

HYPNOSE UND KOGNITION

Band 4, Heft 1, April 1987

Leitthema dieses Heftes:

Hypnose und Verhaltenstherapie

Herausgeber: Christoph Kraiker und Burkhard Peter

Inhaltsverzeichnis:

Seite

Christoph Kraiker: Die Geburt der Verhaltenstherapie aus dem Geist der Hypnose	1
Dirk Revenstorf: Hypnose und Verhaltenstherapie	10
Burkhard Peter: Dissoziation in kognitiven Therapien	22
Hans-Christian Kossak: Verhaltenstherapie nächtlicher Asthmaanfälle – Kognitive Umstrukturierung unter Hypnose	41
Linda Maria Lèva: Lernen am Modell – Die Suche nach adäquaten Vorbildern	58
Albert Ellis: Angst vor der Angst – Die Verwendung von Hypnose mit Rational-Emotiver Therapie	64
Ausgewählte Literatur zum Thema „Hypnose und Verhaltenstherapie“	72
Reinhard Schäfer und Dirk Revenstorf: Praxis der Hypnotherapie – Eine Befragung von Therapeuten	77

Das nächste Heft erscheint im Oktober 1987 mit dem Leitthema: „**Kognitive Therapie – Bestandsaufnahme und Perspektiven**“ und wird von Nicolas Hoffmann herausgegeben.

Für ihre Hilfe bei der Herstellung dieses Heftes danken wir Monika Nikolaus und Ursula Grau.

Druck u. buchbinderische Verarbeitung: Steinbauer & Rau, 8000 München 19, Dachauer Str. 233
Printed in Germany, 2. Auflage September 1988
Zu beziehen durch: M.E.G.-Stiftung, Konradstr. 16, 8000 München 40
ISSN 0178-093X

Hypnose und Kognition
Band 4, Heft 1, April 1987

Die Geburt der Verhaltenstherapie aus dem Geist der Hypnose

Christoph Kraiker

Zusammenfassung: Ich möchte zunächst Bernheims Gedanken über die Wirkungsweise der Hypnose rekonstruieren. Dann möchte ich die Schwächen dieser Ideen skizzieren und anschließend zeigen, wie aus dem Versuch, diese Schwächen zu überwinden, einerseits die Psychoanalyse, andererseits die Verhaltenstherapie in Form der Systematischen Desensibilisierung hervorgegangen ist. Diese entsteht nämlich unmittelbar aus einigen hypnotischen Techniken, wie sie von Wolberg (1948) dargestellt und begründet wurden.

Daß die Hypnose ein loses Frauenzimmer ist, das schon einige notorische Bastarde gebar, etwa die Psychoanalyse und das Autogene Training, wissen wir alle. Vielen ist jedoch entgangen, daß auch die Systematische Desensibilisierung und einige andere verhaltenstherapeutische Verfahren zu ihrer üppigen Brut gehören.

Bernheim

Im Jahre 1886 erschien in Paris H. Bernheims Buch "De la suggestion et de ses applications à la thérapeutique"; die 2. Aufl. erschien 1887, und diese wurde von S. Freud ins Deutsche übersetzt, mit einem Vorwort versehen, und 1888 in Wien veröffentlicht; jedenfalls steht dieses Jahr auf dem Titelblatt, tatsächlich aber war es 1889, denn Freud hatte es nicht rechtzeitig geschafft, wie aus seinem Nachwort hervorgeht. Die Bedeutung des Werkes und seines Autors für die Hypnose und auch für S. Freud muß nicht hervorgehoben werden. Ich wähle das Buch als repräsentative Darstellung des "Geistes der Hypnose" vor hundert Jahren, jedenfalls eines bestimmten Geistes, nämlich des der Suggestion, im Gegensatz etwa zur physiologischen Interpretation durch Charcot.

Welche Vorstellungen hatte Bernheim über die Wirkungsweise der Hypnose? Er nahm an, daß der Mensch bzw. sein Nervensystem über eine Anzahl automatisch ablaufender Reaktionstypen verfüge:

1. "Die Aeusserungen der automatischen Thätigkeit der Nervenzentren können **instinktiver** Natur sein; die betreffenden Handlungen werden durch den selbständigen, unbewussten Antrieb des Gehirns und des Rückenmarks ausgelöst, ohne jemals gelernt worden zu sein" (116).
2. **Reflexakte**, die einerseits durch Wahrnehmungen ausgelöst werden können, andererseits aber auch durch die Vorstellung (Imagination) von Dingen oder Situationen. Derartige Wahrnehmungen oder Vorstellungen können in **Bewegungen** umgesetzt werden (er spricht dann von **ideo-motorischen** Reflexen) oder in Empfindungen (**ideo-sensitive** oder **ideo-sensorielle** Reflexe). Die Auslösung der Reaktion erfolgt in beiden Fällen in "unbewusster Weise mit Umgehung der Wil