

# HYPNOSE UND KOGNITION

Band 2, Heft 1, April 1985

Leitthema dieses Heftes:

## Hypnose und Familientherapie

Herausgeber: Gunther Schmidt und Bernhard Trenkle

### Inhaltsverzeichnis:

	Seite
Einführung in das Leitthema: Hypnose und Familientherapie . . . . .	1
Bernhard Trenkle und Gunther Schmidt: Ericksonsche Psychotherapie und Familientherapie: Möglichkeiten der Integration . . . . .	5
Michele K. Ritterman: Hypno-strukturelle Familientherapie . . . . .	27
Carol H. Lankton: Generative Veränderung: Über die bloße Symptombesserung hinaus . . . . .	42
David L. Calof: Hypnose in der Paartherapie: Auf dem Weg zu einem Mehrgenerationenansatz . . . . .	69
Stephen R. Lankton: Klientenspezifische Formulierung therapeutischer Metaphern oder: Für jeden Klienten die richtige Story . . . . .	87

Band 2, Heft 2 erscheint im Oktober 1985 mit dem Leitthema: „Sprechen, Denken, Fühlen“ und wird von Christoph Kraiker herausgegeben.

Gesamtherstellung: Steinbauer & Rau, 8000 München 19, Dachauer Str. 233  
Printed in Germany, 3. Auflage Juli 1988  
Zu beziehen durch: M.E.G.-Stiftung, Konradstr. 16, 8000 München 40

Hypnose und Kognition  
Band 2, Heft 1, April 1985

## Einführung in das Leitthema: Hypnose und Familientherapie

Was hat Hypnose mit Familientherapie zu tun, fragen Sie sich vielleicht mit Recht. Hierzu folgendes:

In den letzten 30 Jahren hat die Familientherapie eine recht stürmische Entwicklung zu verzeichnen. Sie hat sich als eigenständige Form der Psychotherapie etabliert und das Interesse an ihr ist immer noch stark am wachsen. Dabei werden familientherapeutische Vorgehensweisen heute durchaus sehr kontrovers diskutiert, sowohl von nicht-familientherapeutischen Positionen aus als auch innerhalb des eigenen Feldes, d.h. von denen, die sich selbst als Familientherapeuten verstehen. Denn von *der* Familientherapie zu sprechen, ist schon längst nicht mehr angebracht. Es haben sich in diesem Bereich inzwischen verschiedene Konzeptionen herausdifferenziert, die fast schon wieder zu eigenen Schulen geworden sind. Weitgehende Einigkeit besteht über die theoretischen Grundannahmen von Systemzusammenhängen und der interaktionellen Bedeutung von Symptomen. Sehr unterschiedlich sehen aber die Wege aus, die als sinnvoll angesehen werden, um therapeutische Ziele zu erreichen. Es dürfte auch angesichts der relativ jungen Geschichte der Familientherapie niemanden überraschen, daß die Entwicklung ihrer Konzepte trotz einiger Konsolidierungstendenzen in recht flottem Tempo fortzuschreiten scheint. Dabei sieht es im Moment so aus, als ob einige große Grundentwürfe bestehen und nebeneinander in Koexistenz wirken.

Grob schematisiert könnte man folgende Hauptrichtungen unterscheiden:

- Die psychoanalytisch orientierte Familientherapie, mit der sich z.B. Namen wie Boszormenyi-Nagy, Bowen, im deutschsprachigen Raum besonders Stierlin, dann Richter, Sperling, schließlich noch Bauriedl verbinden. Die Wichtigkeit der Einbeziehung mehrerer Generationen in den familientherapeutischen Prozeß wurde vor allem von dieser Richtung betont. Stierlin, der für diese Richtung außerordentlich wichtige Konzepte beigetragen hat (Heidelberger Modell), vollzog in den letzten Jahren eine wesentliche Weiterentwicklung zum systemischen Konzept hin.
- Die sog. „wachstumsorientierte“ Familientherapie: Hierzu können die Arbeiten von V. Satir, auch die von W. Kempler gezählt werden. Sie sind stark beeinflusst von der humanistischen Psychologie, insbesondere von der Gestalttherapie. Auch einige Vertreter der an der Transaktionsanalyse orientierten Familientherapie wie z.B. McLendon und Kadis lassen sich hier einordnen.

