

Maggie Phillips · Claire Frederick

Handbuch der Hypnotherapie bei posttraumatischen und dissoziativen Störungen

Aus dem Amerikanischen von Theo Kierdorf
in Zusammenarbeit mit Hildegard Höhr

Dritte Auflage, 2015

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)	Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Friedrichshafen)	Dr. Wilhelm Rotthaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)	Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Alter bei Bonn)	Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Dr. Barbara Heitger (Wien)	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)	Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)	Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)	Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Potsdam)	Dr. Therese Steiner (Embrach)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)	Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)	Karsten Trebesch (Berlin)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)	Bernhard Trenkle (Rottweil)
Tom Levold (Köln)	Prof. Dr. Sigrd Tschöpe-Schefer (Köln)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)	Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Burkhard Peter (München)	Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)	Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)	Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Umschlaggestaltung: WSP Design, Heidelberg
Umschlagfoto: © Photodisc
Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach
Printed in Germany
Druck und Bindung: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Dritte Auflage, 2015
ISBN 978-3-89670-400-9
© 2003, 2015 der deutschen Ausgabe: Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Die Originalausgabe dieses Buches erschien unter dem Titel "Healing the Divided Self".
First published by W. W. Norton & Company, New York, London.
All Rights reserved
Copyright © 1995 by Maggie Phillips and Claire Frederick

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten
aus der Vangerowstraße haben, können Sie unter
<http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. 0 62 21-64 38 0
Fax 0 62 21-64 38 22
info@carl-auer.de

Inhalt

Geleitwort ... 13

Vorwort zur Originalausgabe ... 15

Vorwort zur deutschen Ausgabe ... 17

Einleitung ... 22

1 Was ist das geteilte Selbst? ... 25

**Frühe klinische Evidenz für das Phänomen der
Persönlichkeitsteilungen ... 25**

**Das Auftauchen experimenteller Beweise für Teilungen
der Persönlichkeit ... 27**

Die Dissoziationstheorie ... 27

Die Neodissoziationstheorie ... 28

Das dissoziative Spektrum ... 29

Trauma, Hypnose und Gedächtnis ... 31

Die anhaltenden Auswirkungen von Traumata ... 31

Zustandsabhängiges Lernen und die Psychobiologie der Erinnerung ... 32

Hypnose und Gedächtnis ... 32

Das Wesen der Erinnerung ... 33 Die Auswirkungen von Hypnose auf die Erinnerung ... 34 Der klinische Kontext von Hypnose und Erinnerung ... 36 Das „False Memory Syndrome“ ... 37 Der missbräuchliche Umgang mit Erinnerungen in der Therapie ... 38 Das Wesen traumatischen Erinnerungsmaterials ... 39

Diagnose des geteilten Selbst ... 43

Anzeichen für das Vorliegen dissoziativer Störungen ... 43

Die Heilung des geteilten Selbst ... 44

2 Vorbereitung der Patienten auf die Hypnotherapie ... 46

Beurteilung ... 47

Anamnesegespräch ... 49

Hypnotischer Kommunikationsstil ... 49 Untersuchung der Überzeugungen bezüglich Hypnose ... 51 Kooperatives Verhalten während der Evaluationsgespräche ... 52

Evaluieren der hypnotischen Reaktionsbereitschaft ... 53

Klinische Beurteilung der hypnotischen Reaktionsbereitschaft ... 53

Vorsichtsmaßnahmen bei der Nutzung von Hypnose zur Behandlung
dissoziativer Störungen ... 54

Verführte Exploration traumatischer Materials ... 55

Die hypnotherapeutische Beziehung ... 55

Die Erzeugung einer positiven Erwartungshaltung ... 55

Vertrauen und Sicherheit ... 56 Die Ja-Haltung (yes-set) ... 56

Grenzen der Therapiesituation ... 57

*Therapiesitzungen ... 57 Honorarfragen ... 59 Aufgaben der Therapie und
Rollenverteilung ... 59*

