

Milton- Erickson- Institut Heidelberg

Dr.med.Dipl.rer.pol.Gunther Schmidt

Im Weiher 12, D-69121 Heidelberg

Tel.:0049-(0)6221-410941, Fax:0049-(0)6221-419249

www.meihei.de

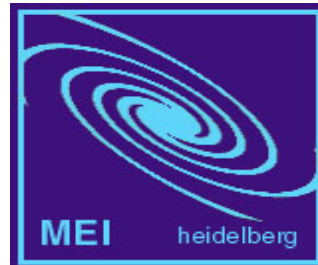
mail: office@meihei.de

SysTelios- Klinik

für psychosomatische Gesundheitsentfaltung

69483 Wald-Michelbach/Siedelsbrunn

www.systemelios.de



**Klienten als Kontext-kluge „Vorgesetzte“ im
Therapie-Prozess:**

**Kompetenz-aktivierende Begegnungen mit Würde in der
systemischen und hypnosystemischen Therapie.**

Gliederung:

- Meta-Ziele der Therapie
- Das Modell der Hypnosystemischen Therapie und deren Basisprämissen
- Verständnis von Symptomen und Problemerleben
- Überlegungen zum Thema „Würde in Begegnungen“
- Schlussfolgerungen aus den hypnosystemischen Modellen und Ergebnissen für das Rollenverständnis von Therapeut*innen und für die Gestaltung achtungsvoller Kooperationsbeziehungen
→ Klient*innen als Vorgesetzte.

Meta-Ziele hypnosystemischer Therapie z.B.:

- Mehr **Selbstwirksamkeit und autonomer Selbstbestimmungs-Möglichkeiten**, auch im Umgang mit auftauchenden Problemen und Symptomen, also auch dabei, unwillkürlich Prozesse zieltunlich zu beeinflussen; → **wieder zieltunlich wie selbst gewünscht aktiv werden!**
- eine **achtungsvolle, wertschätzende Beziehung zu sich selbst aufbauen**, gerade auch dann, wenn ungewünschte unwillkürliche Prozesse auftreten (z.B. Symptome) und die **Signale des eigenen Organismus als kompetente „Sprache des Körpers“ zu achten und zu nutzen, die wertvolle Informationen über gesuchten Sinn für gesundes, erfüllendes Leben anbietet**; → Selbstwert verbessernde Perspektiven entwickeln, mit Selbstachtung und Wertschätzung zu sich stehen.
- Dafür auch in den Interaktionen z.B. mit Therapeut*innen achtungsvolle, die Betreffenden kongruent in ihrer Autonomie, ihren Welterfahrungen und Sichtweisen würdigenden Beziehungserfahrungen zu machen → **„Bezogene Individuation“** → Erleben von Gleichrangigkeit im Wert als Mensch.
- Dafür auch kongruent erleben zu können, **dass die Betreffenden auch bewusst selbst alleine wählen und bestimmen**, wie sie mit den Angeboten von außen und innen umgehen. Dass also sie alleine die Kontrolle darüber haben, wie und wie lange sie den Prozess gestalten und auf Angebote reagieren wollen.

- **eigene Muster (psychophysiologische Netzwerke) und Interaktions-Muster aus einer sicheren Meta-Position (verbunden mit Handlungsfähigkeit) erkennen und ziieldienlich steuern**, dabei auch **Kontext-flexibel** reagieren mit differenziertem Blick auf die **Auswirkungen** des eigenen Handelns (Stärkung von Auswirkungen-Bewusstsein), auch dafür, wie das eigene Erleben und Verhalten Beziehungs-gestaltend wirken kann → Kohärenzerleben stärken;
- **„Schlummernde“ Kompetenzen für die eigenen Ziel auffinden und reaktivieren** und dabei **Stärkung von Selbstwert und Selbstbild-Optimierung** erleben;
- **Problem-Erlebnisse/ Symptome übersetzen und nutzen als wertvolles Feedback über unerfüllte Bedürfnisse**, also als Quasi-Botschafter für Bedürfnisse und als „Warnblink-Kompetenz“ dafür, auf die Bedürfnisse hinzuweisen und für sie zu sorgen;
- ein **Sinn-erfülltes Leben gestalten mit Achtsamkeit für somatische Marker** (Damasio), also mit achtsamem Umgang mit intuitivem Stimmigkeitserleben, auch mit **„Kohärenz-Erleben“** i.S. der Salutogenese (Antonovski). Usw. usw.

Hypnosystemik- ein Meta-Konzept:

Das hypnosystemische Konzept ist konzipiert als ein integratives Meta-Konzept. Es wurde entwickelt als Verbindung der

- *systemisch-konstruktivistischen Konzepte (ursprünglich aus der Familientherapie abgeleitet) und den*
- *Konzepten der Hypno- und allgemeinen Psychotherapie von Milton Erickson und damit kompatiblen weiteren Konzepten, die sich systematisch auch mit der Gestaltung von unwillkürlichen Prozessen befassen.*

Dies lag schon dadurch nahe, dass insbesondere für das Verständnis und die Gestaltung von Interventionen

wesentliche Wurzeln der systemischen Konzepte in den Konzepten von Milton Erickson liegen.

Beide Konzepte gehen von der Beschreibung und Nutzung von Mustern/Netzwerken aus (interaktionell und internal)- und vom gleichen Verständnis darüber, wie

- a) die Entstehung und Aufrechterhaltung von Problemen und
- b) die gezielte, wirksame Veränderung solcher Problem-Muster verstehbar und wirksam nutzbar gemacht werden kann.

Mit hypnosystemischen Methoden kann dafür aber z.B. bewusst deutlich transparent gemacht werden, in welcher Weise bisher abgewertete (womöglich pathologisierte) Prozesse als (unwillkürlich, nicht bewusst absichtlich wirkende) Beziehungen gestaltende Phänomene oder „Maßnahmen“ verstanden und genutzt werden können, die auf unwillkürlicher Ebene z.B. aus der unbewussten Sicht der Betroffenen z.B. Loyalitätskonflikte verhindert und Andere geschützt haben.

So können z.B. auch Symptome gewürdigt und genutzt werden als wertvolle Lösungskompetenzen (allerdings mit oft hohem Preis) und stimmigere Entwicklungen aufgebaut werden.

Zum besseren Verständnis der hier aufgeführten Überlegungen:
**Einige wichtige Basisprämissen hypnosystemischer
Konzepte:**

Aus hypnosystemischer
und neuro-systemischer Sicht

(die Ergebnisse der modernen Hirnforschung
beachtend),

„gibt es“ im Erleben kein Problem an sich.

Wichtige Aspekte als Teil der Basis-Prämissen:

- **Autopoiese:** Erleben wird immer autonom von innen heraus durch psychophysiologische Netzwerk-Gestaltung erzeugt. Dies bedeutet auch: Niemand kann jemand von außen zu einem bestimmten Erleben bringen, wenn die Person nicht (zumindest auf unwillkürlicher Ebene) autonom zustimmt und sie in dieser Hinsicht selbsttätig umsetzt → **Bedeutung und Wirkung von Botschaften bestimmt nie der Sender, immer der Empfänger. Jede Hypnose ist somit immer Selbsthypnose.** Jedes Erfolgs-Phänomen in einer Hypnotherapie zeigt immer die Leistung und Kompetenz der Klient*innen. **Niemand hat je jemand von außen in eine Trance „versetzt“!** „Pacing/ Leading“ oder „Pacing/ Inviting“?
- **Hebb'sches Gesetz:** Zellen, die miteinander feuern, vernetzen sich, und wenn sie vernetzt sind, feuern sie wieder miteinander („cells that fire together wire together“).
- **Autobiographisches Gedächtnis**, Episoden-Gedächtnis. → Multiples Erleben, multiple Ich's
- **Priming** = Bahnung unwillkürlicher Prozesse durch alle möglichen Arten von Fokussierungseinladungen (verbal und nonverbal)

Wird ein „Problem“ erlebt,
drückt dies die gerade im Moment gestalteten

Wahrnehmungsprozesse und Konstruktionen von
„Realität“
aus, die der
Beobachter tätigt,
der das „Problem“ erlebt

(bewusst und unbewusst, willkürlich und unwillkürlich).

