

Überblick über die Hypnoanalyse¹⁾

J.Philip Zindel

Einleitung

Der Name „Hypnoanalyse“ verleitet in naheliegender Weise dazu anzunehmen, dass es sich um ein therapeutisches System mit einheitlicher Doktrin und standardisierten Techniken handeln könnte. Die Hypnoanalyse ist aber ein ebenso vielgestaltiges Gebilde wie die beiden ihr zugrundeliegenden Komponenten. Dies wird verständlich, wenn man sich vor Augen führt, dass nicht nur die Hypnose eine verwirrende Anzahl an Theorien und Ausrichtungen kennt, sondern dass auch die moderne Psychoanalyse ebenso viele von der klassischen Libidotheorie abweichende Schulen gebildet hat. Nennen wir nur die Ich-Psychologie, die Objektbeziehungstheorie oder die Selbsttheorie.

Die Idee der Hypnoanalyse entsprang eigentlich einem an sich sehr einfachen Anliegen: es ging darum, die therapeutischen Vorteile der Hypnose mit denen der Psychoanalyse zu verbinden. Nun ist ja die Hypnose die Mutter der Psychoanalyse. Dieses Unterfangen bedeutete also nichts Geringeres als den genetischen Zaubertrick der Rekombination einer Mutter mit ihrer eigenen Tochter! Zudem pflegt bekanntlich diese Art von Beziehung häufig zu den komplexesten und zwiespältigsten zu gehören. Die Geschichte der Beziehungen zwischen Hypnotherapeuten und Psychoanalytikern belegt es zur genüge.

Es geht hier nicht darum, alle Irrungen und Wirrungen dieses Abenteuers aufzuzeigen. Das Ziel dieser Arbeit liegt weniger in einem geschichtlichen Abriss als viel mehr in einer Vorstellung der Vielfältigkeit der Kombinationsmöglichkeiten. Dennoch wird ein kurzer Abriss nützlich sein, der den Weg von der Hypnose zur Psychoanalyse und dann von da aus zur Hypnoanalyse aufzeigt, auch wenn dabei die Gefahr besteht,

Hypnose-ZHH 2009, 4(1+2), 177-188

J.Philip Zindel, Binningen

Überblick über die Hypnoanalyse

These: Die Hypnoanalyse besteht aus vielfältigen Kombinationsmöglichkeiten von psychoanalytischem Denken und hypnotherapeutischen Interventionen. **Darlegung der These:** Die Hypnoanalyse stellt nicht ein eigenes, einheitliches therapeutisches System dar, sondern ist ein sehr heterogener Begriff, entstanden aus verschiedenen Sichtweisen mit verschiedenen Gewichtungen der beiden Komponenten Hypnose und Psychoanalyse. Es gibt dabei eine sehr große Bandbreite von Kombinationen, die alle sinnvoll eingesetzt werden können. So kann einerseits die Hypnose in eine psychoanalytische Behandlung Eingang finden, um deren Verlauf zu vereinfachen und zu bereichern. Das andere Ende ist eine fast reine Hypnosearbeit, die aber unter analytischen Gesichtspunkten konzipiert wird. Ein Schlüsselpunkt ist dabei in jedem Fall die Beachtung der Natur der hypnotischen Beziehung als abstinente, therapeutische Symbiose. Eine kurze Fallvignette illustriert eine der Anwendungsmöglichkeiten. **Standpunkt des Autors:** Eine zeitgemässe Betrachtung der hypnotischen Vorgänge unter psychoanalytischen Gesichtspunkten lässt eine flexible Integration von hypnotischen Interventionen innerhalb eines psychoanalytischen Konzeptes absolut zu, ja lädt dazu ein. Gleichzeitig können Klippen einer rein hypnotischen Arbeit durch psychodynamisches Denken sinnvoll vermieden werden. **Schlussfolgerungen:** Hypnose und Psychoanalyse können, bewusst und fundiert angewandt, einander durchaus ergänzen, ohne sich dabei gegenseitig zu stören. Voraussetzung ist eine seriöse Ausbildung in beiden Disziplinen.

