helfen z.B. folgende Fragen/Angebote:

„Wie reagiert der Teil jetzt auf Sie?“

„Wie geht es Ihnen damit?“

„Sagen Sie das bitte dem Teil!“

Technik zur Förderung des Verstehens

Oft kommt im Gespräch vorschnell eine "Ja, aber ..." -Reaktion. Dann kann man dem Klienten anleiten:

Zunächst genau zuhören;

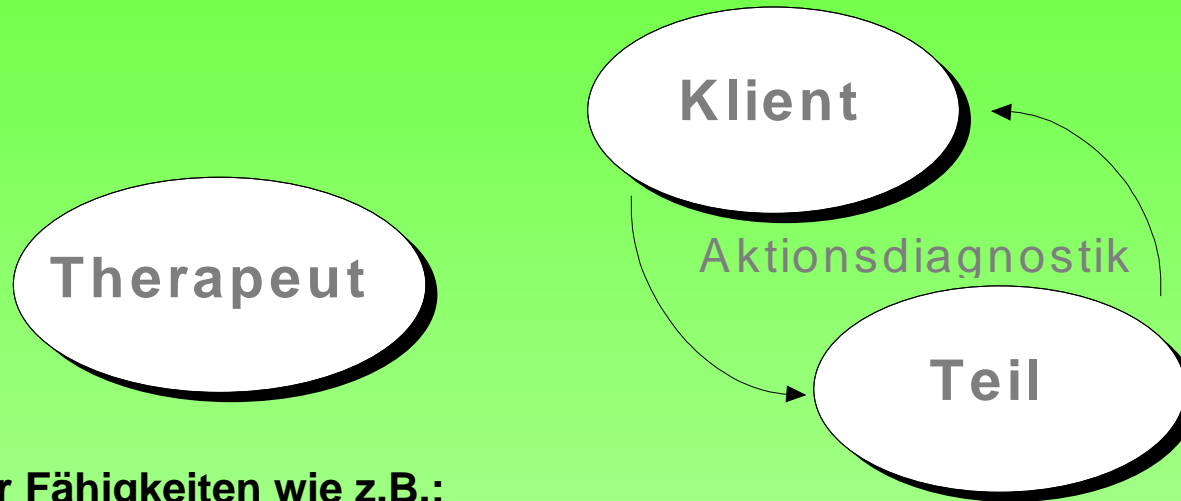
dann den Kommentar des Teils in Ruhe verstehen;

Dann die Aussage im Kommentar, die das "Ja" bewirkt, in Ruhe bedenken und dem Teil darüber eine Antwort geben;

Erst dann die Aussage, die das "aber" bewirkt, in Ruhe bedenken, die Einwand vorformulieren und daraus eine Wie-Frage machen, und diese dann dem Teil stellen.

(Aktions-) Diagnostik

im Modell „Arbeit mit Teilen“



Analyse der Fähigkeiten wie z.B.:

wie gestaltet der Klient das Gespräch mit dem Teil, was vermeidet er, was fordert er?

wie weit sind die Fähigkeiten zur respektvollen, kongruenten, konstruktiven Kommunikation entwickelt?

wie weit die Fähigkeit, bei emotionalen Erschütterungen Kontakt zum Teil zu halten?

wie weit die Fähigkeit, die Anleitung durch den Teil in den folgenden Tagen umzusetzen?

Literaturhinweise:

- DILTS, R. e.a. "Identität, Glaubenssysteme und Gesundheit", Junfermann Verlag 1991
- LADENBAUER, W.: "Hypnose und Imagination bei Krebs" in: Jahrbuch der Psychoonkologie 1992, Springer Verlag 1992
- LENK, W. "Psychotherapeutische Behandlung eines Lipoms im Eigenversuch"; in: Hypnose und Kognition, April 1988
- LENK, W. "Hypnose und Krebs" 1993; in: Revenstorf, D. (Hrg) "Klinische Hypnose", Springer Verlag 1993
- LENK, W. "Problemtrance-Lösungstrance"; in: Revenstorf, D. / Peter.B. (Hrg) "Hypnose in Psychotherapie,...", Springer Verlag 2001
- LENK, W. "Hypnotherapeutical Treatment of a Cancer Patient"; in: Bongarts, W. (ed): "5th European Congress of Hypnosis"; 1991
- LENK, W. "Sexueller Mißbrauch und Rheuma"; in: Hypnose und Kognition, April 1994
- ROSSI / CHEEK: "Mind Body Therapy"; W.W. Norton & Company, 1988
- SIMONTON e.a. "Getting Well Again" 1978
dtsh: "Wieder gesund werden", rowohlt Verlag 1982
- SPIEGEL David e.a. "Effect of Psychosocial Treatment on Survival of Patients with Metastatic Breast Cancer" 1989; in: The Lancet, p. 888 ff

Audio- und Video-Hinweise:

- Lenk, W: (2000) „Arbeit mit Teilen“, Videocassette / DVD vom MEG-Kongress 2000, Video Cooperative Ruhr (www.vcr.de)
- Lenk, W: „Arbeit mit Teilen“, 5-tägiger Workshop, Videocassette / DVD in der Endproduktion, Video Cooperative Ruhr (www.vcr.de)
- Lenk, W: (2006) „Arbeit mit Teilen“, Audiocassette / CD von der MEG-Tagung 2006, Auditorium-Netzwerk (www.auditorium-netzwerk.de)

weitere Videos / DVDs von Kongress-Workshops mit Wolfgang Lenk bei www.vcr.de

Hinweis:

**Die Vortragsfolien finden
Sie unter**

www.mei-berlin.de/BadOrb06

zum Download

Spezielle Seminare mit Wolfgang Lenk am mei-berlin

Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen (5 Tage) ein systemisches Kommunikationsmodell für hartnäckige, „resistente“ Symptomatiken