„Probleme“, ebenso „Lösungen“
sind Ausdruck selbst gemachter Musterbildungen
(Vernetzungen von Erlebnis- Elementen,
die in selbstrückbezüglichen Wechselwirkungen
alle aufeinander einwirken-
und so das jeweilige Muster immer wieder stabilisieren
oder gar aufschaukeln.

Problem-Erleben wird also (natürlich vom bewussten Willen ungewollt) auf unbewusster, unwillkürlicher Ebene selbst autopoietisch erzeugt (in innerer unwillkürlicher autonomer Selbstorganisation).
Dies bedeutet auch, dass es immer wieder auch selbst „umerzeugt“) werden kann!

Menschliches Erleben lässt sich beschreiben als
Prozess der
Bildung von Netzwerken
*(von „Erlebnis-Elementen“, welche die Aufmerksamkeit
ausrichten)*

auf den diversen Sinneskanälen

(visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch,
gustatorisch).

Jedes Erleben wird in jeder Sekunde immer wieder neu erzeugt
durch Prozesse der

Fokussierung von Aufmerksamkeit

und kann deshalb auch immer wieder umgestaltet werden.

Solche Netzwerke wie die oben beschriebenen („Muster“) können wir beschreiben und nutzen (utilisieren) sowohl für die

- internale Systemdynamik in Personen als auch für die (sowohl das „psychische“ als auch das „biologische“ System
- interaktionelle Wechselwirkungen zwischen Personen und
- die Interaktionen mit den von ihnen subjektiv jeweils erlebten (innerlich konstruierten) Kontexten.

Erleben/Wahrnehmung/Verhalten wird, wie auch die moderne Hirnforschung ja unmissverständlich zeigt, nicht nur gesteuert durch Prozesse der Großhirnrinde mit der bewussten Vernunft und Sprache, sondern ganz entscheidend durch Prozesse aus dem Stamm- und Zwischenhirn (Theorie der 3 Gehirne).

Diese sind immer schneller und stärker als die Prozesse der Großhirnrinde, weshalb z.B. der renommierte Hirnforscher Gerhard Roth sagt:

„Der Vorstand im Gehirn sitzt sicher nicht in der Großhirnrinde, sondern im Zwischenhirn, die Großhirnrinde ist höchstens ein guter Berater“.

Ein wesentlicher (und auch umfassenderer) Teil dieser Fokussierung geschieht auf unbewusster und unwillkürlicher Ebene, ein anderer auf mehr willkürlicher und bewusster Ebene. Je nachdem, was Teil dieser Fokussierung ist,

a) was Inhalt dieser Fokussierungen ist und

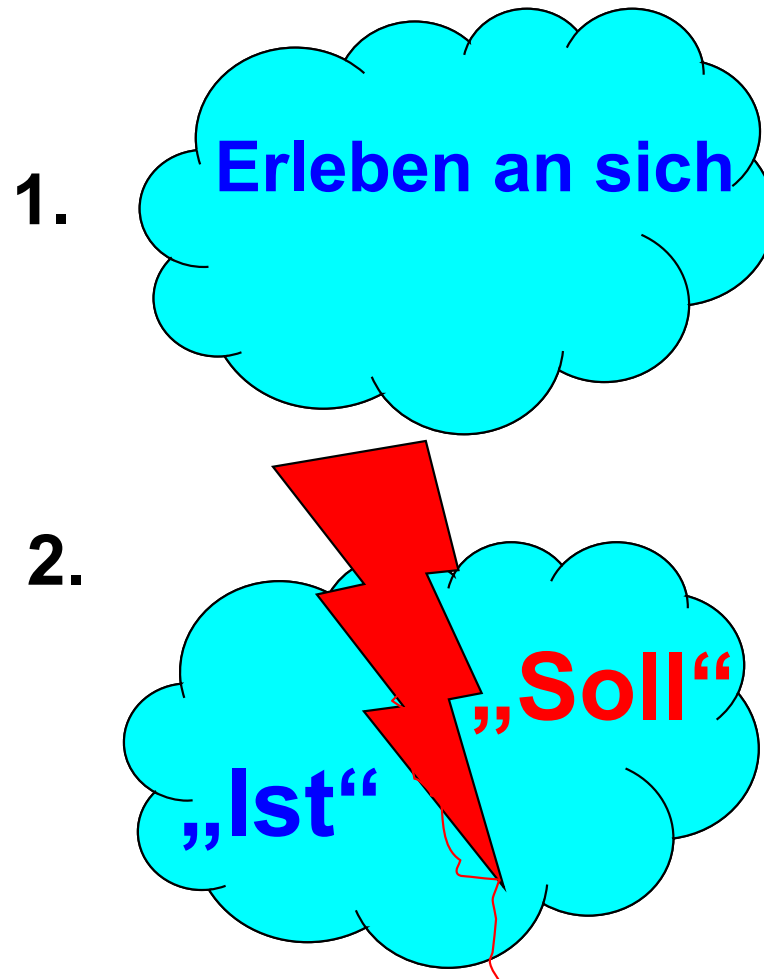
b) wie intensiv man sich als Beobachter mit den Inhalten assoziiert

wird jeweils das als Er-Leben wortwörtlich in uns aktiviert

(und zwar sowohl physiologisch auf allen Ebenen als auch emotional und kognitiv)

Wie Erleben autonom selbstorganisiert wird, wie ein Problem entsteht und aufrecht erhalten wird- ein Netzwerk- Modell von Realitätskonstruktionen

© Dr.G.Schmidt, sysTelios-Klinik Siedelsbrunn und Milton-Erickson-Institut Heidelberg,
www.systemelios.de www.meiheide.de