Schlüsselwörter: Hypnoanalyse; hypnotische Beziehung; symbiotische Beziehung; Übertragung; Suggestion

Overview on hypnoanalysis

Theme: Hypnoanalysis consists of various possibilities of combining psychoanalytic thinking with hypnotherapeutic interventions. **Development of the theme:** Hypnoanalysis doesn't represent an independent and consistent therapeutic system. It is rather a very heterogenic term developed from various views and weightings of its two components, hypnosis and psychoanalysis. There is a very wide range of possible combinations which all can be used in an effective therapeutic way. So, e.g., hypnosis can be introduced into a psychoanalytic treatment in order to simplify and to enrich it. In the extreme case we can find a true hypnotic work, which is conceived in an analytic understanding. In any case a central topic is that one has to take into consideration the nature of the hypnotic relationship as an abstinent, therapeutic symbiosis. A brief vignette illustrates one of the possibilities of application. **Author's point of view:** An up to date examination of the hypnotic processes within a psychoanalytic vision not only allows a flexible integration of hypnotic interventions within the frame of psychodynamic reflection but it literally invites to do so. At the same time psychodynamic thinking can help to avoid pitfalls of a pure hypnotherapeutic work. **Conclusions:** Hypnosis and psychoanalysis can enhance each other without creating disturbances if applied consciously and in a well-founded way. A necessary condition is in any case a serious training in both disciplines.

Key-words: Hypnoanalysis; hypnotic relationship; symbiotic relationship; transference; suggestion

Revue sur la psychoanalyse

Thèse: *Le terme d'hypnoanalyse recouvre une multitude variée de possibilités comment combiner la réflexion analytique et des interventions hypnotiques.* **Exposé de la thèse:** *L'hypnoanalyse ne représente pas un système thérapeutique homogène en soi, mais il s'agit au contraire d'un concept très hétéroclite né de vues très diverses avec de grandes divergences de priorités de ses deux composantes, l'hypnose et la psychanalyse. Entre l'hypnose introduite dans un traitement classiquement analytique pour y simplifier et enrichir le cours et à l'autre bout un travail pratiquement purement hypnotique, mais conçu selon des points de vue psychanalytiques on trouve un très large spectre de combinaisons. Un point-clé se trouve pour toutes les formes de prendre en considération la nature de la relation hypnotique en tant que symbiose abstinent et thérapeutique. La présentation d'une vignette casuistique en illustre une possibilité d'application.* **Point de vue de l'auteur:** *Une vision des processus hypnotiques sous un angle de vue psychanalytique moderne permet parfaitement, voire invite à une intégration flexible d'interventions hypnotiques dans le cadre d'un concept psychanalytique. En même temps, la réflexion psychanalytique permet d'éviter des écueils possibles d'un travail purement hypnotique.* **Conclusions:** *Appliquées de manière fondée et consciente, hypnose et psychanalyse peuvent parfaitement s'allier sans se déranger mutuellement. Une condition nécessaire reste cependant une formation sérieuse dans les deux disciplines.*

Mots-clés: *Hypnoanalyse; relation hypnotique; relation symbiotique, transfert, suggestion*

teilweise eine Mythologie zu erzählen und sich nicht an eine strenge, wissenschaftliche Historiographie halten zu können.

Geschichtlicher Abriss

Freud, anfänglich von der Hypnose fasziniert und inspiriert, ließ diese aus verschiedenen Gründen bald fallen. In erster Linie fehlte ihm die Stabilität der therapeutischen Resultate, aber daneben beunruhigten ihn die unübersichtlichen Beziehungsprobleme, die sie auslösen konnte. Er stellte sich als Erster die Frage, was im Grunde in diesem geheimnisvollen Unbewussten, das wir mit der Hypnose manipulieren, genau geschieht. Die Folgefrage, der er sich auch stellen musste, war die nach der Natur des seltsamen „Rapports“, den es braucht, um therapeutische Resultate zu erzielen. Die Psychoanalyse war also von Anfang an eng verknüpft mit der Analyse der hypnotischen Beziehung. Die auf diesem Weg entdeckte Übertragung war insofern nicht mehr ein Werkzeug therapeutischer Beeinflussung wie der Rapport, sondern wurde zu einer Beziehungsqualität, die es zu analysieren galt, um in diesem Zauberspiegel den Widerschein des geheimnisvollen Unbewussten zu entdecken. Der Gedanke war revolutionär, denn wir dürfen nicht vergessen, dass die damalige Hypnose eigentlich nicht viel mehr tat als eine Blackbox, genannt Patient, mit Suggestionen zu bombardieren, nachdem sie mittels der Hypnose leichter knetbar gemacht worden war. Man suchte nicht nach dem roten Faden im verschlungenen Weg, den diese Suggestionen durch das Labyrinth des Unbewussten beschritten. Freud hingegen ging es darum, die Innenwelt zu verstehen, und vor allem auch, sie dem Patienten verständlich zu machen, in

Überblick über die Hypnoanalyse

der Hoffnung, auf diesem Weg zur Heilung zu gelangen. Insofern war er deutlich ein Kind des Positivismus.

Die Geschichte zeigte bald die relativ engen, praktischen Grenzen dieser Sichtweise auf. Manche Versuche wurde unternommen, Freuds Entdeckungen wirksamer werden zu lassen. Die einen zielten auf ein noch vertiefteres, noch akribischeres Analysieren ab. Andere entwickelten neue psychologische und metapsychologische Konzepte, und weitere machten gewissermassen kehrt, zurück zur Quelle, zur Hypnose, um dort neue Inspiration zu schöpfen.