Der Behandlungsplan ... 60

Klarstellung der von der Therapeutin vorgesehenen formellen Regelungen ... 60

Therapieverträge ... 61

Eine Sprache der Kooperation ... 63 Ziele der Veränderung ... 63

3 Phasen der Behandlung und Beginn der Arbeit mit Hypnose ... 65

Die vier Behandlungsphasen: Das SARI-Modell ... 65

Sicherheit und Stabilisierung: Phase 1 ... 67

Das Schaffen eines Zugangs zum Trauma: Phase 2 ... 71

Auflösung der traumatischen Erfahrungen: Phase 3 ... 72

Integration der Persönlichkeit und Schaffung einer neuen Identität: Phase 4 ... 74

**Beginn der Arbeit mit Hypnose in der Sicherheits- und
Stabilisierungsphase ... 75**

Wie man dissoziative Patienten an die Hypnose heranführt ... 75

Beginn des Trainings in formeller Hypnose ... 76

Anfängliche Ziele der Hypnosearbeit ... 77

Erforschen der Nutzung adäquater hypnotischer Techniken in Phase 1 ... 78

Training des sensorischen Gewahrseins und der bildlichen Vorstellungskraft ... 79

Ideomotorische und ideosensorische Signale ... 82

Affektbrücke und somatisches Überbrücken ... 84

Ericksonsche und indirekte Techniken ... 84

Utilisation ... 85 Umdeuten (Reframing) ... 86 Metaphern ... 87

Pacing und Leading (Angleichen und Führen) ... 88

Ego-State-Therapie ... 89

Altersregression ... 90

Die Bedeutung der positiven Regression ... 90

Pacing- und Timing-Probleme ... 91

Der Umgang mit spontan auftretenden Regressionen und Abreaktionen ... 91

4 Arbeit mit dem geteilten Selbst: Die Nutzung der Ego-State-Therapie ... 93

Therapeutische Voraussetzungen ... 93

Was ist ein Ich-Zustand? ... 93

Die Ego-State-Therapie als energetisches Persönlichkeitsmodell ... 94

Die Pathologie der Ich-Zustände ... 95

Die Ego-State-Therapie ... 97

Therapeutische Allianzen mit Ich-Zuständen ... 98

Zu Ich-Zuständen Kontakt aufnehmen ... 99

„In das System hineinsprechen“, um Kontakt zu einem Ich-Zustand herzustellen ... 99

Indirektes Hineinsprechen ... 99 *Direktes Hineinsprechen ... 101*

Einen Ich-Zustand „herausrufen“ ... 101

Herausrufen ohne formelle Tranceinduktion ... 101 *Herausrufen in formeller Trance ... 102*

Aktivierung mithilfe imaginativer Methoden ... 102

Ideomotorischer und ideosensorischer Zugang ... 103

Aktivieren nonverbaler, präverbaler und symbolischer Ich-Zustände ... 103

Die Arbeit mit nonverbalen und präverbalen Ich-Zuständen ... 105

Externalisierungstechniken ... 107

Die Aufgaben der Ego-State-Therapie unter Verwendung des SARI-Modells ... 107

Mehr zum Aufbau von Allianzen mit auftauchenden Ich-Zuständen ... 107

Förderung von Kooperation und innerer Harmonie ... 109

Kontaktierung von Traumaerfahrungen mit einzelnen Ich-Zuständen ... 111

Weitere klinische Aspekte der Arbeit mit Ich-Zuständen ... 112

„Stille Partner“: Die Arbeit mit nonverbalen Ich-Zuständen ... 112

5 Das Mobilisieren innerer Ressourcen in Phase 1 und 2 ... 116

Ich-Stärkung und Stabilisierung ... 116

Direkte Suggestion und Selbsthypnose ... 117

Projektiv-evokative Ich-Stärkung: Nutzung innerer Ressourcen der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ... 120