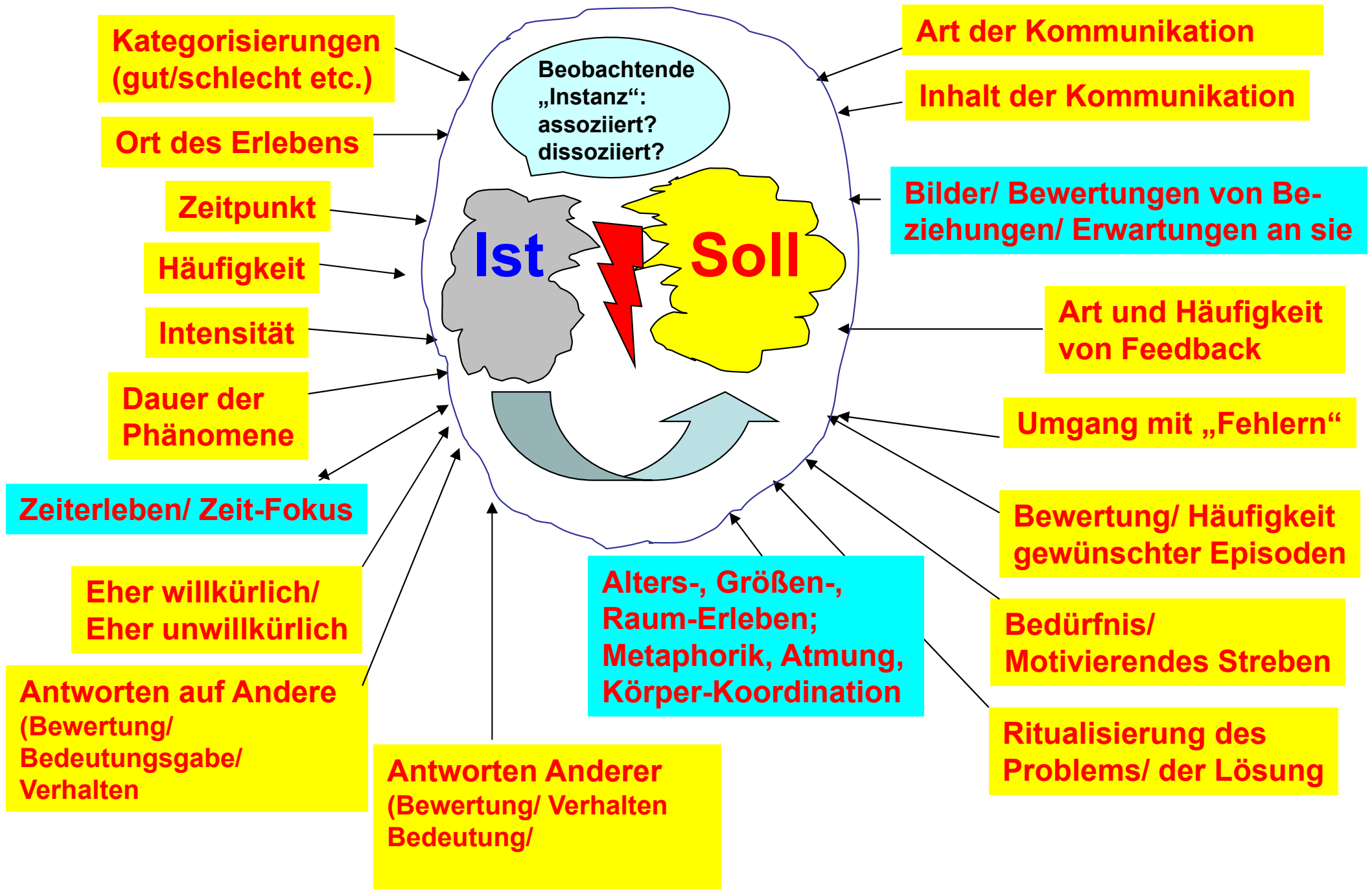


Lösungsversuche

Konstruktion der antagonistischen Erfahrungs- Pole („Problem“)



Weitere Muster-Elemente



Typische Elemente solcher Netzwerke sind z.B.:

Art/ Inhalt der Beschreibung/ Benennung von erlebten Phänomenen

Erlebte Nähe/Distanz zu den Phänomenen, deren erlebte Größe, Lokalisation im „inneren Erlebnis-Raum“ (Assoziation/ Dissoziation)

Alters-, Größen-, Raum-Erleben des „Beobachters“ der Phänomene/ Intensität des damit Assoziiert-Seins

Erleben einer Meta-Position mit Wahlmöglichkeiten

Beschreibungen, Benennungen, Erklärungen, die man sich über Phänomene macht (z.B. gut/böse, gesund/krank, absichtlich/unabsichtlich, genetisch, aktiv/passiv, kompetent/inkompetent usw.)

Bewertung von Phänomenen (toll/ blöd, gewünscht/ ungewünscht usw.) und Schlussfolgerungen aus diesen vorherigen Schritten

Innere Dialoge, Dynamik von „Seiten“, Beziehung zu sich selbst

Innere „Filme“ (eher fokussierend auf Gegenwarts-, Vergangenheits- Zukunfts-, eher auf belastende oder auf Erfolgs-Muster)

Vergleich mit Anderen/ Erwartungen an sich/ an Andere

Wahrnehmung/ Bewertung eigener Empfindungen

Emotionen, Empfindungen und Bewertung von und Umgang mit Emotionen, Empfindungen, Gedanken (eher vorwärts/bewältigend orientiert/ eher zurückweichend/vermeidend/resignierend orientiert)

Körperkoordination, Mimik, Gestik, Bewegungsmuster, Atmung

Metaphorik

Art/ Inhalt der Lösungsversuche

Ort, Zeitpunkt, Häufigkeit, Dauer , Intensität der erlebten Phänomene

Art und Inhalt der Kommunikation

Verhalten

Umgang mit „Fehlern“/ Haltung des neugierigen Lernens/ Defizit-fokussierend/ bestrafend

Bewertung/ Häufigkeit gewünschter Episoden

Bilder/ Bewertungen von Beziehungen/ Erwartungen an sie

Physiologie (z.B. Blutdruck, Muskeltonus, Hormon-Dynamik etc.)

Wird etwas als eher willentlich/eher unwillkürlich erlebt

Antworten auf Andere (Bewertung/ Bedeutungsgabe/ Verhalten

Antworten Anderer (Bewertung/ Verhalten Bedeutung

Bedürfnis/ Motivierendes Streben

Art und Häufigkeit von Feedback

Extrovertierte Haltung/ introvertierte Haltung, Extrapunitiv- intrapunitiv/
Attributions-Stil (intern/extern variabel/stabil)

Eher Vertrauens-orientiert/ eher Misstrauens-orientiert

Zeiterleben (langsam/gedehnt, schnell/“vorbei rauschend“)

Sinneskanäle u. Submodalitäten (visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch,
gustatorisch) usw. usw.

Zentrale Aufgabe also : Zieldienliche Systeme aufbauen (interaktionell/ internal)

Von: „Wie ist das System organisiert?“ zu

„Für welche/ wessen Ziele sollte das System wie aufgebaut/ organisiert werden?“

Und dann aber auch:

„Und welcher Umgang mit dem bisherigen System (z.B. Utilisation/ Pacing, Muster- Unterbrechung, Wertschätzung des Bisherigen/ Loyalitätswürdigung etc.) wäre dafür zieldienlich?“

Je nachdem also, was durch Fokussierung gerade am meisten assoziiert wird, erleben wir uns (und Andere und die Welt) entsprechend anders.

Wir sind also quasi

multiple Persönlichkeiten, wobei jeweils je nach Kontext und damit verbundenen Werthaltungen und Zielvorstellungen unterschiedliche „Teil-Persönlichkeiten“ oder „Ego-states“ (Teil-Ich-Prozesse) in den (von mir so genannten) „Ich-Container“ „springen“ und wir dies als unser „Ich“ erleben (uns damit identifizieren, bis das nächste „Teil-Ich“ dies ablöst)

(dies ist durchaus als wertvolles Potenzial gemeint).

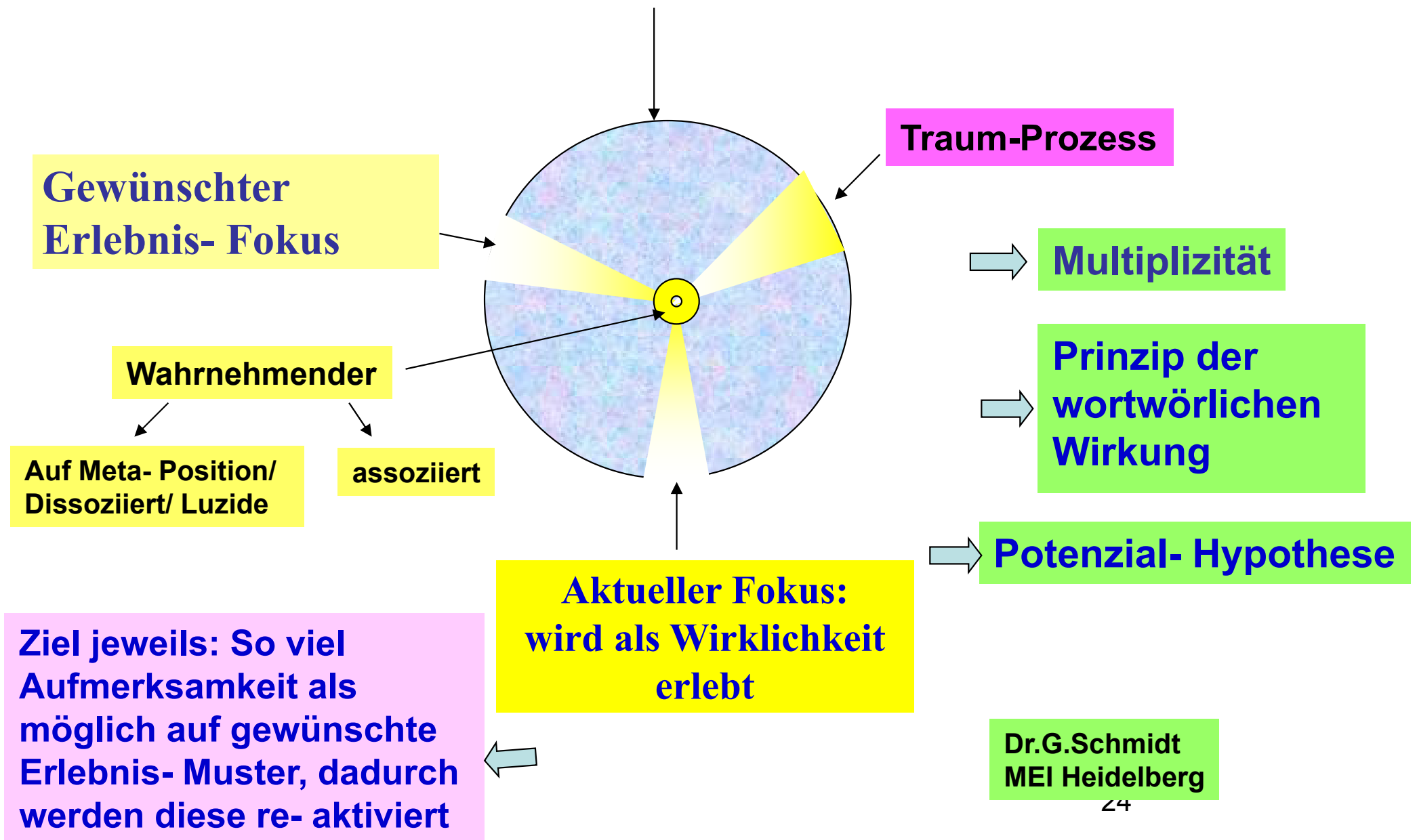
Eine zentrale Aufgabe wird dadurch jeweils, eine optimal

