

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](http://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](mailto: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
<b>Die Ego-State-Therapie ...</b>	<b>97</b>
Therapeutische Allianzen mit Ich-Zuständen ...	98
<b>Zu Ich-Zuständen Kontakt aufnehmen ...</b>	<b>99</b>
„In das System hineinsprechen“, um Kontakt zu einem Ich-Zustand herzustellen ...	99
<i>Indirektes Hineinsprechen ...</i>	<i>99</i>
<i>Direktes Hineinsprechen ...</i>	<i>101</i>
Einen Ich-Zustand „herausrufen“ ...	101
<i>Herausrufen ohne formelle Tranceinduktion ...</i>	<i>101</i>
<i>Herausrufen in formeller Trance ...</i>	<i>102</i>
Aktivierung mithilfe imaginativer Methoden ...	102
Ideomotorischer und ideosensorischer Zugang ...	103
Aktivieren nonverbaler, präverbaler und symbolischer Ich-Zustände ...	103
<i>Die Arbeit mit nonverbalen und präverbalen Ich-Zuständen ...</i>	<i>105</i>
Externalisierungstechniken ...	107
<b>Die Aufgaben der Ego-State-Therapie unter Verwendung des SARI-Modells ...</b>	<b>107</b>
Mehr zum Aufbau von Allianzen mit auftauchenden Ich-Zuständen ...	107
<i>Förderung von Kooperation und innerer Harmonie ...</i>	<i>109</i>
Kontaktierung von Traumaerfahrungen mit einzelnen Ich-Zuständen ...	111
<i>Weitere klinische Aspekte der Arbeit mit Ich-Zuständen ...</i>	<i>112</i>
„Stille Partner“: Die Arbeit mit nonverbalen Ich-Zuständen ...	112
<b>5 Das Mobilisieren innerer Ressourcen in Phase 1 und 2 ...</b>	<b>116</b>
<b>Ich-Stärkung und Stabilisierung ...</b>	<b>116</b>
<b>Direkte Suggestion und Selbsthypnose ...</b>	<b>117</b>
<b>Projektiv-evokative Ich-Stärkung: Nutzung innerer Ressourcen der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ...</b>	<b>120</b>
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
<i>Die Altersprogression als Gegengewicht zu traumatischen Erinnerungen ...</i>	<i>128</i>
<i>Der Umgang mit der negativen hypnotischen Altersprogression ...</i>	<i>129</i>
<b>Ericksonsche Ansätze zur Ich-Stärkung ...</b>	<b>131</b>
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**

#### **Traumasuren 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**