

Therapieformen

# Das Beste zweier Welten

globe © milosluz - Fotolia.com

## Der hypnosystemische Ansatz

Von **Claudia Maurer**

Der hypnosystemische Ansatz ist ein Modell, das die systemische Psychotherapie mit der Erickson'schen Hypnotherapie verbindet. Grundlegend sind dabei die Herangehensweise und der Umgang mit den sogenannten Problemen der Patienten bzw. Klienten.

Nehmen wir Patienten, die durch Angst schwer bzw. gar nicht zahnärztlich behandelbar sind. Das Symptom Angst erleben diese Menschen als spontan unwillkürlich. Es passiert einfach. Sie haben keine Kontrolle über ihr Erleben und diesen unerwünschten Prozess. Die Patienten möchten behandelt werden, aber das Es lässt es nicht zu. Zusätzlich beinhaltet das Symptom Angst eine antagonistische, meist sehr feindselige Beziehung zwischen willkürlichem und unwillkürlichem Geschehen. Das bewusste, wollende Ich will etwas anderes, als das unwillkürliche Es produziert. Das Ich erlebt sich dadurch als Opfer eines Leid schaffenden, unwillkürlichen Es.

Die Patienten gehen mit dem Phänomen Angst so um, dass sie es massiv abwerten – oft in Verbindung mit Abscheu auf sich selbst. Sie versuchen die Angst zu unterdrücken oder folgen ihr wie automatisiert und lassen sich von ihr leiten. Dadurch fühlen sie sich ausgeliefert und als passive Opfer.

Was tut der Patient hier eigentlich? Er erlaubt sich nicht, wichtige Aspekte seines Erlebens und seiner Bedürfnisse wahrzunehmen. In abwertender, missachtender Weise unterdrückt, dissoziiert und grenzt er seine eigenen Bedürfnisse aus.

Darum geht es in der hypnosystemischen Therapie nicht mehr um das Wegmachen von Problemen. Hier wird das Phänomen Angst als wertvolle Information über berechnete und anerkennenswerte Bedürfnisse verstanden. In dem Phänomen Angst drücken sich Anliegen, Sehnsüchte und Lösungsversuche aus.

Dementsprechend sollte das Angsterleben auch vom Zahnarzt so behandelt und gewürdigt werden. Die Angst der Patienten wird

wertgeschätzt als Lösungsversuch (jedoch mit einem hohen Preis). Tritt man seinen Patienten mit einer solchen wertschätzenden Haltung gegenüber, ist dies eine achtungsvolle Begegnung auf Augenhöhe. Von dieser Position aus kann der Zahnarzt hilfreiche Angebote und Vorschläge für andere Lösungsversuche machen. Der Patient bleibt in eigener Kompetenz und erlebt sich nicht zusätzlich noch als passiv und ausgeliefert.

### Literatur

*Gunther Schmidt: Liebesaffären zwischen Problem und Lösung. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag, 2012.*

*Gunther Schmidt: Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag, 2011.*

### Die Autorin



**Dipl.-Psych. Claudia Maurer** ist systemische Psychotherapeutin und Hypnosetherapeutin und arbeitet in eigener Praxis in Berlin Steglitz.

Die Schwerpunkte ihrer Praxistätigkeit sind Lebenskrisen, Ängste, posttraumatische Belastungsstörungen sowie psychosomatische Beschwerden ihrer Klienten.

Sie unterrichtet in der Ausbildung zum Reittherapeuten und der Ausbildung zu Rettungsassistenten in Kommunikation, Psychologie und therapeutischen Interventionen. Mit einer Opernsängerin und Gesangspädagogin gestaltet sie mehrtätige Workshops zu Trance und Stimme. Das Thema Traum und besonders das luzides Träumen sind ihr persönliches Steckenpferd.

**Korrespondenzadresse:**  
info@claudia-maurer.de