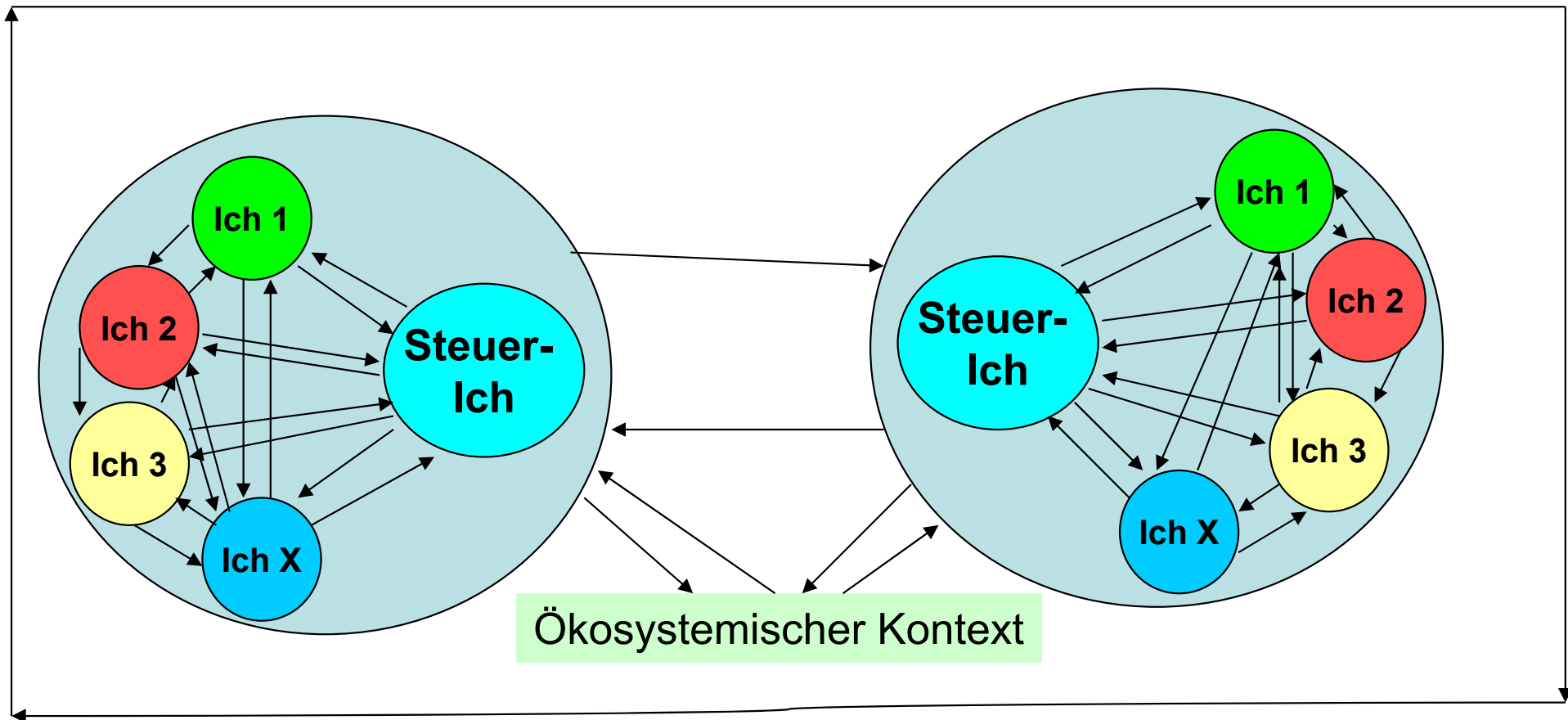
koordinierende Steuerungsfunktion

in uns aufzubauen/ zu aktivieren,

welche die diversen „Teilpersönlichkeiten/ Potenziale“ zu einer optimalen Synergie/ „Orchestrierung“ führen kann.

Gesamtes Erlebnis- Potenzial: „Möglichkeitsraum“





Wenn wir „multiple Persönlichkeiten“ sind, begegnen wir auch Anderen nicht immer mit dem gleichen „Ich“, sondern je nach Situation, nach Thema und Bedürfnissen mit unterschiedlichen „Ich´s“.

Welche der vielen „Ich´s“/ welche „inneren Parlamente“ des einen Individuums interagieren gerade mit welchen Ich´s“/ welchen „inneren Parlamenten“ des anderen Individuums in welchen Kontexten, in Bezug auf welche Themen?

Probleme zu erleben, hat auch immer die (nicht beabsichtigte) Auswirkung, dass dadurch Beziehungen beeinflusst/gestaltet werden.

Wenn sich diese Beziehungsgestaltungen nun ändern, kann dies z.B. Angst vor leidvollen Auswirkungen auslösen oder zu irritierten bzw. irritierenden Rückmeldungen führen.

Ein wertschätzendes Begleiten und Nutzen (Utilisation)
aufkommender Ambivalenzen
und „Schwierigkeiten“ beim Verändern sollte
deshalb unbedingt beachtet werden.

So geht es bei verändernden Interventionen fast immer um das
achtungsvolle und
behutsame entwickeln der optimalen Balance zwischen den
gewünschten neuen
Mustern und einem elastischen Nutzen (Utilisieren) der alten
Muster.

(Dies jedenfalls so lange, wie sie von den Betroffenen für die mit
ihnen bisher verbundenen (meist unbewussten) Ziele und
Bedürfnisse noch gebraucht werden und/ oder diese Ziele und
Bedürfnisse durch gesündere Alternativmuster abgelöst werden
konnten).

Die Netzwerk-Modelle des hypnosystemischen Konzepts ermöglichen, dass systematisch und detailliert präzise beschrieben werden kann, wie Erleben auf unwillkürlicher (oft unbewusster) und bewusster Ebenen erzeugt wird.

Ebenso kann aus ihnen logisch konsistent abgeleitet werden, welche Interventionen dann als ziieldienliche Unterschiedsbildungen in die gerade dominierenden Erlebnis-Netzwerke eingeführt werden sollten (Veränderung entsteht dadurch, dass Unterschiede eingeführt werden in Netzwerke, am besten solche, die wieder vernetzt sind mit hilfreichen anderen Netzwerken → siehe Hebb'sches Gesetz).

