

Buchbesprechung

Editorische Vorbemerkungen

HyKog hat bislang weder Buchbesprechungen noch ausführlichere Untersuchungsberichte veröffentlicht. Das hat sich mit diesem Heft nun geändert. Beide Artikel, der vorausgehende über eine Evaluationsstudie zum Simonton Training und die nachfolgende Buchbesprechung können und sollen Anstoß zur Diskussion geben, denn beide behandeln wichtige und in letzter Zeit z.T. auch kontrovers diskutierte Themen: Visualisierungsübungen für Krebskranke nach Simonton und Hypnose und Verhaltenstherapie. Die nachfolgende Besprechung war ursprünglich für das Informationsblatt der M.E.G., M.E.G.a.Phon bestellt und geplant (dort erscheinen regelmäßig Hinweise auf und Kurzbesprechungen von neuen Büchern): Im März dieses Jahres, kurz vor Erscheinen unseres Buches Hypnose und Verhaltenstherapie hatte ich PROF. DR. DIRK REVENSTORF gebeten, unter seinen Kollegen nach einem Rezensenten für dieses Buch zu suchen, und er fand ihn an seinem Institut an der Universität Tübingen: PD DR. WOLFGANG MILTNER. Ein Nachteil dieser Rezension ist aber nun, daß sie für das M.E.G.a.Phon viel zu lang ist und deshalb dort keinen Platz mehr fand. Also entscheiden DR. CHRISTOPH KRAIKER und ich, sie in das vorliegende Heft aufzunehmen. BURKHARD PETER, DIPL.-PSYCH.

Besprechung von Peter, B., Kraiker, C. & Revenstorf, D. (Hrsg.) (1990). Hypnose und Verhaltenstherapie. Bern: Huber (288 Seiten; DM 39,80)

"Dieses Buch versteht sich als eine Fortführung und Konsolidierung" der Diskussion zur Beziehung zwischen Hypnose und Verhaltenstherapie, die 1987 in der Zeitschrift *Hypnose und Kognition* begonnen wurde. So formulieren die drei Herausgeber die Zielsetzung dieses Buches. Die Notwendigkeit für eine solche Diskussion ist unbestritten und sicher stimmt die einleitende Bemerkung von Peter, Kraiker und Revenstorf, daß "die seltsamsten Vorstellungen über die Hypnose" existieren. Ich wundere mich deshalb, warum ein solches Werk erst heute für den deutschsprachigen Raum vorgelegt wird.

Nach diesen einleitenden Hinweisen war ich also gespannt auf das Buch und freute mich auf das versprochene 1. Kapitel zur Frage "Was ist Hypnose" (Autor Peter), in dem eine Darstellung der wichtigsten Prinzipien der Hypnose angekündigt wird. Ferner soll im Kapitel 2 die Frage beantwortet werden, was Verhaltenstherapie ist (Kraiker). In Kapitel 3 (Kossak) schließlich soll die "Geschichte ihres gegenseitigen Verhältnisses" näher betrachtet werden. In Kapitel 4 folgen dann 10 Falldarstellungen (Kraiker, Timp, Forster, Bongartz, Kossak, Peter, Hoppe, Mrochen, Revenstorf, Gerl), die beispielhaft darlegen sollen, wie Hypnose und Verhaltenstherapie bei der Lösung praktischer Problemstellungen miteinander kombiniert werden können. Einleitend wird ausdrücklich betont, daß man besonders auf Interventionen mit unterschiedlichem "Stil" Wert gelegt hat. Die letzten drei Kapitel des Buches schließlich "greifen das Problem des Verhältnisses von Hypnose und Verhaltenstherapie" noch einmal auf, wobei zunächst herausgearbeitet werden soll, was Hypnotherapeuten von der Verhaltenstherapie (Kapitel 5, Peter) bzw. was Verhaltenstherapeuten von der Hypnose (Kapitel 6, Kraiker) lernen können. Im siebten und letzten Kapitel des Buches schließlich versucht Revenstorf darzulegen und zu begründen, daß Hypnose als spezielle Form einer sich als kognitiv zu verstehenden Therapie konzipiert werden kann.

