

## I don't know

Hypnose als Lebenshaltung der Mitmenschlichkeit – Bericht über den 19. Internationalen Hypnose-Kongress in Bremen.



Vollbesetzt: Plenum des 19. Internationalen Hypnose-Kongresses in Bremen.  
Fotos: M.E.G. Rottweil

Ein so hochkarätiger Kongress gewissermaßen vor der Haustür – zumindest für mich als Hamburgerin – übt starke Anziehungskraft aus. Knapp 2300 Fachleute aus dem medizinischen und psychosozialen Bereich folgten Ende Oktober der Einladung der ISH (The International Society of Hypnosis), die im Logo „Building Bridges of Understanding“ führt, zum 19. Internationalen Hypnose-Kongresses in Bremen. Möglich gemacht hat es der unermüdlige Einsatz Bernhard Trenkles vom Milton Erickson Institut Rottweil und seines Organisationsteams. Die gastgebende Gesellschaft ist die M.E.G.

Aus der systemischen Therapie kommend, nutze ich seit zehn Jahren mit anhaltender Faszination die fast unbegrenzten Möglichkeiten der Hypnose, Menschen in einen Lösungsmodus zu verhelfen. Ich hatte mir aus den Themen der gut 300 Referenten aus 33 Ländern vorab u.a. Hypnose und Familien-Therapie, Allergien und Nocebo-Effekte in der Medizin ausgewählt. Außerdem interessieren mich innovative Techniken, mit denen die Kollegen ihre Klienten in Trance schicken.

Psychologe Wolfgang Elger aus Greven nutzt eine Sechsstapen-Trance. Wir erleben sie am eigenen Unterbewusstsein in seinem Workshop zu Veränderungen des „heimlichen Drehbuchs“ unzweckmäßiger Überzeugungen und Lebenspläne. Von einem guten innerlichen Ort identifizieren wir in einem sportlichen Erleben (Laufen, Walken, Radfahren etc.) unsere inneren Antreiber, modifizieren sie über veränderte Wahrnehmungsmodalitäten und geben uns eine innere Erlaubnis für das eigene Tempo. Dann wird's neblig. Charmant gemeint vom Referenten: die Trance nicht zu tief werden zu lassen. Die Rückkehr aus dem inneren Erleben in den Saal nach jeder Etappe löst bei mir das aus, was wir Hypno-Fach-

leute „fraktionierte Tranceinduktion“ nennen und zur Vertiefung der Trance nutzen ...

Aus dem Symposium „Neue Konzepte zur Depression“ nehme ich den Vortrag Camillo Loriedos aus Rom mit, des scheidenden ISH-Präsidenten. Loriedo sieht die Familie als System, samt ihren Möglichkeiten der unbewussten gegenseitigen Beeinflussung. Wenn ein heranwachsendes Mädchen als Einzige in der Familie ein Lächeln auf die Lippen des depressiven Vaters zu zaubern vermag, könnte sie aufgrund des Wirkens transgenerationaler Muster bei der eigenen Partnerwahl scheitern. Zumindest wenn sie sich ebenfalls einen depressiven Partner wählt, und zwar mit der Idee „alles besser als die Mutter zu machen“.

Loriedo sieht als einzige Möglichkeit in Richtung „Heilung“, Depressive dazu bringen, anderen zu helfen. Der führende Placebo- und Erwartungshaltungsforscher Irving Kirsch, USA, referiert, dass die gängigen Depressionsmedikamente kaum wirksamer sind als Placebos. Hinsichtlich Rückfallprophylaxe ist Sport wesentlich effizienter als Medikamente. In der Pause erstehe ich trotz innerlich auferlegter Buchkaufverbote am wohlsortierten Büchertisch den Band von Matthew Johnstone „Mein schwarzer Hund – Wie ich meine Depression an die Leine legte“. Eine wunderbar illustrierte Geschichte über den Umgang mit Depression und deren Bewältigung.

Bei Edwin Yager aus San Diego, einem über 80jährigen Therapeuten, erlebe ich seine „Subliminal Therapy“. „Subliminal“ übersetze ich mir mit „unbewusst“. Yager bietet eine Demo zum Thema Suchtverhalten an. Seine Probandin bittet er, in dem therapeutischen Gespräch, das er mit ihr führt, ihre Antworten von einer Tafel abzulesen, die sie sich

gewissermaßen vor ihrem geistigen Auge vorzustellen habe. Auf diese Weise, erklärt Yager, kommuniziere er mit einer „Form der höheren Intelligenz“ in ihr, er nennt es *centrum*. Die einzige Aufgabe des Bewusstseins bestehe darin abzulesen, was auf der inneren Tafel erscheint. Als ich die Probandin tags darauf nach ihrem Befinden frage, sagt sie, sie habe schon einige Therapien erlebt, auch hypnotherapeutische. Hier merke sie erstmals, dass „etwas Neues in Gang“ gekommen ist.