„Probleme“ und „Lösungen“ sind aus hypnosystemischer Sicht kompetente Feedback-Schleifen aus dem Wissen darüber, was gebraucht wird und was gerade fehlt (siehe die „Ist-Soll-Diskrepanz“ eines Problem-Netzwerks, also -

„Botschafter von Bedürfnissen“ (die sich im „Soll-Wert“ zeigen).

Statt „Störungs- oder Problem- Bilder“ sollten wir also reden von „Bedürfnisbildern“!

Dies bedeutet auch:

Wer ein Problem erlebt, muss eine Vorstellung der gewünschten Lösung in sich haben, die dann auch wieder imaginierbar werden kann und so das gewünschte Erleben jedenfalls auf innerlicher Ebene reaktivieren kann.

- Je nachdem, wohin der Fokus („der Scheinwerfer“) der Aufmerksamkeit gerade ausgerichtet wird, **wird unwillkürlich das damit vernetzte Erlebnis-Netzwerk aktiviert und wird so zum gegenwärtig dominierenden Erleben und als „Ich“ erlebt-** besonders, wenn es als „Ich-synton“ erlebt wird. Sonst kann es auch als „Ich-fremd“, unerwünscht und als Problem erlebt werden, wenn z.B. jemand willentlich etwas anders erleben will, unwillkürlich sich aber das Unerwünschte im Erleben durchsetzt.
- **Da Unwillkürliches immer zunächst schneller und stärker wirkt als alles Willentliche, braucht man spezifische Interventionen, mit denen man ungewünschtes Unwillkürliches unterbrechen und gewünschtes (vor allem unwillkürliches) Erleben aktivieren kann.**
- Hypnosystemische Konzepte bieten dies in sehr differenzierter und vielfältiger Weise.

Erleidet jemand (auch über lange Zeit) bestimmte Probleme/ Symptome etc., **so ist dies keineswegs ein Beweis dafür, dass ihm/ ihr die grundsätzlichen Kompetenzmuster/ Potenziale fehlen für eine hilfreiche Lösung.**

Es drückt nur aus, dass die als Potenzial sehr wohl „schlummernden“ Kompetenzmuster zur Zeit in den relevanten Kontexten dissoziiert sind und nun assoziiert werden sollten.

Diese Dissoziationen können stark sein, *aber durch gezielte Umfokussierungen können sie aufgelöst werden.*

Eigenständige Such- und Aktivierungsprozesse bei den Adressaten können angeregt und der Zugang zu den Kompetenzen ermöglicht werden.

Gelingt dies, lassen sich oft überraschend schnell, intensiv und wirksam die hilfreichen Kompetenzmuster im Erleben aktivieren.

Wir erzeugen zwar nicht unser **Leben** selbst,
aber im **Wesentlichen** unser **Er- Leben-**
immer bezogen auf den erlebten Kontext und immer durch
spezifische Prozesse der Aufmerksamkeits-Fokussierung.

Die Fragerichtung „Warum“ wird dann zweitrangig, zentral wird
„**Wofür?**“ und damit die Frage
„Für welche erfüllende Sinn-Erfahrung?“

Der Sinn der Zusammenarbeit entsteht also immer aus der
Ausrichtung auf die angestrebte Zukunft, niemals aus der
Vergangenheit.

Vergangenes kann aber sehr wichtig werden dafür, die Werte,
Bedürfnisse, das Gewordensein in der eigenen Identität zu
verstehen, zu würdigen und zu nutzen für die gewünschte
Zukunft.

Da Menschen in ihrem unwillkürlichen (und meist) unbewussten „Erlebnis-Repertoire“ alle emotional „geladenen“ Erlebnis-Episoden abrufbar speichern, hat jeder Mensch viele „Ich´s“ (Ego States) = Ausdruck von neuro-physio-psycho-logischen Netzwerken des Erlebens.

Wenn solche Netzwerke einmal gebildet und in unserem unbewussten „**Erlebnis-Archiv/ Erlebnis-Repertoire**“ gespeichert sind, werden sie oft sehr schnell **wieder je nach Situation (Kontext-abhängig) unwillkürlich aktiviert**, wenn man unbewusst in einer aktuellen Situation **Ähnlichkeiten mit früher gebildeten Netzwerken erlebt**, jeweils verbunden mit unterschiedlichem Erleben. (Es geschieht ganz unwillkürlich, ohne/ gegen meinen Willen...).

Auch die Priming-Forschung zeigt dafür unzählige Beispiele.

Will man solche Netzwerke verändern, müssen dafür
Unterschiede in die bisherigen Vernetzungen eingeführt werden.

Dabei genügen auch Unterschiede in wenigen Elementen der Netzwerke.

Autopoiese-Implicationen

Nicht die „Außenfaktoren“ selbst „machen“ z.B. Stress in uns, sondern unsere jeweiligen „Antwortmöglichkeiten“ von innen heraus auf diese Faktoren bestimmen, wie viel Stress wir erleben.

Und ob wir z.B. aus den gleichen Faktoren, die wir bisher nur als sehr belastende „Stressfaktoren“ erlebt haben, sogar „Erinnerungshilfen“ und Chancen für gesunde, hilfreiche Erlebnisgestaltung machen können.

Wichtige Aspekte als Teil der Basis-Prämissen:

- **Autopoiese:** Erleben wird immer autonom von innen heraus durch psychophysiologische Netzwerk-Gestaltung erzeugt. Dies bedeutet auch: Niemand kann jemand von außen zu einem bestimmten Erleben bringen, wenn die Person nicht (zumindest auf unwillkürlicher Ebene) autonom zustimmt und sie in dieser Hinsicht selbsttätig umsetzt → **Bedeutung und Wirkung von Botschaften bestimmt nie der Sender, immer der Empfänger. Jede Hypnose ist somit immer Selbsthypnose.** Jedes Erfolgs-Phänomen in einer Hypnotherapie zeigt immer die Leistung und Kompetenz der Klient*innen. **Niemand hat je jemand von außen in eine Trance „versetzt“!** „Pacing/ Leading“ oder „Pacing/ Inviting“?
- **Hebb'sches Gesetz:** Zellen, die miteinander feuern, vernetzen sich, und wenn sie vernetzt sind, feuern sie wieder miteinander („cells that fire together wire together“).
- **Autobiographisches Gedächtnis**, Episoden-Gedächtnis. → Multiples Erleben, multiple Ich's
- **Priming** = Bahnung unwillkürlicher Prozesse durch alle möglichen Arten von Fokussierungseinladungen (verbal und nonverbal)

Zentrale Schlussfolgerung aus diesen Basis-Prämissen z.B.:

- Wenn, wie die Erkenntnisse der Autopoiese-Forschung belegen, **Bedeutung und Wirkung jeder Botschaft, jedes Kommunikations-Aktes ausschließlich immer der Empfänger der Botschaft bestimmt, niemals der Sender, bedeutet dies auch, dass niemals ein(e) Therapeut*in selbst bestimmt, ob sie/er eine „Suggestion“ oder eine Intervention anbietet. Ob etwas als „Suggestion“/ Intervention wirkt, bestimmt ausschließlich der Empfänger.**

Deshalb hat auch noch nie ein(e) Therapeut*in eine Intervention „gemacht“. Wenn jemand auf ein Angebot von Therapeut*innen in zieldienlicher Weise antwortet, dann machen das immer die Erlebenden autonom selbst (oder eben nicht), niemals die Anbieter*innen der „Interventionen“. Wenn also jemand aus einem Angebot eine „Intervention macht“, sind das immer die Klient*innen.

So stellt sich auch die Frage, ob der Begriff „Intervention“ in seiner traditionell gebrauchten Bedeutung überhaupt noch sinnvoll ist.