Sowohl die psychoanalytische als auch die „wachstumsorientierte“ Richtung sehen – verallgemeinert gesagt – als therapeutische Hauptinterventionsrichtung an, daß in den Therapiesitzungen ein Dialog zwischen den Familienmitgliedern ermöglicht und eingeleitet wird; weiter, daß wichtige Beziehungskonflikte und individuell auftretende Probleme in den Sitzungen durchgearbeitet werden. Dementsprechend ist die Sitzungsfrequenz hoch und die Dauer der Therapie oft auf lange Zeiträume angelegt. Stierlin hat hierfür einmal den Begriff „Therapie durch Begegnung“ geprägt.

Neben diesen lassen sich als wichtige Richtungen der Familientherapie zur Zeit identifizieren:

- die strukturalistische Familientherapie: Ihr bekanntester und einflußreichster Vertreter ist Minuchin;
- die strategische Familientherapie: Jay Haley und Cloé Madanes sind hier die führenden Autoritäten;
- die Kurztherapiekonzepte der sog. Palo-Alto-Gruppe: Ihre Hauptvertreter sind Watzlawick, Weakland und andere Mitglieder des Mental Research Institutes (MRI).

Besonders in den USA hatten diese letztgenannten Richtungen bis vor kurzer Zeit bei weitem den größten Einfluß im familientherapeutischen Feld. Seit einigen Jahren immer stärker – zunächst nur in Europa, jetzt aber auch in den USA, Kanada und Australien – wächst die Bedeutung des systemischen Ansatzes. Entwickelt wurde er von der „Mailänder Gruppe“ (Selvini Palazzoli, Boscolo, Cecchin, Prata). Diese hatten sich zunächst an Watzlawick und Bateson orientiert und dann ganz neue Strategien für die praktische Umsetzung systemischen Denkens in der Therapie geschaffen. In Deutschland wurde dieser Ansatz dann in maßgeblicher Weise von der Gruppe um Stierlin aufgegriffen und weiterentwickelt.

Sowohl die strategischen und strukturalistischen Richtungen, die Palo-Alto-Konzepte als auch das systemische Vorgehen, sehen die Hauptaufgabe des Familientherapeuten nicht mehr darin, einen Dialog und eine Konfliktbearbeitung direkt in der Sitzung zu ermöglichen. In der strukturalistischen Arbeit wird dies zwar noch manchmal angestrebt. Das Schwergewicht liegt aber auch in diesem Ansatz vielmehr darauf, bestehende Koalitionen und wichtige Interaktionsstrukturen im Hier und Jetzt herauszuarbeiten und sie durch Konfrontation und Aufgabenstellung zu verändern. Die Arbeit wird dabei teilweise aus der Sitzung heraus und in die Familie nach Hause verlagert, wenn Aufgaben und diverse Kommentare für die Zeit zwischen den Sitzungen gegeben werden. In den strategischen, systemischen und den Kurztherapiekonzepten der Palo-Alto-Gruppe wird es auch nicht mehr als notwendig erachtet, daß die Beteiligten immer ein bewußtes Verständnis der relevanten Prozesse in der Familie und im therapeutischen Geschehen entwickeln. Häufig wird das im Gegenteil sogar eher als hinderlich angesehen. Angestrebt wird oft, daß als dysfunktional angenommene redundante Interaktionssequenzen und Bedeutungsgebungen so unterbrochen werden, daß unbewußte Suchprozesse ausgelöst werden, weil das alte „Spiel“ nicht mehr durchführbar ist. Diese Richtungen können allgemein gesagt als „Therapie durch Systemveränderung“ (in Anlehnung an Stierlin) charakterisiert werden. Ihnen liegt die Prämisse zugrunde, daß die unbewußten Anteile des menschlichen Denkens und Erlebens in positiver Weise zu autonomen schöpferischen Prozessen fähig sind, ja, daß diese Potentiale sogar eher in Selbstorganisation Problemlösungen entwickeln können, wenn rigide bewußte Strukturen umgangen werden.