Einen ähnlichen Rahmen für die Arbeit des Unbewussten wie Yager bietet Eberhard Brunier aus Mainz bei seiner Behandlung von Allergien. Diese innere Haltung, das Unbewusste für die Lösung einzuspinnen, liegt mir sehr. Aufgabe des Therapeuten, der Therapeutin ist es, diesen Prozess mit Strukturangeboten zu begleiten.

Wie erfrischend Sitzungen mit sogenannten Problemfällen sein können, macht Ben Furman, Direktor des Helsinki Kurzzeittherapie-Instituts, mit seinem (gnadenlos!) lösungsfokussierten Ansatz klar. Anhand von Fallgeschichten verdeutlicht er, was wir dann in Zweiergruppen üben und erfahren dürfen. Meine Lieblingsgeschichte ist jene von der Familiensitzung mit einem „schwierigen“ Teenager, der seine Umgebung mit stets einer Antwort an Jeden und zu allem herausfordert: „I don't know“. Furman gelingt es, mit dem Rest der Familie ein mehrstimmiges Lied mit dem Refrain „I don't know“ anzustimmen. Solange, bis der Jugendliche den Therapeuten völlig entnervt bittet, mit ihm sprechen zu dürfen.

Im Symposium „Hypnosis and Family Therapy“ arbeiten am nächsten Morgen Ben Furman, Danie Beaulieu, Gunther Schmidt und Camillo Lorioedo – weitgehend ohne formale Tranceinduktion. Danie Beaulieu aus Kanada nutzt für ihre Impact-Techniken simple Gegenstände des Alltags, es geht dabei um das Erleben über alle Sinneskanäle. In einem ihrer Bücher las ich, wie sie in der Paartherapie einmal Frau und Mann je einen Plastikbecher mit Wasser in die Hand drückte – als Symbol für Wünsche, Ziele, Bedürfnisse, alles, was die beiden als Persönlichkeit ausmacht. Normalerweise ist es im Leben eines Paares so, dass jeder dem anderen etwas von seinem Becher abgibt. Natürlich fällt da ab und zu auch mal etwas daneben. Der Kongress war mir Anlass, die Idee endlich einmal anzuwenden. Die Frau in meiner Paartherapie klagt, wie klein sie sich fühle, weil ihr Mann sie so demütige. Der Mann listet auf, was er von ihr erwarte, leider vergeblich. Irgendwann greife ich den Becher der Frau, zerknautsche ihn und sage: „Was soll aus einem solchen Gefäß noch fließen?“ Das Paar vor mir wird sehr, sehr nachdenklich.



Übergabe: Camillo Lorioedo und der gesamte IHS-Vorstand überreichen der neuen Präsidentin, Julie Linden, ein Herz vom Bremer Freimarkt.

Auf dem Kongress bietet Hans-Christian Kossak, Autor eines meiner Lieblingslehrbücher, „Hypnose und die Kunst des Comic“, eine liebevollst zusammengestellte Präsentation zu Comics unterschiedlichster Genres. Tatsächlich steckt in Cartoons und Comics viel an Hypnose drin. Laut Studien haben Comic-Leser einen schnelleren Zugang zur Hypnose als Nicht-Comic-Leser. Eine Sozialisation mit Mickey Mouse, Donald & Co. beeinflusst demnach Einstellung, Erwartungshaltung und Kooperationsbereitschaft in der Trance. Von Kossak lerne ich *das* Fremdwort des Kongresses: Onomatopöien. Es beschreibt die graphische Darstellung von Lauten.

In einem Festakt während des abendlichen Banketts ehrt die ISH jene Kolleginnen und Kollegen, die sich in Wissenschaft und Praxis verdient gemacht haben. Die Wissenschaftlichkeit der Hypnose ist gut belegt. Der wissenschaftliche Beirat für Psychotherapie in Deutschland bewertet ihre Wirkung für viele Bereiche als bewiesen. Professoren von Seattle bis Peking, Rom bis Tübingen, Mailand bis Lüttich stellen in Bremen ihr Forschungsergebnisse vor. Weltweit führende Hirn- und Schmerzforscher sind zu Gast.

Camillo Lorioedo legt sein Amt als Präsident ab und Julie Linden in die Hände – symbolisch mit einem Richterhammer. Es werden keine großen Reden geschwungen an diesem Abend. Haften bleibt mir sinngemäß Lorioedos Wunsch, dass sich Hypnose und ihre kommunikativen Ausprägungen als Lebenshaltung der Mitmenschlichkeit verbreiten mögen.

Am Ende zeigt der Kongress-Gegenstand auch beim Servicepersonal seine Folgen, wie ich später an der Bar merke. Dort fragt der Keeper in astreiner Konfusionstechnik-Mannier die Kollegin neben mir: „Wollen Sie Ihr Bier mit oder ohne Flasche?“

Elke Dietz