Ein Pionier unter ihnen war Lewis Wolberg (1945), der schon kurz nach dem zweiten Weltkrieg ein Buch mit dem Titel „Hypnoanalysis“ veröffentlichte. Für ihn stellte die Hypnoanalyse in erster Linie eine Psychoanalyse dar, die er mit hypnotischen Interventionen bereicherte. Er benutzte die Hypnose vor allem, um in stagnierende Phasen und Phasen hartnäckigen Widerstands Bewegung zu bringen. Weiter unten werden einige seiner hypnoanalytischen Techniken vorgestellt werden.

Später, in den sechziger Jahren, erscheint die Hypnoanalyse wieder, diesmal mit der Prägung von John Watkins (1992). Dieser Psychologieprofessor aus Montana, USA, hatte eine beachtliche Erfahrung in der Behandlung von Kriegsneurosen erworben. Dies führte ihn dazu, dissoziative Zustände und insbesondere multiple Persönlichkeitsstörungen genauer zu untersuchen. Sein Zugang zur Hypnoanalyse unterscheidet sich von dem Wolbergs vor allem in einer viel systematischeren Verwendung der Hypnose. Die psychoanalytischen Konzepte dienen viel mehr als Orientierungspunkte, um mit Hypnose zu arbeiten, und weniger als Grundlage der Therapie.

Erika Fromm (Brown & Fromm 1986, Fromm & Nash 1996), eine andere, berühmte Pionierin der Hypnoanalyse, ging von den Theorien der Ich-Psychologie aus und interessierte sich zunächst dafür, wie die Konzepte von Ich-Aktivität, Ich-Passivität und Ich-Rezeptivität in die hypnotische Arbeit integriert werden könnten. Später widmete sie sich besonders der Anwendung der Hypnoanalyse bei schwer gestörten, wie zum Beispiel Borderline-Patienten.

Am Rande der Hypnoanalyse dürfen wir auch nicht die Verdienste von Kubie und Margolin (1944), Kline (1958) und Gill und Brenman (1959) vergessen. Sie trugen bedeutende Erkenntnisse zu einer psychoanalytischen Theorie der Hypnose bei. Ihnen verdanken wir unter anderem die Sichtweise, Hypnose als „Regression im Dienste des Ich“ und als „Lockerung oder Diffusion der Ich-Grenzen“ zu sehen.

Dabei fällt etwas auf: Quasi die Gesamtheit der hypnoanalytischen Autoren finden wir in der transatlantischen Nachkriegszeit, und die Alte Welt scheint von dieser Bewegung kaum berührt worden zu sein. Die Gründe dafür sind einerseits sicher historische, in Verbindung mit der Flucht einer grossen Zahl von Psychoanalytikern vor dem Nazireich, aber sie sind wohl auch kulturell bedingt. Wir neigen im Gegensatz zu den Amerikanern eher dazu, uns in tiefeschürfende und gelehrte Theorien zu versenken und vielleicht sogar darin zu versinken, während bei ihnen tendenziell die Effektivität über den Geist der Nuance zu dominieren scheint. Einzelne Namen aus Europa müs-

J. Philip Zindel

sen jedoch auch erwähnt werden, wie zum Beispiel die Deutschen Kretschmer (1946) und Langen (1961), oder in Frankreich der „Kohutianer“ Palaci (1992) oder der abtrünnige „Lacanianer“ Roustang (1994). Sie alle haben auf ihre Art und Weise auch Brücken zwischen der Hypnose und der Psychoanalyse geschlagen.

Verschiedene Definitionen

Wie lässt sich nun, in Anbetracht dieser Vielzahl von Sichtweisen die Hypnoanalyse noch definieren? Anstatt hier wieder neue „Kirchen“ zu schaffen – „wolbergianisch“, „watkinsianisch“, „frommianisch“ – steht es besser an, dies aus einer globaleren Sicht zu betrachten. Die Hypnoanalyse erweist sich dann als ein komplexes Amalgam sehr unterschiedlicher Konzepte, sowohl hinsichtlich der Hypnose wie auch der Analyse. Als einziger gemeinsamer Nenner aller Sichtweisen bleibt das Kombinieren beider Elemente in geeigneter Weise.

So kann eine erste Beschreibung lauten: „Integration von Hypnosesitzungen im Rahmen einer analytisch orientierten Psychotherapie.“ Dies entspricht ungefähr der Wolbergschen Version, in der Hypnosesitzungen dazu dienen, den Ablauf einer analytischen Therapie zu „ölen“.