Vergegenwärtigt man sich die beschriebene Prämisse, so verwundert es sicher nicht, daß sich gerade die strategische Richtung und die Palo-Alto-Gruppe schon früh an den Konzepten von Milton Erickson orientierten. Seiner Arbeit lag die gleiche Grundannahme zugrunde. Ja, man kann sogar davon ausgehen, daß die zuletzt genannten Familientherapiekonzepte ohne Ericksons Arbeit kaum vorstellbar wären. Auch für viele therapeutische Interventionen des Mailänder systemischen Ansatzes kann dies gesagt werden, denn dieser bezog sich gerade zu Beginn seiner Entwicklung sehr auf

Watzlawick und die Palo-Alto-Gruppe. Haley bemerkte einmal sogar, daß praktisch keine seiner therapeutischen Strategien nicht in irgendeiner Weise von Erickson sei (persönliche Mitteilung). Weakland berichtete, daß in den frühen Jahren der Palo-Alto-Gruppe er zusammen mit Haley jedes Jahr mehrere Male längere Zeit mit Erickson verbrachte, seine Arbeit studierte, und daß in Diskussionen mit ihm ihre Auffassungen von Kommunikation und menschlichen Interaktionsprozessen wesentlich beeinflusst wurden. Dabei flossen z.B. auch wichtige Anregungen für die Entwicklung der double-bind-Theorie ein – ein wichtiger Beitrag zur Schizophrenie-Familienforschung. Auch der für die Familientherapie maßgeblichste Denker, Gregory Bateson, war von Erickson beeinflusst (siehe zu diesem Abschnitt: Weakland, 1982; Fisch, 1982).<sup>1</sup>

Wenn man von Einflüssen der Hypnose und der Hypnotherapie auf die Familientherapie spricht, sollte man also von Einflüssen Ericksonischer Ansätze sprechen. So gesehen wäre unser Leitthema zu spezifizieren.

Die Ericksonischen Therapieansätze nun lassen sich unterscheiden in solche, die unmittelbare Trancearbeit und Tranceutilisation anstreben (Hypnosestrategien im engeren Sinne), und solche, die Musterunterbrechung und Neuaufbau ohne offizielle Trancearbeit anstreben; für letztere sah Erickson es als ausreichend an, wenn sich „nur“ eine Alltagstrance entwickelte. Diese Interventionen ohne offizielle Trance werden oft als seine strategischen Ansätze bezeichnet. Solche hat Erickson in großer Anzahl entwickelt und genutzt, z.B. Rituale, Symptomverschreibungen, therapeutische double binds usw.

Soweit sie Ericksons Strategien übernahmen und weiterentwickelten, griffen in den ersten Jahrzehnten ihrer Entwicklung die „systemverändernden“ Familientherapie-Richtungen mehr auf seine strategischen Konzepte zurück. Positive Konnotation, Reframing, Rituale, Aufgaben, die durch Aversionentwicklung zur Symptomaufgabe führen (benevolent ordeal), Benutzung von metaphorischer Sprache usw. lassen sich hier nennen.

Recht jung und einer breiteren Öffentlichkeit noch wenig bekannt ist nun die Entwicklung, daß in unterschiedlichen Kontexten versucht wird, die Hypnosestrategien im eigentlichen Sinne in die familien- und paartherapeutische Arbeit zu integrieren. Man könnte auch sagen, während in der Familientherapie bisher der Makrobereich der Ericksonischen Ansätze genutzt wurde, beginnt man nun, den kommunikativen Mikrobereich zu nutzen, also die vielen subtilen indirekten Suggestionstechniken und Utilisationsstrategien, die Erickson in so kreativer Weise entwickelt hat.