Ich war also neugierig, wie das Verhältnis zwischen Hypnose und Verhaltenstherapie heute eingeschätzt wird und welche Entwicklungen sich aus der gegenwärtigen Diskussion für beide Konzepte abzeichnen lassen. Allerdings enthält Peters einleitendes Kapitel zur Theoriegeschichte der Hypnose eher Altbekanntes zur Entwicklung der Hypnose, wie es von zahlreichen Vorgängern auf sehr ähnliche Weise bereits des öfteren beschrieben wurde. Bei seiner Theoriegeschichte der Hypnose vermißt man eine verständliche Formulierung der Grundkonzepte, die sich in den letzten hundert Jahren zur Entstehung und Wirkung der Hypnose entwickelt haben. Begriffe wie Magnetismus, romantischer Mystizismus u.a. wer-

den dem Leser kaum ideengeschichtlich erläutert. Stattdessen erfährt man Geschichtchen über die Ahnherren der Hypnose (Herr Mesmer war ein Jahr lang depressiv, nachdem er sich mit etlichen Kommissionen herumzuschlagen hatte und verschwand dann enttäuscht "in der Versenkung"). Ferner bleibt manche Einordnung der ersten Hypnosekonzepte fragwürdig, so wenn behauptet wird, Janet habe bei seiner Arbeit eine therapeutische Umstrukturierung kognitiver Schemata verfolgt. Natürlich kann das Janet so niemals formuliert haben. Aber solche Ausführungen klingen gut und eingängig, sie liegen im Zeitgeist. Schließlich war ich enttäuscht, nichts über die unzähligen Diskussionen zwischen Hilgrad, Weitzenhoffer und Barber zu erfahren, die mit Hilfe experimentell-psychologischer Konzepte versucht haben, die Frage nach dem "Was ist Hypnose" zu klären. Relativ viel Raum wird den Konzepten Milton Ericksons gewidmet, mit dem nach Peter die neuere Geschichte der Hypnose eigentlich erst beginnt. Bei der Darstellung seiner Konzepte habe ich allerdings schade gefunden, daß Peter dort, wo die Diskussion über Erickson spannend geworden wäre, auf andere Autoren verweist, so daß man am Ende eine Menge kleiner Theoriegeschichtchen erfährt, aber es insgesamt doch schwer hat, die großen Entwicklungslinien der Hypnose zu erkennen.

Im nächsten Kapitel von Kraiker zur Frage "Was ist Verhaltenstherapie" erfuhr ich erstaunt, daß man "unter Verhaltenstherapie eine offene Klasse von Techniken versteht, die durch Familienähnlichkeit miteinander verwandt sind". Aber das, - so liest man weiter - "ist keine ganz korrekte Formulierung. Tatsächlich ist die Verhaltenstherapie ein auf bestimmten Grundannahmen beruhendes Forschungsprogramm zur Entwicklung und Anwendung von Interventionen ... Psychische Probleme werden angesehen als mangelnde Fähigkeiten beim Bewältigen bestimmter Aufgaben bzw. als Konsequenzen ... falscher Strategien ... Die innere Plausibilität dieser Betrachtungsweise ergibt sich ... daraus, daß viele der grundlegenden therapeutischen Prinzipien in der informellen Alltagserziehung angewandt werden und sich dort über die Menschheitsgeschichte hinweg bewährt haben." Und weiter: "Sie sind in ihrer Wirkungsweise unmittelbar einleuchtend und bedürfen von daher keiner besonderen Begründung." Fortführend betont Kraiker, daß sich viele bisher in der Verhaltenstherapie entwickelten Strategien sehr nahe an der Alltagserziehung orientieren und sich die Verhaltenstherapie als eine Art Sammlung von Prinzipien darstellen läßt, die Gewöhnung durch wiederholte Konfrontation, Sensibilisierung, Verhaltensübung, Verhaltensformung, Modellernen und Selbststeuerung einschließt. Mit Ausnahme der Tatsache, daß die Verhaltenstherapie kein reines Forschungsprogramm ist, sondern sich von Anfang an immer als therapeutisches Konzept verstand, treffen Kraikers Aussagen zu; sie sind jedoch so allgemein, daß sie für fast alle Therapiekonzepte gelten. In dieser Allgemeinheit bleibt deshalb unklar, was nach Kraiker Verhaltenstherapie nun im Besonderen ist. Die wirklich interessanten Grundlagen und Konzepte der Verhaltenstherapie werden m. E. nicht erläutert und diskutiert, sondern im letzten Abschnitt nur in einer Art Aufzählung aneinandergereiht. Wir erfahren hierbei, daß die Verhaltenstherapie fundamentale Polaritäten aufweist: "respondente versus operante Verfahren, kognitive Techniken versus Verhaltenstechniken, Fremdkontrolle versus Selbstkontrolle" usw. Wie nötig wäre es gewesen, diese Aspekte der Verhaltenstherapie bei der Frage nach dem "Was ist Verhaltenstherapie" zu diskutieren.