Ein ganz anderer Ansatz beschreibt die Hypnoanalyse als „analytisch fundierte Anwendung der Hypnose“, was bedeutet, dass das, was durch das Einsetzen der Hypnose geschieht, selber Gegenstand analytischer Überlegungen wird. Dabei untersucht man in einem psychodynamisch orientierten Rahmen die biographischen Ursprünge sogenannter pathologischer Trancen, mit andern Worten bestimmte Formen von Regression. Der Hypnoanalytiker versucht also, dem Psychoanalytiker gleich, die psychodynamischen Grundlagen zu verstehen, aber nicht über den Weg der semantischen Inhalte der Träume und des Berichts des Patienten. Er untersucht die spezifischen Bewusstseinszustände, die jeweils zu einem Erlebnis gehören. Ein nicht immer einfaches Unterfangen, das aber in manchen Fällen erstaunlich schnell zum Ziel führt.

Der Begriff „Hypnoanalyse“ kann auch gelesen werden als „Erforschung psychoanalytischer Aspekte in der hypnotherapeutischen Praxis“. Dies bedeutet, dass in erster Linie Hypnotherapie betrieben wird, aber dass die Interaktionen einer permanenten analytischen Reflexion unterworfen werden. Der Blick ist dann besonders auf Übertragungsaspekte der hypnotischen Beziehung gerichtet.

Für andere wiederum beschränkt sich die Hypnoanalyse ganz einfach auf eine „Menge aufdeckender, hypnotischer Techniken“, die ohne präzise, psychoanalytisch inspirierte Leitlinie eingesetzt werden.

Man könnte auch dann von Hypnoanalyse sprechen, wenn der Therapeut hier und da im Rahmen einer klassischen oder ericksonianisch orientierten Hypnotherapie analytische Deutungen einfließt. Man kann dann auch von einer „Integration von analytischen Deutungen in eine Hypnotherapie“ sprechen.

Schließlich sieht eine Gruppe amerikanischer Hypnotiseure im Begriff „Hypnoanalyse“ hypnotische Altersregressionen in vorgeburtliche Zustände.

Überblick über die Hypnoanalyse

Es erstaunt angesichts dieser Vielfalt an Sichtweisen nicht, dass auch neben dem Begriff „Hypnoanalyse“ eine Reihe andere Termini geprägt wurden, um die diversen Formen zu bezeichnen, wie beispielsweise „analytische Hypnose“ (Palaci 1992), „psychodynamische Hypnotherapie“ oder „hypnodynamisch orientierte Psychotherapie“ (Brown & Fromm 1986)

In allen Fällen unterscheidet sich die Hypnoanalyse von der klassischen, psychoanalytischen Arbeit in der methodischen Anwendung von Trancephänomenen wie der Aufmerksamkeitsfokussierung oder der Trancelogik, dieser besonderen Form von „logischer Unlogik“, die aus den Träumen und aus den tiefen Trancen bekannt ist. Von der ericksonschen Arbeitsweise unterscheidet sie sich zunächst durch das Bemühen, zu einem analytischen Verständnis zu gelangen. Dann aber setzt sie sich auch dadurch ab, dass der Ablauf einer Hypnosesitzung unter psychodynamischen Gesichtspunkten analysiert werden kann und dass der Hypnoanalytiker seine Strategien nach psychodynamischen und weniger nach pragmatischen Überlegungen richtet.

Natürlich erweisen sich diese Abgrenzungen letztlich als sehr unscharf: Man muss sich nur vergegenwärtigen, dass das freie Assoziieren ohne eine gewisse Form von Trance unvorstellbar ist.

Im Folgenden sollen einige theoretische Überlegungen zur Hypnose dazu dienen, deren Rolle in der Hypnoanalyse zu erhellen.

Die abstinente Nähe

Ihrem Wesen nach ist die hypnotische Induktion ein Mittel, um eine Nähebeziehung, ja eine Intimität herzustellen, die in ihrer Qualität und Intensität außergewöhnlich ist und in dieser Form in keiner anderen zwischenmenschlichen Beziehung erscheint. Sie lässt sich am ehesten mit der symbiotischen Beziehung zwischen einer Mutter und ihrem Säugling vergleichen, oder wie es schon Freud unterstrich, mit manchen Verliebtheitszuständen. Nur unterscheidet sich die Hypnose in mehreren wesentlichen Punkten von den eben erwähnten Beziehungsformen:

1. durch die therapeutische, also asymmetrische Zielsetzung der Beziehung;
2. durch eine strikte Abstinenz von Seiten des Therapeuten (Verweigerung, eigene Wünsche in die Beziehung einzubringen), die natürlich in der Mutter-Kind-Beziehung ebenso wenig wie in der Verliebtheit gefordert werden kann;
3. durch die absichtliche zeitliche Limitierung dieser Symbiose und
4. durch die Möglichkeit, dem Bewusstseinszustand, der aus dieser Beziehung entsteht, eine definierte und gewollte, therapeutische Orientierung zu geben.