Hypnotische Altersregression zu wichtigen nährenden Bezugspersonen ... 120

Skript für die Altersregression zu wichtigen nährenden Bezugspersonen ... 121

„Innere Kraft“ als starke Ressource aus der Gegenwart ... 122

Skript für die Begegnung mit innerer Kraft ... 122

Innere Selbstberuhigung ... 124

Modifikation des Skripts für die Begegnung mit innerer Kraft zur Verstärkung der Selbstberuhigungsfähigkeit ... 126

Hypnotische Altersprogression ... 126

Die Altersprogression als Gegengewicht zu traumatischen Erinnerungen ... 128

Der Umgang mit der negativen hypnotischen Altersprogression ... 129

Ericksonsche Ansätze zur Ich-Stärkung ... 131

Kooperation, Einstreuen, Einbetten und Aussäen ... 131

Metapher ... 133
Ericksonsche Utilisation von Ressourcen der Gegenwart
und Vergangenheit ... 134
Vermeiden von Konfusionstechniken und Doublebinds ... 135

6 Der Zugang zu den Ursprüngen dissoziativer Symptome und damit verbundener Ressourcen ... 137

Nutzung der Dissoziation als Ressource ... 138
Naturalistische Altersregression und Altersprogression ... 142
Ideomotorische und ideosensorische Ansätze ... 145
Direkte hypnotische Methoden ... 150
Altersregression ... 150
Altersprogression ... 153
Techniken der Ego-State-Therapie ... 154
Wiederherstellung des Zugangs und Rekonstruktion dissoziierter traumatischer Erfahrungen: Allgemeine Empfehlungen ... 156
Die Arbeit an traumatischen Erinnerungen ... 156
Wie man Patienten den Prozess der Offenlegung erklären kann ... 158
Spezifische Leitlinien für die Wiedergewinnung von Erinnerungsmaterial ... 159
Abreaktion ... 160
Was man bei einer Abreaktion tun sollte und was nicht ... 161
Wovor man sich bei Abreaktionen hüten sollte ... 163
Alternativen zur Abreaktion ... 165

7 Die Auflösung dissoziierter Erfahrungen ... 169

Die Reassoziierung dissoziierter Erfahrungen ... 169
Das Organisieren traumatischen Materials ... 169
Die kognitive Umstrukturierung ... 173
Ansätze der Ego-State-Therapie ... 175
Depersonalisations- und Derealisationsepisoden ... 177
Der Umgang mit intrusivem traumatischem Material ... 178
Selbsthypnosestechniken ... 179 Direktiven und Selbstutilisationstechniken ... 181
Modifikation und Transformation traumatischer Erfahrungen ... 183
Techniken des ideodynamischen Heilens ... 183
Ansätze der Ego-State-Therapie ... 187
Nachträglich nährenden Erfahrungen in Hypnose ... 191
Somatisches Erleben ... 191
Imaginationstechniken ... 192
Die Arbeit mit Metaphern und anderen ericksonschen Techniken ... 194
Lebende Metaphern und Rituale ... 195

Besondere Probleme ... 196

Restabilisierung in der dritten Phase der Therapie ... 197

8 Integration und Aufbau einer neuen Identität in späteren Phasen der Behandlung ... 200

Die Integration dissoziierter Erfahrungen ... 200

Das BASK/BATS-Modell ... 200

Das SIBAM-Modell ... 200

Die Integration der Persönlichkeit ... 203

Das Spektrum der Integration ... 204

Die Fortsetzung der Persönlichkeitsteilung ... 205

Adaptionalismus ... 206

Anzeichen für Integration ... 207

Das Verschmelzen von Ich-Zuständen ... 210

Co-Bewusstheit ... 211

Die Stufen der Persönlichkeitsintegration ... 211

Die Entwicklung einer neuen Identität ... 214

Die Reifung von Ich-Zuständen ... 214

Die Behebung kognitiver und die Entwicklung betreffender Defizite ... 215

Der Februarmann ... 216 Kreatives Nachbemuttern ... 217 Therapeutin und Ich-Zustände als Übergangsobjekte und Behälter ... 218 Eriksons Leiter emporsteigen ... 219