- So wird auch klar, dass jede gelingende Kommunikation immer Feedback von denen erfordert, denen etwas in der Kommunikation angeboten wird. Dies wieder bedeutet, dass z.B. Amnesie-Angebote nach einer Trance-Arbeit ohne explizite, auch bewusste, transparente Rückmeldung durch Klient*innen aus dieser Perspektive sehr in Frage zu stellen ist. Sinnvoller erscheint, nach jeder Trance-Erfahrung die Empfänger der Angebote zu fragen, was sie erlebt haben, um dies nachhaltig zu verstärken durch bewusste Verankerung und es utilisierbar zu machen auch für nächste Angebote.
- Da die Forschungen zum autobiographischen Gedächtnis auch deutlich machen, dass jede erfolgreiche Intervention immer die Kompetenzen der Klient*innen zeigt, sollte dies auch in den Interaktionen transparent immer in den Fokus der Aufmerksamkeit gerückt werden. So kann Selbstvertrauen, Erleben von Selbstwirksamkeit und Selbstwert verbessert werden.
- Und das Hebb'sche Gesetz weist darauf hin, dass jede erfolgreiche Entwicklung immer vernetzt werden sollte mit bewusst transparenter Meta-Kommunikation, damit so mit jedem Entwicklungsschritt die bewusst-willentliche Steuer-Instanz der Klient*innen wirksam bvernetzt werden kann.

Da man aber nicht davon ausgehen kann, dass diese Zusammenhänge den Klient*innen bekannt sind, sie aber befähigt werden sollten, die zieldienlichen Interventionen letztlich selbst anwenden zu können, was den nachhaltigen Transfer in den Alltag deutlich stärkt, sollte ihnen jede Intervention und auch die systematische Interventions-Logik völlig transparent erläutert werden.

Devise:

Jede gute Hypnotherapie sollte auch eine gute, transparente „Weiterbildung“ der Klient*innen (in dem hier beschriebenen Sinn) anbieten.

So werden Klient*innen zumindest zu Ko-Therapeut*innen und schließlich zu den relevanten eigentlichen Therapeut*innen (was sie ja autopoietisch gesehen ohnehin sind).

Das **bewusste willentliche „Ich“** und die **unwillkürlichen** (zu einem erheblichen Teil **auch unbewussten Prozesse von Stamm-und Zwischenhirn** müssen jeweils zu einer optimalen Synergie gebracht werden.

Erlebt jemand Probleme/Symptome usw., kann dies immer als Zeichen dafür gewertet werden, dass diese beiden Ebenen des Erlebens gerade nicht in Synergie, sondern eher gegeneinander gerichtet wirken.

Da Prozesse von Stamm-und Zwischenhirn aber schneller und stärker sind als die der Großhirnrinde, werden sie sich durchsetzen und das bewusste willentliche „Ich“ erlebt sich dann als ohnmächtiges, ausgeliefertes Opfer dieser Prozesse.

Gerade dann braucht ein betroffener Mensch viele (auch kognitive) Informationen darüber, wie auf unwillkürlich autonomer Ebene sein Erleben erzeugt wird und wie es verändert werden kann.

Ebenso: wie dann unwillkürliche Prozesse wieder in eine optimale Kooperation gebracht werden können mit ihren bewusst-willentlichen, kognitiven Prozessen, auch immer mit dem Blick auf die Kontexte, in denen sie leben und für die sie eine Entwicklung anstreben.

Diese Informationen sollten Therapeut*innen als achtungsvoll angebotene „Weiterbildung“ transparent den Klient*innen zur kritischen Prüfung anbieten- (nicht als „Psychoedukation“!).

Einige Definitions-Aspekte von „Würde“:

- ➔ Der „soziale, innere, sittliche Wert der Persönlichkeit und auch das Verhalten in dem Wissen um diesen Wert (Philex).
- ➔ Die einem Menschen kraft seines inneren Wertes zukommende Bedeutung und eine entsprechende achtungsfördernde Haltung (Meyers Lexikon).
- ➔ Zentrale Qualitäten von Würde z.B.:
das Erleben von Schutz, Zugehörigkeit, Integrität und Anerkennung (Marks, 2010).

Manchmal wird „Würde“ auch definiert als Kontrast-Beschreibung, z.B.:

→ das Gegenteil von Entblößung, von Preisgabe seiner selbst, von Verwundbarkeit, von Zerschneiden der Innerlichkeit, Nach außen gekehrt werden, Ausgesetzt oder ausgeliefert sein, Nicht-übereinstimmen mit sich, Opfer sein, traumatisiert werden. (Levinas 2004).

Beschämungs-Erfahrungen, ausgelöst durch solche Erlebnisse, können sich sehr massiv auswirken als Gefährdung von Gesundheit und von Möglichkeiten achtungsvoller und konstruktiver Koexistenz auch in unseren Gesellschaften.

Zur Beachtung von Würde gehört daraus abgeleitet unbedingt:

Niemals sollte jemand erleben müssen **„Mit mir wird etwas gemacht, ohne dass ich selbst dies geprüft und (auch bewusst) autonom zugestimmt habe“**.

Sonst wird zumindest der bewusst-willentliche Teil der Person, letztlich der ganze Mensch entwürdigt.

Niemals können Therapeut*innen „Wissende“ sein bezogen darauf, was für Klient*innen passend ist. **Das einzigartige Wissen für einzigartige Menschen in einzigartigen Kontexten liegt immer nur in ihnen selbst.**

Deshalb sollten alle **Angebote** immer klar erlebbar gemacht werden **als Hypothesen, aus denen dann Fragen an die Klient*innen abgeleitet werden**, jeder Kommunikationsakt sollte so gestaltet werden, dass damit quasi **die Klient*innen „inthronisiert“ werden** als oberste Autorität im Prozess.

Therapeut*innen sollten also **niemals versuchen, die Klient*innen zu irgendetwas zu bringen**, sondern immer klar erlebbar **Angebote machen, die Wahlmöglichkeiten erweitern** (KybernEthik im Sinne von H.v.Foerster).

Die getroffene Wahl ist dann von ihnen zu respektieren, auch wenn sie Anderes bevorzugen würden- würde es sich um gesetzlich/ moralisch fragwürdige Wahl handeln aus ihrer Sicht, sollten sie dies aber klar markieren und entsprechend handeln.

Die Angebote sollten so gestaltet werden, dass dabei auch **Klient*innen dazu eingeladen werden, ihrem Unwillkürlichen z.B. nichts zu befehlen, sondern dies ebenfalls einzuladen und dann achtungsvoll neugierig (womöglich staunend) auf die autonomen Antworten des Unwillkürlichen utilisierend zu antworten**, so dass damit eine **optimale Kooperation** (nicht „Beherrschung“) mit dem Unwillkürlichen entstehen kann.

Dadurch kann es bei gleichzeitiger Achtung sowohl der willentlich-bewussten Wünsche als auch der damit verbundenen (assoziierten) unwillkürlichen Reaktionen erst zu einer **ganzheitlich orientierten Synergie der Kräfte und verschiedenen Ressourcen und Wert- und Zielvorstellungen** einer Person und ihren für sie relevanten Kontexten kommen, bei der nichts abgewertet oder pathologisiert, sondern zu stimmigen Zielvorstellungen und Entwicklungen geführt wird.

Schlussfolgerungen für die praktische Arbeit und für die Haltung dabei z.B.:

- Keine Konfusionstechniken.
- Indirekte Angebote ganz transparent erläutern und um Erlaubnis dafür bitten → Eine ganz direkte Infragestellung der Erickson'schen Indirektheit.
- Keine „strategischen Tricks, um jemand zu etwas zu bringen“, sondern eben transparente Wahl-Angebote mit der Einladung, achtungsvoll und neugierig zu beobachten, wie darauf das eigenen kluge Unwillkürliche antwortet und welche Angebote als stimmig und hilfreich durch die „Sprache des Organismus“ ausgewählt werden.
- Keine gezielt Therapeut*innen angebotenen „paradoxen Interventionen“ ohne plausible transparente Erläuterung des sinnvollen Hintergrunds des Angebots (dann allerdings ist auch nichts mehr daran „paradox“).