Diese Nähe ist nicht Projektion im Sinne einer Neurose (es handelt sich also nicht um Übertragung im eigentlichen Sinne). Sie besteht real und in Gegenseitigkeit. Die Fähigkeit, sich auf eine solche, symbiotische Nähe einzulassen, bedeutet im Grunde sogar eines der essentiellen Ziele einer gelungenen Psychotherapie. Somit muss diese Nähe auch nicht Gegenstand einer Analyse sein, die die Dinge wieder ins richtige Licht bringt. Ganz im Gegenteil können wir sogar in der Übertragung – sei sie positiv oder

J. Philip Zindel

negativ – eine Form von Widerstand gegen diese Intimität sehen. So betrachtet können wir sogar die Windungen des Weges bis zur hypnotischen Trance als Gegenstand einer höchst fruchtbaren analytischen Arbeit benutzen. Die Vorbereitung zur Hypnose und die Induktion gehören also zum Bereich, in dem sich Übertragung abspielt.

Weiter sichert diese abstinent gehaltene Nähe für den Patienten einen therapeutischen Schutzraum, in welchem er am besten seine Potenziale entfalten und seine Ressourcen einsetzen kann. Dem Trancezustand wohnen zudem restrukturierende Eigenschaften inne, die in diesem Raum zum Wirken kommen.

Die Hypnose in zwei Phasen

Im Zusammenhang mit der Hypnoanalyse kann eine höchst bedeutsame, von Roustang (1994) formulierte Beobachtung nicht unerwähnt bleiben, die allerdings schon in ähnlicher Form von anderen, früheren Autoren (z.B. Kline 1958) angesprochen worden war. Es müssen zwei Phasen des hypnotischen Prozesses unterschieden werden: zuerst die Induktionsphase und dann der hypnotische Zustand. In der ersten Phase spielen die Interaktionen zwischen den beiden Beteiligten eine entscheidende Rolle, ob die hypnotische Trance zustande kommt oder nicht. Dies gilt sowohl für die bewussten Interaktionen wie auch für die auf unbewusster Ebene. Im Spiel sind also z.B. Übertragungs-, Gegenübertragungsphänomene und Widerstand. Mit anderen Worten besteht die Kunst der hypnotischen Induktion darin, kurzfristig die Widerstände gegen die therapeutische, symbiotische Nähe zu steuern, oder sie manchmal zu umgehen. In der zweiten Phase, während der hypnotischen Trance, finden die Dinge ähnlich wie im Traume statt, in einem gewissen Sinn wie in einem abgeschlossenen Raum. Das Erleben des Patienten ist gänzlich auf seine Wahrnehmung und auf die Bilder aus seiner Innenwelt ausgerichtet und nicht mehr auf die Übertragungsphantasien dem Therapeuten gegenüber. Dementsprechend spricht Roustang von „paradoxem Wachzustand“, und bezieht sich natürlich auf den Ausdruck des „paradoxen Schlafs“, ein anderer Name für den REM-Schlaf, dem man lange Zeit die Produktion der Träume zuschrieb. In diesem „paradoxen Wachzustand“ erlebt der Patient seine Beziehung zum Therapeuten in völlig anderer Weise als im normalen Wachzustand oder während der Induktion. Diese Besonderheit kommt auch im geheimnisvollen Ausdruck „hypnotischer Rapport“ zum Ausdruck. Der Therapeut ist als Partner einer interaktiven Beziehung, als Objekt, praktisch völlig überflüssig geworden. Seine Rolle beschränkt sich auf eine simple – aber notwendige! – Gegenwart, die manchmal nicht mehr wahrgenommen wird. Die Übertragung als Ausdruck von unbewusst auf den Therapeuten projizierten Wünschen findet nicht mehr statt. Ist er erst einmal in Hypnose, ist der Patient gewissermaßen von der Übertragung und deren Komplikationen befreit [vgl. hierzu den anderen Beitrag von Zindel in diesem Heft].