Fokussieren auf Gegenwart und Zukunft, um die Identität der Vergangenheit zu transformieren ... 221

Zukunftsorientierung, hypnotische Altersprogression ... 223 „Über dem Regenbogen“: Entwickeln einer neuen Identität in der Abschlussphase der Therapie ... 223

9 Verkappte dissoziative Symptome ... 225

Essstörungen ... 226

Depression ... 231

Panikstörung und Agoraphobie ... 233

Zwangsstörungen ... 235

Die Borderline-Störung und andere Persönlichkeitsstörungen ... 238

Formen des somatischen Ausdrucks von Traumata ... 242

Indirekte Formen des Ausdrucks von Ich-Zuständen als verkappten Symptomen ... 245

10 Übertragungs- und Gegenübertragungsprobleme ... 247

Übertragungsprobleme bei dissoziativen Patienten ... 247

Definitionen der Übertragung ... 247

Charakteristika der Übertragung ... 249
Traumatische Übertragung ... 250
 Die Auflösung von Problemen, die durch traumatische Übertragung bedingt sind ... 253
Übertragung in der Hypnotherapie ... 261
Gegenübertragungsprobleme bei Patienten mit dissoziativen Störungen ... 262
Definitionen der Gegenübertragung ... 262
Traumatische Gegenübertragungsreaktionen ... 263
 Symptome posttraumatischer Belastung ... 263 *Auf projektiver Identifikation basierende traumatische Gegenübertragung ...* 264 *Mit anderen Abwehrmechanismen und Gefühlen zusammenhängende traumatische Gegenübertragung ...* 266
 Spezielle Gegenübertragungsprobleme von MPS/DIS-Patienten ... 267
Die Auflösung traumatischer Gegenübertragung ... 269
Gegenübertragung und die hypnotische Beziehung ... 271
Das Entwickeln einer positiven Gegenübertragungs-„Trance“ bei dissoziativen Patienten ... 273

11 Behandlungshindernisse ... 278

Äußere Bedingungen ... 278
Faktoren der therapeutischen Beziehung ... 282
Nichtzusammenpassen von Patientin und Therapeutin ... 282
Blockierungen der therapeutischen Beziehung ... 283
Verletzungen in besonders empfindlichen Bereichen ... 286
Diagnostische Irrtümer ... 287
Faktoren, die die Patienten betreffen: Nicht jeder Seemann erreicht das Ziel seiner Reise ... 288
„Geteilte Therapeuten“ ... 290
Das Spektrum der potenziellen Geteiltheit von Therapeuten ... 290
 Die gesunde Selbstinfragestellung ... 290 *Dissoziative Spaltungen, die auf Gegenübertragung basieren ...* 292 *Die sekundäre posttraumatische Belastungsstörung ...* 292 *Die verletzte Heilerin: Therapeuten mit dissoziativen Störungen ...* 293
Die unterschiedlichen Fähigkeiten von Hypnotherapeuten ... 295
Im Familiensystem begründete Probleme ... 296
Versuche vonseiten der Ursprungsfamilie, die Therapie zu sabotieren ... 297
Therapeutische Interventionen für Ehepartner ... 299
 Edukative Interventionen mit dem Ehepartner ... 299 *Unvermeidliche emotionale Reaktionen von Ehepartnern ...* 300 *Die Behandlung schwerwiegender Pathologien von Ehepartnern ...* 301 *Therapeutische Interventionen für die Kinder ...* 301
 Wenn der Erfolg der Therapie für andere Familienmitglieder eine Bedrohung ist ... 302
Wie steht es mit Vergeben und Versöhnung? ... 303

