

einen Raum betrat, in dem sie von einem Fremden beobachtet wurde. Bei Wiederholung näherte sich die hervorgerufene Angst tatsächlich dem Wert Null. Dieses Vorgehen wurde dann mit einer zunehmenden Anzahl von Fremden wiederholt.

Das war der Ursprung des Standardverfahrens der systematischen Desensibilisierung. Heute ist das die am häufigsten verwendete Technik der Verhaltenstherapie. Obgleich sie sich dank meiner Vorerfahrungen mit Hypnose entwickelte, zeigte sich später, daß es in den meisten Fällen nicht wirklich nötig war, Hypnose einzusetzen. Man konnte ganz einfach sagen: „Stellen Sie sich das und das vor“, ohne formell hypnotische Trance zu induzieren. Dennoch gibt es gelegentlich Fälle, bei denen es entschieden von Vorteil ist, als Hintergrund für das Verfahren der systematischen Desensibilisierung eine Hypnoseinduktion zu verwenden.

Literatur

Braid, J. (1843). *Neurypnology; or, the rational of nervous sleep, considered in relation with animal magnetism*. London: Churchill.

Hypnosis and the evolution of behavior therapy

Early in my career I was intrigued by the fact that under hypnosis bodily effects could be produced over which the subject had no control. But medical training took my interest in other directions. Later, I found a major rule for hypnosis in the development of behavior therapy. Edmund Jacobson had found that anxieties could be counteracted and weakened by the simultaneous induction of the calmness produced by muscle relaxation. But this was very difficult to arrange in the context of real-life anxieties. The problem was solved by applying relaxation against hypnotically-induced anxiety-eliciting images. This was the origin of systematic desensitization.

Keywords: hypnosis, systematic desensitization, behavior therapy

Anmerkung

Vortrag auf dem 2. Europäischen Kongreß für Hypnose und Psychotherapie nach Milton H. Erickson, 3.-7. Oktober 1995 an der Universität München. Erstveröffentlichung des englischen Originals in B. Peter et al. (Eds.) (1996). *Munich lectures on hypnosis and psychotherapy* (S. 137-139). München: M.E.G.-Stiftung. [Hypnosis International Monographs 2]. Übersetzung aus dem Englischen von Alida Iost-Peter.

20 Jahre M.E.G.

Die *Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.)* war zunächst eine Idee in einem einfachen Motel in Phoenix, wo wir, Burkhard Peter, Wilhelm Gerl und Alida Iost-Peter wohnten, während wir an einem Lehrseminar von Milton H. Erickson teilnahmen. Konkret wurde sie am 8. 9. 1978 in Ericksons kleinem Arbeitszimmer, als wir mit ihm über diese Idee sprachen und ihn fragten, ob wir seinen Namen für eine deutsche Hypnosegesellschaft benutzen dürften. Neben all den Geschichten, die er uns dreien dann erzählte, antwortete er auch ganz direkt: „You can use my name in any way you find to be appropriate.“ Wir gründeten daraufhin in Phoenix die *Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.)* und vollzogen nach unserer Rückkehr die formalen Akte der Gründung im Sinne des Vereinsrechts am 21.11.78 und der Eintragung ins Vereinsregister am 12.1.79.

Hierbei kam es - wie bei solchen „Akten“ fast zwangsläufig, denn nur so kann man später seinen Enkeln echte Geschichten aus dem wirklichen Leben erzählen, Geschichten von Intrigen, Kämpfen, Siegen und Niederlagen - zu einem Ereignis, das Erickson stark verärgert und uns zunächst sehr verschreckt hat: Das Registergericht, dem wir die Gründung gemeldet hatten, teilte uns mit, unser Name könne nicht akzeptiert werden, weil es schon einen fast gleichlautenden Namen für eine analoge Gesellschaft mit ähnlichen Zielen gebe. Diese habe sich genau einen Tag nach uns konstituiert, ihre Unterlagen bereits eingereicht und sei deshalb vor uns ordentlich registriert worden.

Vor dem Hintergrund, daß die M.E.G. seit einiger Zeit darum bemüht ist, Hypnotherapie als eigenständiges Verfahren zu institutionalisieren, gehört es im nachhinein zu den eher humoristischen Aspekten in der Geschichte der M.E.G., daß es dem Gründungsvorsitzenden damals gelungen ist, die Beamtin am Registergericht davon zu überzeugen, daß die beiden Begriffe „klinische Hypnose“ und „Hypnotherapie“ so völlig verschieden voneinander seien - denn dies war der einzige Unterschied in der Namensgebung beider Gesellschaften -, daß man diese beiden Gesellschaften mit Sicherheit nicht verwechseln könne.

Und noch ein Aperçu: die beiden Münchner Kollegen, Initiatoren jener anderen Erickson-Gesellschaft, waren zu dieser formalen Gründungsversammlung am 21.11.78 in München ganz ausdrücklich eingeladen worden. Wir wollten beide gleich von Anfang an im Vorstand mit dabei haben. Jahre später lösten sie ihre Gesellschaft auf - sie hatte in der deutschen Hypnoselandschaft nie eine Rolle gespielt - und wurden Mitglieder der M.E.G. Sie sind es noch heute.