Überblick über die Hypnoanalyse

Die Suggestion

Schließlich soll daran erinnert werden, dass seit Bernheims Zeiten der Begriff der „Suggestion“ eine radikale Veränderung erfahren hat, besonders unter dem Einfluss der Arbeiten Ericksons. Sie entspricht nicht mehr der als therapeutisch wirksam gedachten Idee, die auf direkte Weise unter Umgehung der bewussten Kontrolle des Patienten verabreicht wird und somit wie eine Art „psychologischen Suppositoriums“ auf einen hypnotisch „narkotisierten“ Patienten wirkt. Es handelt sich vielmehr um suggerierte Informationen, d.h. um Angebote, welche auf der Ebene der Motivation vorgeschlagen werden, und die eine vornehmlich unbewusst ausgelöste Reaktion im Patienten bewirken. Diese Reaktion muss in keiner Weise unbedingt dem semantischen Inhalt der Suggestion entsprechen und unterscheidet sich darin gänzlich vom Befehl. Sie entspringt vielmehr den Ressourcen und den persönlichen Strukturen des Unbewussten des Patienten. So kann beispielsweise eine Levitationssuggestion sehr wohl als Antwort ein Schweregefühl bewirken, wenn dies dem unbewussten Anliegen des Patienten besser entspricht. Es wäre naiv, darin eine Form von Widerstand sehen zu wollen. Der Charakter der Suggestion ist also viel mehr explorativ als direktiv, was auch in einer möglichen Definition der Suggestion zum Ausdruck kommt, die darin eine „operante Frage an das Unbewusste“ sieht.

Charakteristika der hypnoanalytischen Arbeit

Diese können in zehn Punkten zusammengefasst werden:

1. Der Therapeut unterzieht den hypnotischen Zustand wie auch die hypnotische Beziehung einer kontinuierlichen Reflexion, die sich nach psychodynamischen Gesichtspunkten orientiert (Übertragung, Gegenübertragung, Widerstand, Abwehr etc.). Er führt den Patienten sorgfältig in diese Überlegungen ein.
2. Methodisch eingesetzt dient die Trance sowohl als therapeutisches Werkzeug wie auch als Gegenstand einer Analyse im Rahmen eines globalen psychodynamischen Konzepts. Die Modulierung der Bewusstseinszustände sowohl während der Induktion wie während des Trancezustands, sowie der Kontext ihres Auftretens können im Sinne einer psychoanalytisch orientierten Arbeit behandelt werden.
3. Auch der semantische Inhalt des hypnoanalytischen Materials, d.h. der hypnotischen Träume, der Altersregressionen usw. kann nach den Gesichtspunkten der Tiefenpsychologie analysiert werden.
4. In der Hypnoanalyse treten sowohl die rationale Deutungsarbeit, die dem Bewusstwerden der Natur unbewusster Konflikte dient, wie auch die analytische Arbeit am Widerstand in den Hintergrund. Demgegenüber tritt das durch den hypnotischen Zustand möglich gewordene Bewusstwerden über emotionale Erfahrung (im Amerikanischen als „experiential“ bezeichnet) in den Vordergrund.
5. Die symbiotische Nähebeziehung der Hypnose verleiht der Hypnosetherapie auch einen reparativen Charakter, indem sie Ich-stärkende Faktoren steigert, die der

J. Philip Zindel

- hypnotischen Trance innewohnen. Solche sind beispielsweise Fähigkeiten wie die, in einem Zustand frei schwebender Aufmerksamkeit die eigene Innenwelt beobachten zu können, oder die logischen Inkonsistenzen des inneren Erlebens wie die Ambivalenz zu tolerieren und zu integrieren. Auch das Interesse dem assoziativen Modus des eigenen Primärprozesses gegenüber oder die Fähigkeit, mit Suggestionen auf der unbewussten Ebene im Dialog zu sein, können dazu gerechnet werden.
6. Eine der bedeutenden Rollen, die der Hypnose in der Hypnoanalyse zukommt, besteht in der verstärkten Fähigkeit des Patienten, die Aufmerksamkeit auf ein Thema oder auf ein bestimmtes Bild zu fokussieren. Diese Fähigkeit ermöglicht es, nicht bei unnötigen Umwegen hängen zu bleiben, die durch relativ oberflächliche und therapeutisch wenig relevante Hindernisse bedingt sind. So stellt beispielsweise das Vergessen eines Traumes im Laufe des Tages nicht unbedingt einen lohnenden Analysegegenstand dar. In solchen Fällen kann eine Hypnose oft rasch und in eleganter Weise den Traum wieder in Erinnerung rufen.
 7. Die Hypnoanalyse bezieht die Hypnose und die Suggestion in erster Linie zu Explorationszwecken ein. Dies schließt nicht aus, dass diese unter bestimmten Bedingungen auch zur direkten Unterstützung des Patienten, mit strategischen Absichten oder zur unspezifischen Mobilisierung innerer Ressourcen eingesetzt werden können. Indessen bleiben letztere Einsatzmöglichkeiten der analytischen Sichtweise in dem Sinne untergeordnet, als auch sie gewissermaßen „post festum“ Gegenstand einer analytischen Bearbeitung werden.
 8. Der Einsatz der Hypnose – insbesondere des hypnotischen Traums – kann in entscheidender Weise zur Symbolisierung der inneren Erlebnisse beitragen. Verschiedene Eigenschaften des hypnotischen Traumes machen ihn sogar zu einem Königsweg, mit schwer gestörten Patienten zu arbeiten. So erlaubt die Hypnose, präverbale Affekte in viel direkterer Weise anzugehen als im verbalen Dialog. Gleichzeitig bietet der hypnotische Traum die Möglichkeit, diese Affekte in Bildern einzufangen und sie gewissermaßen zu zähmen.
 9. Der langwierige und beschwerliche Teil der Arbeit in einer Psychoanalyse, den Freud in der eleganten Formel „erinnern, wiederholen, durcharbeiten“ zusammenfasste, die unermüdliche Arbeit am Widerstand und an der Übertragung wird in der Hypnoanalyse weitgehend vereinfacht und abgekürzt – laut Brown und Fromm (1986) sogar um zwei Drittel. Dies ist dank Faktoren möglich, die der Hypnose inhärent sind, wie die Hypermnese oder die schon zitierte Fokussierung der Aufmerksamkeit.
 10. Das empathische Zuhören nimmt in der Hypnoanalyse den gleichen fundamentalen Platz ein wie in den klassischen, psychoanalytischen Verfahren. Nur wird dieses wertvolle Wahrnehmungsinstrument in der Hypnoanalyse noch durch die Möglichkeiten der Hypnose verstärkt. Besonders zu erwähnen ist in diesem Zusammenhang die „parallele Trance“, in die sich der Therapeut gleiten lässt und die ihm erlaubt, tiefer mit der Trance des Patienten in Resonanz treten zu können.