12 Wiederholungen des Traumas ... 306

Psychische Faktoren ... 306

Die Theorie des Wiederholungszwangs ... 306

Die Theorie der sozialen Bindung ... 308

Biologische Faktoren ... 309

Zustandsabhängiges Lernen ... 309

Unausweichliche Schockreaktionen ... 310

Endogene Opioidreaktionen und die Sucht nach dem Trauma ... 310

Traumareinszenierungen in der Therapie ... 312

Die Beurteilung der Traumareinszenierungen von Patienten außerhalb der Therapie ... 313

Traumareinszenierungen als Ausdrucksformen von Bindungs- und Ablösungsproblemen ... 316

Trauma und Sucht ... 319

Traumasurecht von Therapeuten ... 321

Reviktimisierung ... 322

Sexuelle Ausbeutung durch Therapeuten ... 323

Andere Arten der Retraumatisierung durch Therapeuten ... 325

13 Notfälle, Krisen und besondere Probleme ... 327

Androhung von Mord, Selbstmord und selbstschädigendem Verhalten ... 328

Die Arbeit mit destruktiven oder böswilligen Ich-Zuständen ... 328

Therapeutische Interventionen zur Förderung der Sicherheit ... 331

Die Sicherheit der Patientin: Phase 1 des SARI-Modells ... 331

Die Sicherheit der Therapeutin ... 333

Die Bedeutung von Verträgen ... 334

Etablieren der therapeutischen Allianz ... 338

Wann Patienten in einer psychiatrischen Institution behandelt werden sollten ... 339

Hypnotische Krisentechniken ... 340

Substanzmissbrauch und andere destruktive Verhaltensweisen ... 342

Was ist von geistiger Programmierung und rituellem Missbrauch zu halten? ... 343

Andere Krisen, Todesfälle, Naturkatastrophen und Verluste ... 344

14 Das Mobilisieren äußerer Ressourcen ... 345

Die Behandlung mit Psychopharmaka ... 345

Medikamente für die Behandlung depressiver Symptome ... 349

Angstlösende Mittel ... 351

Medikamente für die Kontrolle von Gewalttätigkeit und für die Behandlung psychotischer Symptome ... 352

Weitere nützliche Medikamente ... 353

Der Medikationsbedarf kann sich verändern ... 353

Medizinische Probleme dissoziativer Patienten ... 356

Natriumamytal- und Natriumbrevital-Interviews ... 357

Körperorientierte Therapien ... 357

Spezielle Methoden der Körperarbeit und Massage ... 358

Körperarbeit nach der Rosen Method ... 360

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) ... 361

Weitere körperorientierte Therapien ... 363

Entwickeln von Körperbewusstheit ... 364

Soziale Interventionen ... 366

Gruppentherapie ... 367

Psychotherapie mit dissoziativen Patienten in heterogenen und homogenen Gruppen ... 368 *Unterstützungsgruppen ... 371*

Hospitalisierung, Tagesklinikbetreuung und klinikinterne

Behandlungsangebote ... 372

Berufsberatung und Berufsausbildung ... 373

15 Spiritualität und das generative Selbst ... 376

Spirituelle Entwicklung und Persönlichkeitsentwicklung ... 376

Die Evolution des Glücks ... 377

Die erste Stufe des Glücks ... 377 *Die zweite Stufe des Glücks ... 380*

Die dritte Stufe des Glücks ... 382

Das generative Selbst ... 384

Das generative Selbst in der hypnotherapeutischen Beziehung ... 384

Echte Spiritualität: Sich über tote Worte erheben ... 385

Die Auflösung von Hemmnissen der spirituellen Entwicklung ... 387

Das Durcharbeiten emotionaler Barrieren ... 387

Die Entwicklung zeitgemäßer Gottesvorstellungen ... 390

Suchtprobleme und Spiritualität ... 391

Zwölf-Schritte-Programme ... 393

Die Förderung von Erfahrungen spirituellen Wachstums in der Therapie ... 394

Kommunikation über Spiritualität ... 394

Hypnose und Spiritualität ... 396

Literatur ... 398

Über die Autorinnen ... 425