1) Unter dem Titel „Conversations with Milton H. Erickson, M.D.“, erscheinen (bei Triangle Press im Vertrieb über Norton Professional Books New York) im Frühjahr 1985 drei Bände mit Transkripten von Gesprächen zwischen Erickson, Haley, Weakland und gelegentlich auch Bateson aus den Jahren 1955–1968. Die Titel der Bände sind: Vol. 1: Changing Individuals; Vol. 2: Changing Couples; Vol. 3: Changing Children and Families.

Auf dem 1. Internationalen Kongreß für Ericksonische Hypnose und Psychotherapie im Jahre 1980 war es in der Diskussion unklar und umstritten, ob die Bänder von diesen Gesprächen noch existieren und wer sie im Besitz hat. Nachdem sie offensichtlich nun aufgetaucht sind, dürften sie wahrscheinlich zu einer Fundgrube derjenigen werden, die Erickson schon immer einen großen Anteil an der Theorien- und Ideenbildung zumindest des strategischen Ansatzes zugerechnet haben.

In diesem Heft wollen wir die Beiträge in der internationalen Diskussion der letzten Jahre vorstellen, die uns am wesentlichsten für diese Entwicklung erscheinen. Sie lassen erkennen, daß die Integration Ericksonscher Hypnosetechniken auch in sehr unterschiedliche familientherapeutische Vorgehensweisen möglich ist und ihre Effektivität wesentlich erhöhen kann. Viele der ursprünglichen Auffassungen in den betreffenden Konzepten über die Wirkungsdynamik therapeutisch effektiver Interventionen werden durch die indirekten hypnotherapeutischen Konzepte hinterfragt, vieles bisher Ungeklärte erhellt sich durch sie.

Wie unterschiedlich aber die einzelnen Ausgangspunkte der Hypnotherapieintegration sind, allen gemeinsam ist, daß sie Ericksonsches Wissen nutzen, um dem Anspruch Ericksons gerecht zu werden, daß jedes Individuum und jedes Familiensystem einzigartig ist und deshalb auch ganz spezifische, auf diese Einzigartigkeit zugeschnittene Interventionen erfordert.

Gunther Schmidt/Bernhard Trenkle

Heidelberg, Februar 1985

#### LITERATUR:

Fisch, R.: Erickson's impact on brief psychotherapy. In: Zeig, J.: *Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel, 1982, 155-162.

Weakland, J.H.: Erickson's Contribution to the Double Bind. In: Zeig, J.: *Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel, 1982, 163-169.

# pfeiffer

## Neuerscheinung

Burkhard Peter (Hrsg.)

## Hypnose und Hypnotherapie nach Milton H. Erickson

Grundlagen und Anwendungsfelder

296 Seiten, Paperback,  
DM 45,-  
Leben lernen 58  
ISBN 3-7904-0424-1

Verlangen Sie unseren  
Gesamtprospekt

Verlag J. Pfeiffer GmbH & Co  
Herzogspitalstraße 5  
8000 München 2  
Tel. 089/2603036

Die Beiträge in diesem Band geben Einblick in den vielfältigen Bereich der Forschung und Praxis der Hypnose. Sie gehen zurück auf Vorträge, die beim ersten deutschsprachigen Kongreß für Hypnose und Hypnotherapie nach Milton H. Erickson 1984 in München gehalten wurden.

Neben Beiträgen, welche hypnotische Phänomene in einem theoretischen Konzept verständlich machen, ist vor allem der Anwendung hypnotischer Techniken in der medizinischen und psychotherapeutischen Praxis viel Raum gewidmet.