Überblick über die Hypnoanalyse

Klinisches Beispiel

Naturgemäss ist es nicht möglich, den Standardverlauf einer hypnoanalytischen Arbeit zu beschreiben, da die verschiedenen Interventionen jeweils den unvorhersehbaren Mäandern des Verlaufs einer Therapie folgen. Dennoch gibt es manchmal relativ kurze Therapien, die als Beispiele einer „typischen“ hypnoanalytischen Behandlung dienen können.

So suchte ein 55-jähriger Patient meine Praxis auf, mit dem schon am Telefon angekündigten, expliziten Wunsch nach „Ericksonischer Hypnose“, was er auch immer darunter verstand. In der ersten Sitzung, als ich ihn über seine Motive für eine solche Behandlung befragte, gab er Beziehungsprobleme an, die ihn seit je her belasteten, aktuell aber in der Partnerschaft eine kritische Situation bewirkten. Er betonte, dass er schon eine lange Psychoanalyse hinter sich habe. Sodann begann er, mir des Langen und Breiten seine Probleme zu schildern, vom Hundertsten zum Tausendsten schweifend, mit einer Menge psychodynamischer Erklärungen. Ich hörte zunächst zu, versuchte ab und zu, aber vergeblich, eigene Gedanken einzubringen. Er fühlte sich dank dieser Sitzungen offenbar schon besser, wie er sagte. Am Ende der vierten Stunde stellte ich ihm schliesslich doch die Frage, wo denn die Ericksonische Hypnose geblieben sei. Ach ja, war seine Antwort, wir könnten ja nächste Stunde mal so etwas machen! Zwei weitere, hypnosefreie Sitzungen fanden statt, bevor er auf meine dritte Einladung einging und wir eine erste Hypnoseseitzung durchführen konnten, in der er ein aufschlussreiches Bild produzierte. Wieder folgte darauf eine Serie von Sitzungen im analytischen Stil, in denen er aber nur nebenbei auf das hypnotische Bild einging. Ich fragte mich zunehmend, wo die anfangs geforderte Hypnose blieb. Beim genaueren Zuhören seines Berichtes fiel mir auf, dass das Thema eigentlich immer bei seiner Mutter endete. Diese war eine sehr fromme, gütige und manipulierende Mutter gewesen. Es kam mir dann der Gedanke, ihn zu fragen, ob möglicherweise ein Zusammenhang bestehen konnte zwischen seinem unbewussten Vermeiden der Hypnose, die ihm zwar eindrucksvolle Bilder gebracht hatte, aber mit einem Loslassen verbunden ist, und der Beziehung zu seiner Mutter, in der er sich zwar geborgen aber auch manipuliert gefühlt hatte. Diese Gedankenverbindung liess ihn sehr aufhorchen. Von da an war er es, der fast in jeder Sitzung nach Hypnose verlangte. Die aufkommenden hypnotischen Bilder drückten in vielfältiger Weise eine Atmosphäre von Vertrauen und von Freiheit aus: Er visualisierte mich beispielsweise als Gärtner, der in einem Treibhaus seine Pflanzen begoss. Oder wir wanderten schweigend in den Bergen, wenige Meter voneinander entfernt und jeder für sich, und doch gefühlsmässig sehr nahe. In meinen therapeutischen Gegengefühlen empfand ich ganz ähnliche, wohlwollende, zufriedene Gefühle, ihn so begleiten zu dürfen. In der letzten von ungefähr vierzig Stunden zog er spontan eine sehr befriedigte Bilanz. Darin bezog er sich vor allem darauf, dass er dank der Hypnose bzw. der hypnotischen Beziehung eine sehr intensive Nähe ohne jeglichen manipulativen Druck hatte entdecken können. Nähe konnte auch Freiheit bedeuten. In der