Kapitel 3 von Kossak versucht die Entwicklung der Methodenkombination von Hypnose und Verhaltenstherapie nachzuzeichnen und untersucht ihre Vorteile bei der Behandlung einiger klinischer Problemstellungen. Die Wurzeln einer verhaltenstheoretischen Begründung der Hypnose werden dabei auf Pawlow und Hull zurückgeführt, die bereits schon im ersten Drittel dieses Jahrhunderts neurophysiologische Grundlagen der Hypnose formulierten und dabei den hypnotischen Zustand als klassisch konditioniertes Verhalten interpretierten. Bedauerlicherweise sind die Ausführungen zu diesen wichtigen Grundlagen der Hypnose sehr knapp gehalten, so daß nur der bereits gut vorinformierte Leser mit Gewinn folgen kann. Obwohl Kossak die Konsequenzen der lerntheoretischen Grundlagen für komplexe klinische Problemstellungen in Frage stellt, zeigen die im Text erwähnten experimentellen und klinischen Studien zur klassischen Konditionierung, daß auch komplexe Verhaltensweisen (z.B. posthypnotische Aufträge) als Konditionierungen höherer Ordnung interpretiert werden können. Einige als experimentelle Belege zitierten Studien sind darüberhinaus nicht richtig wiedergegeben. So war ich überrascht zu lesen, daß nach Crawford (1989) anzunehmen ist, daß Suggestionen möglicherweise deshalb nicht als konditionierte Reize verstanden werden können, weil "selbsterzeugte Hypnosesugge-

stionen bestimmte Stimuli sind, die die Aktivität subkortikaler Zentren beeinflussen und dort wie Steuer- und Filtersysteme arbeiten." Das ist durchaus denkbar, würde aber ihrer Natur als konditionierte Reize nicht widersprechen. Allerdings wurde die Rolle solcher subkortikaler Zentren in den zitierten Studien der Arbeitsgruppe von Crawford nicht untersucht, vielmehr wurde dort gezeigt, daß sich zwischen gut suggestiblen und nicht suggestiblen Personen signifikante Unterschiede in hirnelektrischen Aktivitäten und in Parametern kortikaler Hirndurchblutung zeigen, wenn sie sich mit Aufmerksamkeitsaufgaben oder verschiedenen emotionalen Vorstellungen beschäftigten. Ob die hierbei beobachteten Unterschiede subkortikalen oder anderen kortikalen Strukturen zuzuschreiben sind, deren Aktivität durch Hypnose beeinflusst wird, bleibt in den Arbeiten von Crawford jedenfalls unbeantwortet. Damit bleibt der Informationswert dieses dritten Teil des Buches ebenfalls eher fragwürdig.

Im nachfolgenden Teil werden 10 ausgesprochen interessante Einzelfälle dargestellt, bei denen die Autoren erfolgreich versucht haben, Hypnose und Verhaltenstherapie miteinander zu kombinieren. Dieser Teil des Buches ist spannend und informativ. Alle berichteten Fälle geben einen guten Eindruck, wie lebendig, kreativ und teilweise humorvoll solche Methodenkombinationen ablaufen können. Die Vielfalt der therapeutischen Stile wirkt dabei als erfrischende und phantasiebereichernde Dokumentation einer erfolgreichen Methodenkombination. Berichtet werden Beispiele der Behandlung bei einer agoraphobischen Störung, einer einfachen Phobie (Angst vor Spritzen), bei einer Störung, die als Nägelbeißen und Depression umrissen wird, bei Drehschwindel, Brechdurchfällen und Examsenproblemen, bei Prüfungsversagen, chronischen Schmerzen, Morbus Crohn, einer Herzphobie und einer ursprünglich und fälschlicherweise als endogene Depression diagnostizierten Alltagsunlust. Nach einer kurzen Beschreibung der Problemstellung werden die diagnostischen Verfahren und Überlegungen zur Entstehung und Form der Störung sowie der Auswahl der verwendeten Methoden skizziert. Bei den einzelnen Indikationsstellungen fiel mir auf, wie schwer es ist, Kriterien für die Auswahl eines Verfahrens zu formulieren, solange es keine experimentell bzw. empirisch bewerteten Indikationskriterien für verschiedene Formen oder Kombinationen von Psychotherapie gibt. Trotz der Vielzahl von Überlegungen, die angeführt werden, wurde ich den Eindruck nicht los, daß die Therapeuten genau das Verfahren angewandt haben, das sie am besten beherrschen und das ihrem Naturell am ehesten entsprach. Offensichtlich ergibt sich die Therapieform, die ein Klient als Kombinationen von Hypnose und Verhaltenstherapie erhält, nicht aus empirisch bzw. experimentell begründeten Indikationserwägungen. Die Auswahl und der Ablauf einer Kombinationstherapie aus Hypnose und Verhaltenstherapie scheint sich vielmehr, wie bei allen anderen Psychotherapien auch, vor allem danach zu bestimmen, welche Methoden der einzelne Therapeut beherrscht oder persönlich bevorzugt.