Besondere Aufmerksamkeit gilt dem therapeutischen Wirken Milton H. Ericksons, der durch seine beeindruckende Persönlichkeit und die souveräne Beherrschung hypnotischer Techniken einen wichtigen Beitrag für die Hypnose leistete.

## Ericksonsche Psychotherapie und Familientherapie: Möglichkeiten der Integration<sup>1</sup>

Bernhard Trenkle und Gunther Schmidt

**Zusammenfassung:** Die Autoren diskutieren Integrationsmöglichkeiten Ericksonscher Therapieansätze mit verschiedenen familientherapeutischen Konzepten. Familiendiagnostische Modelle und Erickson-orientierte Diagnosekriterien werden beschrieben sowie deren Nutzung, um spezifisch auf die einzelnen Systeme zugeschnittene Interventionsstrategien zu entwickeln und anzubieten. Im Anschluß daran wird gezeigt, welche indirekten Suggestionselemente schon im ursprünglichen Mailänder systemischen Ansatz enthalten sind, und wie diverse indirekte Suggestionstechniken nach Erickson in den Therapieprozeß im systemischen Ansatz gezielter eingebaut werden können, z.B. Einstreutechniken, Metaphern, Anker und indirekte Suggestionen. Es wird beschrieben, wie sich der ursprüngliche Charakter von Interviewführung und Intervention dadurch erheblich verändert, so daß das zirkuläre Fragen zu einer intensiven und sehr effektiven Interventionsform im Sinne indirekt-suggestiver Trancearbeit wird.

### Einleitung

In den 70er Jahren stießen familientherapeutische Konzepte auf zunehmendes Interesse in Deutschland. Stierlin, Boszormenyi-Nagy, Wynne & Singer, Bateson, Lidz, Minuchin, Norman Paul und Selvini Palazzoli sind Namen, die mit neuen Sichtweisen von Patienten, Problemen und Symptomen verbunden sind. Wir stimmen mit Stierlin et al. (1980, S. 13) überein: „Die Familientherapie ist ein neues Paradigma – ein Bezugssystem, das auf signifikante Weise Daten enthüllt und neu ordnet, neue Bedeutungen schafft und neue wesentliche Perspektiven eröffnet.“ Ebenso stimmen wir Haley & Hoffmann (1967, S. V) zu: „Die Behandlungseinheit ist nicht mehr länger die Person, sogar wenn nur mit einer einzelnen Person gesprochen wird; es ist das Netz von Beziehungen, in welches die Person eingebettet ist.“

Mit dem Erscheinen von Haleys „Die Psychotherapie Milton H. Ericksons“ (1978) tat sich eine weitere Dimension auf. Ericksons Ideen und Methoden inspirierten uns, beispielsweise mit folgenden Techniken zu experimentieren: Geschichten und Metaphern erzählen, den Widerstand und zu Rückfällen ermutigen und Ressourcen benutzen. Je mehr wir Ericksons Ideen aufgriffen, desto klarer wurde für uns: Ähnlich wie das Systemdenken ein neues Paradigma für die Theorie darstellt, sind die Behandlungsstrategien und -techniken von Erickson ein Durchbruch für die therapeutische Praxis.

Lange Zeit waren Familientherapie und Ericksonsche Therapie zwei Welten mit wenig Verbindungspunkten. Wenn wir zum Beispiel von einem neuen familiendynamischen Konzept hörten oder lasen, brachte dies oft unmittelbare überraschende Einsichten und Möglichkeiten, Begegnungen mit Familien neu zu ordnen und zu struk-

1) Erweiterte deutsche Version eines Vortrages, den die Autoren auf dem „Second International Congress on Ericksonian Hypnosis and Psychotherapy“, 30. Nov. – 4. Dez. 1983 in Phoenix, USA, gehalten haben. Das englische Original erscheint in: Zeig, J.K. (Ed.): *Ericksonian Psychotherapy, Vol II: Clinical Applications*. New York: Brunner/Mazel, 1985.