J. Philip Zindel

Zwischenzeit hatte sich sein Beziehungsproblem auch aufgelöst.

Schlussfolgerungen

Eine psychotherapeutische Arbeit im Sinne der Hypnoanalyse kann sehr unterschiedliche Gesichter tragen. Sie entspringt aber immer einem zweigleisigen Denken: Auf der einen Seite steht das psychoanalytische Denken, das nicht nur darauf abzielt, die unbewussten Aspekte der Beziehung – sowohl im normalen Wachzustand wie auch in der hypnotischen Trance - zu verstehen und verständlich zu machen. Es sucht auch biographisch bedingte, unbewusste Konflikte des Patienten herauszuschälen und zu lösen. Auf der andern Seite aktualisiert und inszeniert der hypnotische Zugang diese Konflikte innerhalb der Therapiesitzung in Form der Interaktionen und Reaktionen auf die hypnotische Induktion und auf die Suggestionen. Gleichzeitig setzt er auch die schützenden Aspekte der hypnotischen Beziehung ein, um möglichst direkt die für die Entwicklung des Patienten notwendigen Ressourcen zu entdecken und zu aktivieren. So kann das „Durcharbeiten“ - ein Begriff mit dem impliziten Beigeschmack von viel Arbeit „im Schweiße des Angesichts“ – durch einen Prozess auf einer anderen Ebene ersetzt werden, wo weniger Anstrengung, Hartnäckigkeit und lang währende Geduld im Vordergrund stehen, als vielmehr Neugier, Kreativität und Spontaneität. Diese Eigenschaften werden durch das Loslassen in der Hypnose weitgehend gefördert.

Die Abfolge der hypnoanalytischen Interventionen ist sehr flexibel und passt sich dem spontanen Ablauf der therapeutischen Fortschritte und Hindernisse an. Dies lässt dem Patienten grosse Freiheit, sich auf seine Art auszudrücken und sich verstanden und respektiert zu fühlen, was letztlich die Basis jeglicher Psychotherapie bedeutet.

Literatur

- Brown, D. P., & Fromm, E. (1986). *Hypnotherapy and Hypnoanalysis*. Hillsdale, New York: Lawrence Erlbaum.
- Fromm, E., & Nash, M. R. (1996). *Psychoanalysis and Hypnoanalysis*. New York: International Universities Press.
- Gill, M. M., & Brenman, M. (1961). *Hypnosis and related states: Psychoanalytic studies in regression*. New York: International Universities Press.
- Kubie, L. S., & Margolin, S. (1944). The process of hypnotism and the nature of the hypnotic state. *American Journal of Psychiatry*, 100, 611-622.
- Kline, M. V. (1958). *Freud and hypnosis: The interaction of psychodynamics and hypnosis*. New York: Julian Press.
- Kretschmer, E. (1946). Über gestufte aktive Hypnoseübungen und den Umbau der Hypnosetechnik. *Deutsche Medizinische Wochenschrift*, 71, 281-283.
- Langen, D. (1961). *Die gestufte Aktivhypnose*. Stuttgart: Thieme.
- Palaci, J. (1992). Psychoanalyse, Übertragung und Hypnose. *Hypnose und Kognition*, 9(1/2), 41-50.
- Roustang, F. (1994). *Qu'est-ce que l'hypnose?* Paris: Les Éditions de Minuit.
- Watkins, J. G. (1992). *Hypnoanalytic techniques. The practice of clinical hypnosis*. New York: Irvington.
- Wolberg, L. R. (1945). *Hypnoanalysis*. New York: Grune and Stratton.

Überblick über die Hypnoanalyse

J.Philip Zindel
Hauptstr. 17
CH-4102 Binningen
j.philip.zindel@bluewin.ch

1) überarbeitete Übersetzung aus dem Französischen durch den Autor; Original in *Psychomédia*, No 7, Dezember 2005, mit freundlicher Genehmigung des Verlags. Zur Veröffentlichung in diesem Heft eingeladen; akzeptiert: 7.2.2009.