Das nächste Kapitel von Peter versucht anhand der geschilderten Fälle zu zeigen, was Hypnotherapeuten von der Verhaltenstherapie lernen können. Etwas verkürzt wird unter Hypnotherapie dabei jene Form der Hypnose verstanden, wie sie von Milton Erickson beschrieben wurde. In einem zu den vorausgehenden Kapitel redundanten Teil werden dann nochmals die Grundlagen der Verhaltenstherapie dargestellt, mit neuerlichen Erklärungen zur klassischen und operanten Konditionierung, zu kognitiven Lernmodellen und zahlreichen weiteren Begriffen. Als Leser wird man von der Fülle der angerissenen Themen beeindruckt und fast überwältigt. Anstelle solcher Fülle wäre m. E. der Versuch lohnender gewesen, wenn sich Peter auf die Interpretation der in den Fällen beschriebenen verhaltenstherapeutischen Konzepte beschränkt hätte, anstatt eher assoziativ aneinandergereihte Einzelprobleme therapeutischer Konzepte und Verhaltenstrategien auszubreiten. Auch wußte ich nur wenig mit den zahlreichen Hinweisen anzufangen, daß Erickson ein sehr gebildeter und geschickter Therapeut war, der es verstand, Erkenntnisse aus fast allen Bereichen der Psychologie für seine therapeutischen Zwecke zu nutzen, um dann folgende Passage zu lesen: "Verhaltenstherapeuten haben sich noch nie geschaut, in anderer Leute Gärten zu ernten und Methoden zu übernehmen, um ihnen - wenn überhaupt - erst nachträglich den Mantel theoretischer Rechtfertigung überzuziehen." Vielleicht ist es eine Frage des Stils, ob bei der Behandlung der Frage, was Hypnotherapeuten von der Verhaltenstherapie lernen können, solche Aussagen wichtig sind.

Kraiker versucht im nächsten Kapitel die umgekehrte Frage zu beantworten und zu überlegen, was die Verhaltenstherapie von der Hypnose lernen könne. Dieses Kapitel ist sehr aufschlußreich, indem es zeigt, daß die Einbeziehung der Hypnose im Rahmen von Verhaltenstherapie besonders zur In-