Bevor hilfreiches Neues gelebt werden kann, müssen

- a) Das „Opfer- Ich“ liebevoll und empathisch geschützt werden (Pacing) und
- b) überzeugende, klare Botschaften erlebt werden dafür, dass es da bleiben darf,
einen sicheren Platz hat für immer (!) (Polyvagal-Theorie)
→ Erfüllung seiner Sehnsucht erlebt werden kann (zumindest imaginativ, besser z.B. in tatsächlichen Begegnungen)
→ mehr innerer Friede spürbar erlebt werden kann.
- c) Ein „Steuerungs- Ich“ mit den hilfreichen Kompetenzen reaktiviert werden...

Dafür intensiv z.B.:

- Transparente „Produkt-Informationen“ → eine gute Therapie sollte eine gute „Weiterbildung“ für die Klient*innen mitliefern → so wird selbstwirksamer Transfer gestärkt.
- Kontinuierliche Meta-Kommunikation mit „Prozess-Reflexion“.
- Wenn schon z.B. Einstreutechniken usw., diese dann transparent erläutern, die Klient*innen aktiv einbeziehen in die Planung der dann angebotenen Einstreu-Angebote.
- Systematische, transparente „Problem-Trance-Rekonstruktionen mit aktiver Beteiligung der Klient*innen.
- Systematische Vergleiche (mit Hilfe der Netzwerk-Modelle) von „Problem“- und „Lösungs“-Episoden und deren Utilisation als wertvolles Wissen aus dem Intuitiven darüber, was die Person und ihr Organismus braucht für hilfreiche Entwicklungen und was man besser anders gestalten sollte →
Vertragsbedingungen des Organismus als kompetentem Kooperationspartner“.

Probleme werden wie gezeigt immer dann erlebt, wenn bewusst-willentliche („Ich“-) Prozesse und unwillkürlichen Prozesse in gegensätzliche Richtungen wirken, das bewusst-willentliche „Ich“ dies ändern will, aber an der größeren Kraft und Schnelligkeit des Unwillkürlichen scheitert, sich als ausgeliefertes Opfer erlebt und leidet.

Lösungserleben entsteht immer dann, wenn bewusst-willentliche („Ich“-) Prozesse und unwillkürlichen Prozesse optimal zusammenwirken.

Dies wird erlebbar dadurch, dass als Feedback aus dem intuitiven, unwillkürlichen Reagieren (als Teil der Körper-“Sprache“) sich ein Erleben von Stimmigkeit, innerer Harmonie, innerem Frieden und insbesondere auch von erfüllendem Sinn-Erleben meldet, z.B. als Ausdruck sog. „somatischer Marker“ (Damasio) oder als „felt sense“ (Gendlin).

Erleben steht niemals fest, sondern wird immer wieder durch Veränderung der Fokussierungs-Prozesse der Aufmerksamkeit neu gestaltet, auch wenn dies im Bewussten jemand oft anders erscheinen kann. Dies geschieht z.B. auch dadurch, welche unterschiedlichen „Kontext-Reize“ von jemand wahrgenommen und verarbeitet werden (nicht nur bewusst).

Diese Variationen des Erlebens enthalten aber wertvolle Informationen darüber, welche Erlebnis-Netzwerke (zum größten Teil unwillkürlich) wie organisiert und aktiviert werden und dadurch welches Erleben erzeugen- sowohl, wenn ein Problem- oder auch wenn ein Lösungs-Erleben gerade erzeugt wird.

Solche Unterschiede können z.B. durch Skalierungen gut erfasst werden.

Wenn sie dann systematisch (z.B. mit Hilfe der hypnosystemischen Netzwerk-Modelle) verglichen werden, kann so auch bewusst verstanden werden, was mit was vernetzt wurde, um ein Problem oder auch eine Lösung zu erzeugen.

Diese Erkenntnisse können dann wieder in gezielte Interventionen übersetzt und so genutzt werden.

Erleidet jemand ein Problem/ Symptom, geht dies typischerweise einher mit „Konstruktions-Elementen“ des leidvollen Erlebnisnetzwerks wie z.B:

- „Röhrenblick“/ „Tunnelvision“;
- massiven Assoziation mit den ungewünschten Phänomenen, dafür Dissoziation von hilfreichen Kompetenzen;
- im unbewussten gefühlten „inneren Erlebnis-Raum“ fast immer sehr ungünstig platziert;
- Alters-regressiven oder auch mal Alters-progressives Erleben;
- State dependent memory and future imagination;
- Abwertung von sich selbst beim Problem-Erleben, ebenso Abwertung der erlebten Phänomene;
- Oft dafür bessere Bewertung Anderer, wieder verbunden mit Selbst-Beschämung, Minderwertigkeitserleben;
- Schwaches Selbstwertgefühl und wenig oder kein Bild von Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen, damit verbunden Ohnmachts-Erleben und Erleben von ausgeliefert sein (den eigenen ungewünschten unwillkürlichen Erlebnis-Prozessen gegenüber und/oder Anderen oder Situationen gegenüber;

Weitere „Konstruktions-Elementen“ des leidvollen Erlebnisnetzwerks wie z.B:

- Ideomotorik (Körper-Koordination, Bewegungsmuster, Atmung, Mimik, Gestik), welche dieses „Schwäche-Erleben“ ausdrücken und dadurch wieder rückwirkend aufrecht erhalten oder verstärken
- Beschreibungen des Problem-Erlebens und der eigenen Bewertungen in „Ich-Form“ (z.B. „Ich erlebe X und ich finde das so blöd...“), womit gerade durch diese Beschreibungsform die ungünstige Assoziation mit dem Problem-Erleben wieder verstärkt wird. Usw., usw.

Wenn nun Problem-Netzwerke, die ja dann gegen den bewussten Willen quasi ohne willentlichen Einfluss auf unwillkürlicher Ebene das momentane Erleben dominieren, systematisch **(und zwar ganz transparent mit aktiver bewusster Beteiligung der Klient*innen !!)** mit den Netzwerken von mehr gewünschtem Erleben mit Hilfe der Netzwerk-Modelle verglichen werden, können die dabei ablaufenden Prozesse wieder deutlich ins Bewusste geholt werden.

Systematischer Vergleich der Netzwerke/ Muster (mit Hilfe der hypnosystemischen Netzwerk-Modelle → „Netzwerk-Inventur“):

Elemente des **Problemmusters**

Musterelement 1(z.B. Kontext-Bezug)

Musterelement 2(z.B. Verhalten)

Musterelement 3(z.B. Atmung)

Musterelement 4(z.B. z.B. Körper-Koordination)

Musterelement 5 (z.B. Umgang mit sich selbst,
Innere Dialoge, Seiten-Dynamik)

Musterelemente XYZ(weitere Erlebnis-Elemente)

Elemente des **Lösungsmusters**

Musterelement 1(z.B. Kontext-Bezug)

Musterelement 2(z.B. Verhalten)

Musterelement 3(z.B. Atmung)

Musterelement 4(z.B. z.B. Körper-Koordination)

Musterelement 5 (z.B. Umgang mit sich selbst,
Innere Dialoge, Seiten-Dynamik)

Musterelemente XYZ(weitere Erlebnis-Elemente)



„Pendeln“

Die Vergleiche unterstützen, wenn man sie vergleichend „hin- und her pendelnd“ macht, flexibles inneres Umfokussieren auf hilfreiche Netzwerke und **utilisieren sogar Problem-Netzwerke als hilfreiche „Aushol-Bewegung“**, die dann zum Lösungsmuster führt, da so Problem- und Lösungs-Netzwerke miteinander verbunden werden.

Gleichzeitig bewirken sie eine **hilfreiche Dissoziation von Problem-Netzwerken und dafür die Assoziation mit Meta-Beobachter-Positionen mit Überblick und steuernder Handlungsfähigkeit.**

So werden Betroffene wieder schnell befähigt, selbstwirksam ihr Erleben zu steuern, zu verstehen, welche Kompetenzen schon jetzt in ihnen „schlummerten“ und wie sie sogar das Austausch von Problem-Reaktionen als wertvolles Erinnerungs-Feedback nutzen können.