Hynotherapie kompakt (5 Tage) Training (Wiederholung) der drei grundlegenden Interventionslinien der Klinischen Hypnose und ihrer Verbindungen

NLP kompakt (5 Tage) Training (Wiederholung) der komplexen NLP-Interventionen zum Gesundheitscoaching

**Ich gehe die Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich falle hinein.
Ich bin verloren... Ich bin ohne Hoffnung.
Es ist nicht meine Schuld.
Es dauert endlos, wieder herauszukommen.**

**Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich tue so, als sähe ich es nicht.
Ich falle wieder hinein.
Ich kann nicht glauben,
schon wieder am gleichen Ort zu sein.
Aber es ist nicht meine Schuld.
Immer noch dauert es sehr lange, herauszukommen.**

**Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich sehe es.
Ich falle immer noch hinein... aus Gewohnheit.
Meine Augen sind offen.
Ich weiß, wo ich bin.
Es ist meine eigene Schuld.
Ich komme sofort heraus.**

**Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich gehe darum herum.**

Ich gehe eine andere Straße.

1. Welt vermitteln

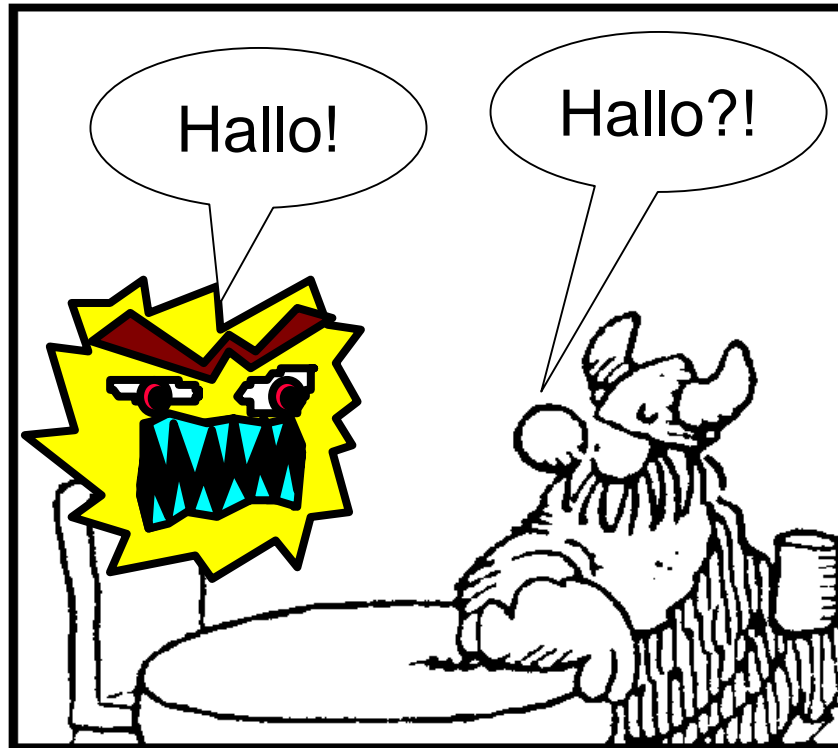
- Teil existiert



- Klient ist kongruent überzeugt

2. Kontakt aufnehmen

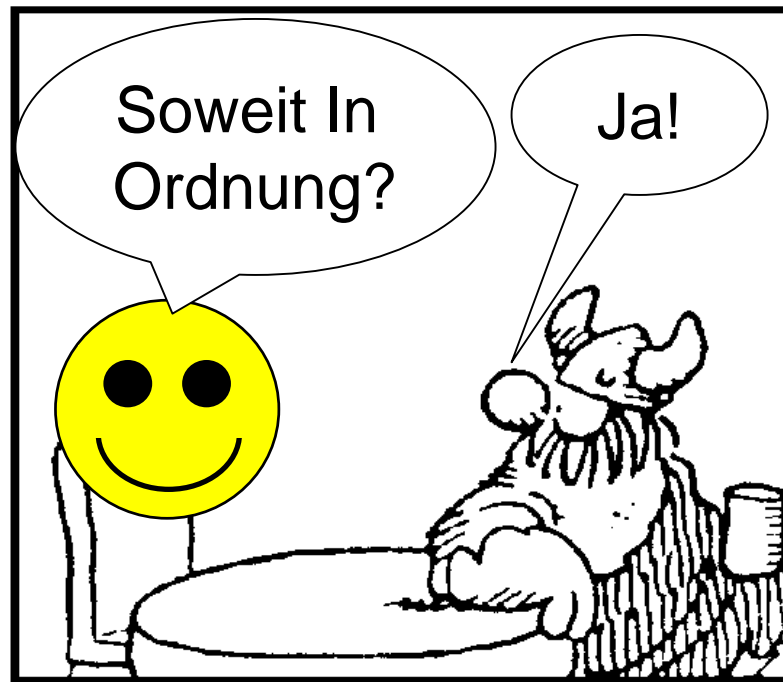
- Teil in Einzelheiten visualisieren



- Klient redet frei mit dem Teil

3. Aussöhnung

- (latente) Vorwürfe bearbeiten



- Klient ist ohne Vorwürfe oder Schuldzuweisungen an den Teil

4. Kontrakt

- Konkrete Kontaktabsprachen



- Kongruente Kontaktregelung

5. Gut leben lernen

- Teil berät und leitet an bei Problem- und Konfliktlösungen



- Teil entscheidet bzgl. Symptom, ob alles erledigt/aufgearbeitet ist

6. Zukunftsorientierung

- Umfassender Zukunftsentwurf



- Es gibt nichts mehr zu ergänzen