tensivierung emotionaler Prozesse verwendet werden kann. Hypnose kann z.B. helfen, Lernprozesse beim Aufbau neuen Verhaltens oder beim Umlernen kritischer Verhaltensweisen durch eine Verbesserung der imaginativen Vorstellungsfähigkeit zu beschleunigen. Sehr gelungen halte ich auch die Diskussion zur Frage der Transparenz des therapeutischen Vorgehens in der Hypnose und in der Verhaltenstherapie. Erscheinen die therapeutischen Strategien, Verfahren und Situationen der Hypnose für den Klienten eher wenig transparent und deshalb die Therapie als geheimnisvoll und voll Überraschungen, so wird die Verhaltenstherapie von Kraiker eher als eine Therapie charakterisiert, die spröde, offen und in ihren Zielen, Methoden und therapeutisch erzeugten Erlebens- und Verhaltenssituationen als rational nachvollziehbar und durchsichtig erscheint. Beides hat, so Kraiker, Vor- und Nachteile, wobei das überraschende und nicht immer transparente Konzept der Hypnose dazu beiträgt, daß Klienten zu Verhaltensproblemen vordringen und sie beeinflussen lernen, die ihrem eher rational gesteuerten Verhalten ansonsten verschlossen bleiben würden. Dies trifft insbesondere für sogenannte paradoxe Interventionen zu, die ihre therapeutische Kraft häufig aus der ihr innewohnenden Dialektik zwischen Kontrolle und Kontrollverzicht erfahren. Informativ und für Verhaltenstherapeuten hilfreich fand ich auch die Diskussion zur Rolle von Reaktanz und Reaktionsvermeidung, die in beiden Therapiekonzepten ebenfalls verschieden akzentuiert werden. Vermeidet die Verhaltenstherapie - so Kraiker - in der Regel Reaktanz und Reaktionsvermeidung auf Seiten des Klienten als eine wesentliche Bedingung der Aufrechterhaltung von Verhaltensproblemen, so spielt beides in der Hypnotherapie im Zusammenhang mit der Induktion überraschender Erfahrungen eine wichtige Rolle.

Das letzte Kapitel von Revenstorff skizziert Hypnose als eine Form kognitiver Therapie. Unter Bezugnahme auf neue Ergebnisse der Kognitionswissenschaften werden die hypnotischen Phänomene (Trance, Suggestion, Analgesie, Altersregression, Halluzination, Konfusion) mit neueren Überlegungen zur kortikalen Informationsverarbeitung und zur Struktur des Gedächtnisses in Verbindung gebracht. Ferner wird gezeigt, daß die Wirkung von Hypnose auch als eine Folge therapeutischer Interventionen verstanden werden kann, die die zur Erklärung und Steuerung von Verhalten entwickelten kognitiven Schemata und die ihnen oft innewohnende Tendenz zur Beharrlichkeit und Starrheit durch neue Anstöße und Modifikationen von außen verändern kann. Bezug genommen wird hierbei auf verschiedene Überlegungen der Chaostheorie, die in vielen Bereichen der Naturwissenschaft zeigen konnte, daß scheinbar starren Naturphänomenen oft eine unvorhersagbare Dynamik eigen ist, wie auch umgekehrt allen zunächst bizarr und zufällig erscheinenden Naturphänomenen meist eine innere Ordnung höheren Grades innewohnt, obwohl sie sich von Moment zu Moment nicht eindeutig vorhersagen lassen. Anhand von Überlegungen zur Selbstorganisation natürlicher Systeme, damit auch vieler Verhaltensprobleme und Affektstörungen, wird Hypnose als eine Methode skizziert, mit der es gelingen kann, die Organisation von Verhaltensproblemen zu einem neuen Grad an Selbstorganisation anzustoßen, so daß sich selbst äußerst starre Systeme (Verhaltensklärungen, Interpretationsschemata) verändern können. Revenstorff zeigt, wie für solche neuen Formen der Selbstorganisation Methoden der kognitiven Therapie in der Hypnose verwendet werden können, die dort als Anweisung zur stoischen Selbstkontrolle oder kognitiven Disputation und Umstrukturierung irrationaler Gedanken mit Hilfe von positiven Selbstinstruktionen und neuen imaginativen Bewältigungsphantasien zur Affektreduktion bei emotionalen Störungen und zur Kontrolle problematischen Verhaltens verwendet werden. Sehr überzeugend zeigt Revenstorff, wie diese Prinzipien in den bekannten Ericksonschen Konzepten der Hypnotherapie umgesetzt werden.

Gesamtresumée: Das Buch ist mit Ausnahme zweier Kapitel nicht sehr innovativ. Die einleitend formulierte Absicht, mit diesem Buch die Diskussion zwischen Hypnose und Verhaltenstherapie voranzutreiben und dafür zu sorgen, daß beide Therapiekonzepte besser ineinander verzahnt werden, wird nicht erfüllt. Wer gerne Fallgeschichten liest, wird von den 10 Einzelfalldarstellungen profitieren. Sie machen das Buch trotz erheblicher Mängel in den Kapiteln über die theoretischen Grundlagen beider Therapiekonzepte lesenswert.

Tübingen im September 1991

PD Dr. Wolfgang Miltner, Med. Psychologie, Universität Tübingen, Gartenstr. 29, 7400 Tübingen