Wir wollen die Geschichte der M.E.G. hier nicht erschöpfend beschreiben; einige Meilensteine sind aber vielleicht erwähnenswert.

1984 war ein wichtiges Jahr. Nach unserem *Ersten deutschsprachigen Kongreß für Hypnose und Hypnotherapie nach Milton H. Erickson* an der Universität München machten Burkhard Peter und Wilhelm Gerl ihre Plätze als erster und zweiter Vorsitzender für Dirk Revenstorf und

Gunther Schmidt frei. Ferner kamen Christoph Kraiker als Schriftführer und Bernhard Trenkle als Herausgeber des M.E.G.a.Phons hinzu.

Nach einer Reihe kleinerer Veränderungen im Lauf der Zeit, die hier nicht alle im einzelnen aufgeführt werden sollen - wir bitten die entsprechenden Kolleginnen und Kollegen um Nachsicht, wenn sie nicht erwähnt werden -, erfolgte die erste größere Umbesetzung des Vorstandes erst wieder 1996, als Bernhard Trenkle erster Vorsitzender wurde und Dirk Revenstorf die Führung der neugegründeten „Akademie für Hypnose und allgemeine Psychotherapie“ übernahm, welche sich - wie oben schon angedeutet - um die Institutionalisierung der Hypnotherapie als eigenständiges Verfahren kümmern soll. Dieser Akademie gehört u.a. auch der derzeitige Präsident der *International Society of Hypnosis (ISH)*, Walter Bongartz, an.

Nicht unbedeutend war auch die Aufnahme der M.E.G. in die *European Society of Hypnosis (ESH)* und in die *ISH* im Jahre 1989, sowie die Organisation jener kleinen, aber in ihren Auswirkungen sehr weitreichenden *Joint Conference: Ericksonian Hypnosis and Psychotherapy*, 1992 in Jerusalem, welche - man glaubt es heute kaum noch - die damals stark verfeindeten Lager der „Traditionisten“ und „Ericksonianer“ an einen Tisch brachte. Seitdem ist diese spezielle Form der Dichotomisierung obsolet, welche nach dem Tod Ericksons 1980 in der internationalen Hypnosegemeinschaft ausgebrochen war.

Daß die M.E.G. die Ehre hat, im Jahre 2000 den traditionsreichen *15. Internationalen Kongreß für Hypnose* an der Universität München durchzuführen, ist aber auch das Ergebnis der kontinuierlichen Arbeit der vielen Kolleginnen und Kollegen innerhalb und außerhalb der M.E.G., die sich um die klinische Weiterentwicklung, Evaluierung und wissenschaftliche Fundierung von Hypnose und Hypnotherapie kümmern. Neben den verschiedenen deutschsprachigen Büchern, die in der Zwischenzeit erschienen sind, zeugt davon auch unsere Zeitschrift *HYPNOSE UND KOGNITION*, die auch dieses Mal mit einer Erstauflage von 3000 erscheint.

Als Gründungsmitglieder wünschen wir der M.E.G. von Herzen, daß sie in Ihrem Bemühen weiterhin erfolgreich sein möge, moderne Hypnose wirksam in den Dienst der öffentlichen Gesundheit zu stellen. („Modern hypnosis in the service of public health“ wird das Leitthema sein für den *15. Internationalen Kongreß für Hypnose* im Jahre 2000 in München.) Weiterhin wünschen wir der M.E.G., daß sie auch im Vorstand jung genug bleiben möge, um mit genügend Kraft und Frische die Jahrhundert- bzw. Jahrtausendschwelle gut überspringen zu können, ohne von der z.Z. grassierenden und demnächst noch virulenter werdenden Eso-Krankheit infiziert zu werden. Diese Krankheit hatte Hypnose vor genau 100 Jahren schon einmal befallen, damals unter dem Namen Spiritismus und Mediumismus, und es hat lange gedauert, in Deutschland über 70 Jahre, bis die wissenschaftlich fundierte Hypnose international und dann auch in den deutschsprachigen Ländern wieder ernsthaft Fuß fassen konnte.

München, 1. Mai 1998

Burkhard Peter
Wilhelm Gerl
Alida Iost-Peter

From the World of Experimental and Clinical Hypnosis

■ Der Newsletter der International Society of Hypnosis (ISH) veröffentlicht regelmäßig gut lesbare Zusammenfassungen über laufende oder abgeschlossene Forschungsprojekte aus dem Bereich der klinischen und experimentellen Hypnose. Im Folgenden ist eine kleine Auswahl davon mit Erlaubnis des Herausgebers Burkhard Peter wiedergedruckt. Weitere Informationen über den Bezug dieses Newsletters oder über die International Society of Hypnosis (ISH) können angefordert werden beim derzeitigen Präsidenten der ISH:

PD Dr. Walter Bongartz
Fachgruppe Psychologie
Universität Konstanz
Universitätsstr. 10
D-78434 Konstanz
Walter.Bongartz@uni-konstanz.de

oder direkt von:

ISH Central Office
Level 1, South Wing
Austin and Repatriation Medical Centre
Repat Campus
Locked Bag 1
West Heidelberg, VIC. 3081
AUSTRALIA
Fax.: +61/3/9496-4107
100353.747@compuserve.com
<http://www.ish.unimelb.edu.au>