Die systematischen Vergleiche beweisen auch, dass auch bisher schon bei Betroffenen von Symptomen/ von Problem-Erleben die für gewünschte Entwicklungen hilfreichen Kompetenzen in ihrem (unbewussten) „schlummernden“ Erlebnis-Repertoire vorhanden waren. Sie machen dies so auch den Klient*innen klar bewusst, was ihr Selbstvertrauen und ihr Erleben von Selbstwirksamkeit deutlich stärkt.

So wird die therapeutische Zusammenarbeit jeweils zum „Lernen von sich selbst, von den eigenen Kompetenzen“ durch die Klient*innen.

Und so wird auch für sie stärkend erlebbar, dass sie selbst die eigentlichen Expert*innen für ihre Zielentwicklung werden, dass sie die eigentlichen erfolgreichen Therapeut*innen sind.

Dies verändert **die Rolle von Therapeut*innen** grundsätzlich. Sie sind dann mehr (in diesem Bereich hoffentlich durchaus sehr kompetente) **„Erinnerungs- und Reaktivierungs-Helfer*innen“ in einem achtungsvollen, beide Seiten würdigenden Kooperationsprozess.**

Dass die Therapeut*innen ja niemals die „Wissenden“ sein können hinsichtlich dessen, was letztlich für die einzigartigen Klient*innen die optimalen Lösungs-Prozesse sein können, heißt nun keineswegs, dass sie eher in erster Linie passiv abwartend sein sollten.

Sie verfügen ja (hoffentlich) über viel Wissen darüber, was häufig als hilfreiche Unterschiedsbildungen und Fokussierungsprozesse wirken könnte. Das kann aber bezogen auf die einzigartigen Klient*innen immer nur ein Bilden von Hypothesen sein.

Therapeut*innen sollten also (etwas salopp gesagt) sehr dumm werden für Antworten, aber sehr klug für Hypothesen und daraus abgeleitete Fragen.

Diese sollten sie oft am besten anbieten als „multiple choice“-Fragen (denn Information entsteht durch Unterschiedsbildung).

So werden sie quasi zu **„Realitäten-Kellnern“, die verschiedene „Realitäten-Menüs“/ „Perspektiven-Menüs“ anbieten**, also zu unterstützenden Anbieter*innen von Wahlmöglichkeiten.

Diese sollten jeweils angeboten werden mit der Einladung, dass die Klient*innen darauf achten können, wie auch ihre unwillkürliche, intuitive Reaktion darauf ist und auf welche der Angebote dieses unwillkürliche Feedbacksystem (somatische Marker/ felt sense) mit „Stimmigkeits-Feedback“ reagiert.

Die erweiterten Wahlmöglichkeiten helfen dabei, den verengten „Röhrenblick“ zu weiten. Damit unterstützen sie auch den Zugang zu mehreren potenziellen Erlebnisnetzwerken (und damit zu mehr Flexibilität und Kreativität).

Außerdem können Klient*innen so mehr Achtsamkeit und Wertschätzung für ihre intuitive Weisheit (und damit mehr Selbstachtung und Selbstfürsorge) aufbauen.

Für eine optimale, Gesundheit und Kompetenz-Erleben fördernde Synergie dieser Teilbereiche sollte zentrales Ziel immer sein:

Optimal wirksame Kooperation zwischen willentlichem „Ich“ und unwillkürlichen Prozessen (die autonom und immer schneller und stärker wirken als alles Willentliche).

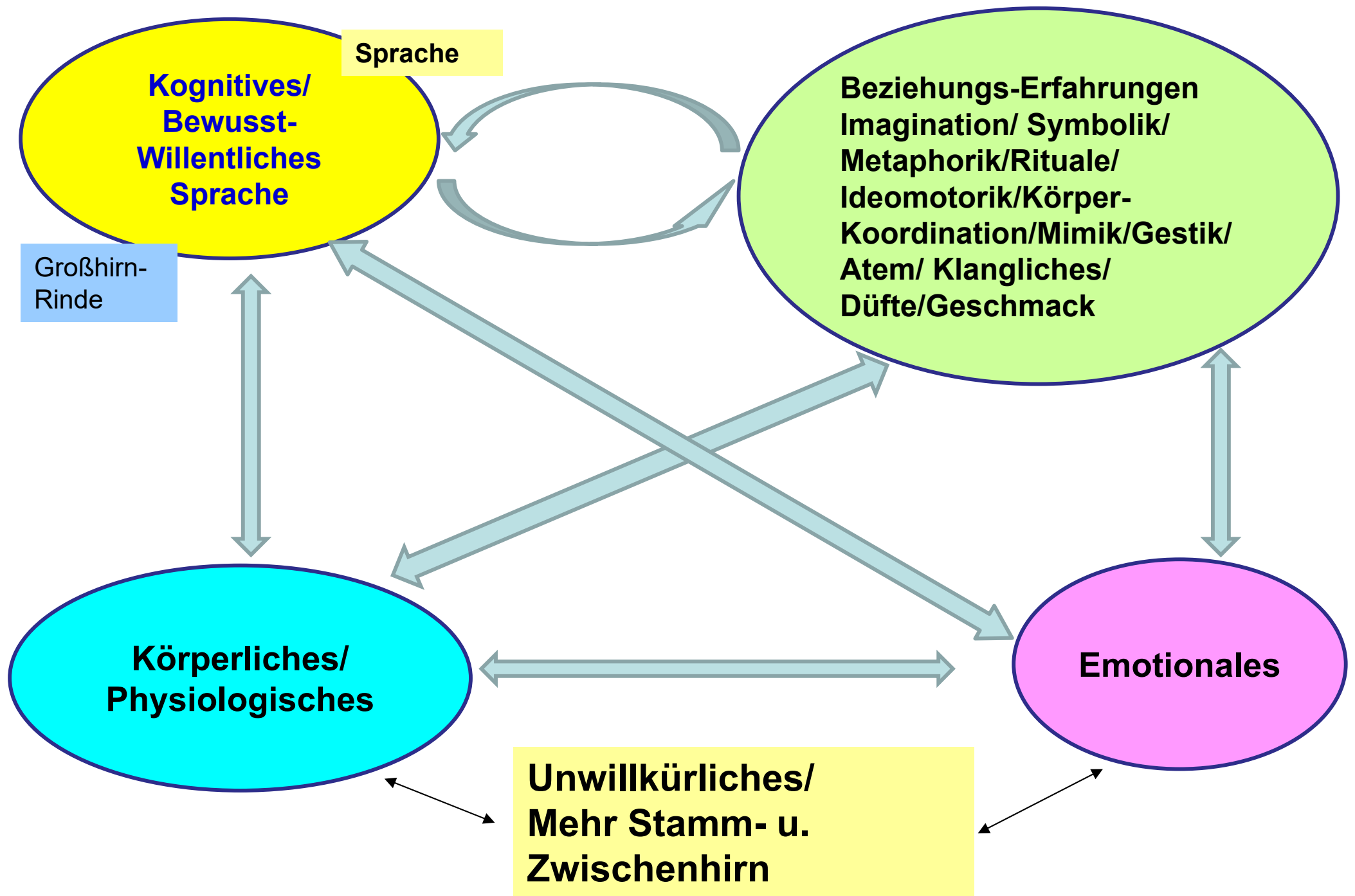
Dafür müssen kognitive Prozesse

a) durch transparente, erklärende Meta-Kommunikation („Produkt-Information“) aktiv und würdigend in die Kommunikation mit einbezogen werden;

b) durch

Imagination/ ritualisierte Ideomotorik/ und viele weitere Interventionen auf allen Sinneskanälen (z.B. durch Klangbilder/ Rhythmik/ Mimik/ Gestik etc.)

in die Bereiche übersetzt werden, die keine Sprache haben, die aber Körperliches und Emotionales unwillkürlich umsetzen (entwicklungsgeschichtlich ältere Hirnbereiche), und Körperliches und Emotionales wiederum müssen auf die gleiche Art in Kognitives übersetzt werden.



www.systemlios.de

www.meihe.de