



In der Geschichte der Heilkunde nimmt die Hypnose eine Sonderstellung ein. Diese Methode ist so alt wie die Menschheit selbst und findet sich unter verschiedenen Namen in allen Kulturen. Und so gibt es natürlich auch eine Geschichte der Hypnose. Das ist aber keine Geschichte im Sinne einer sich vervollkommnenden Entwicklung von primitiven Anfängen zur aufgeklärten wissenschaftlichen Anwendung. Die Hypnose ist ein zeitloses Phänomen. Sie entzieht sich dem Fortschrittsgedanken und man kann eigentlich nur die Geschichte der unterschiedlichen Kostüme erzählen, derer sie sich bedient – Verkleidungen, die den jeweiligen kulturellen Diskursen entsprechen, in denen sich das Phänomen Hypnose zeigt. Im Folgenden sollen in Form von Streiflichtern die kulturspezifischen Gewänder skizziert und zugrunde liegende Diskurse angedeutet werden, in denen sich die zeitlosen Wirkungen der Hypnose in der Geschichte des Abendlandes geäußert haben. Beginnend mit dem Tempelschlaf in der Antike über den magnetischen und hypnotischen Schlaf der neueren Zeit bis zur heutigen Auffassung der Hypnose soll gezeigt werden: So unterschiedlich die Bezeichnungen und die Begründung für die heilsame Wirkung auch gewesen sein mögen, Resultat und Vorgehensweise waren immer ähnlich.

## Blick in die Historie

# Die moderne Hypnose

## Die Gewänder der Hypnose Von der Antike zur Gegenwart (Teil 4)

Henning Alberts

Das 19. Jahrhundert war in Bezug auf die Hypnose hoffnungsvoll ausgeklungen. Charcot hatte die Hypnose im Wissenschaftsbetrieb salonfähig gemacht und mit ihrer Hilfe die Hysterie untersucht. Und man hatte den Eindruck, dass zu Beginn des nächsten Jahrhunderts ein neuer Star am Himmel des hypnotischen Phänomens auftreten könnte, der das Zeug hat, den Hypnotismus weiterzuentwickeln.

**Pierre Janet (1859–1947)**, französischer Philosoph, Psychiater und Psychotherapeut des 19. Jahrhunderts, schien durchaus ein



Abb. 1: Pierre Janet (1859-1947)

geeigneter Kandidat dafür zu sein. In seinen therapeutischen Ansätzen kann er als Wegbereiter der modernen Psychotherapie betrachtet werden. Er war Schüler und Mitarbeiter Charcots und seiner Schule. Zu seinen sorgfältig recherchierten Quellen gehörten unter

anderem alte Magnetiseure wie Puységur und Deleuze. Deren Werke hatte er aufmerksam studiert und festgestellt, dass sie eigentlich all die Phänomene, die man neu entdeckt zu haben glaubte, in ihren eigenen Büchern bereits beschrieben hatten. Janet bediente sich der Regressionshypnose, um im Rahmen einer Hypnoanalyse, von ihm **analytische Psychologie** genannt, verdrängte Traumata aufzuarbeiten und damit aktuelle Beschwerden zu heilen. Er hinterließ ein umfangreiches Werk an Fallschilderungen und theoretischen Erörterungen. Seine Gedanken wurden schon früh Allgemeingut, sodass ihr Ursprung heute meist nicht erkannt und deshalb auf andere zurückgeführt wird. Das moderne Verständnis der Dissoziation, ein wichtiger Begriff aus der Psychotraumatologie, ist in wesentlichen Teilen durch Janet vorweggenommen worden. Er hat das Wort „unterbewusst“ geprägt. Sein Werk war eine der Hauptquellen für Freud, Adler und Jung. Und auch der Psychiater Bleuler hat sich bei seinen psychologischen Typen durch ihn anregen lassen.

Janet wäre also prädestiniert gewesen, auf der Tradition aufbauend, eine neue hypnotische Schule zu errichten. Aber er geriet rasch ins Abseits des hypnotischen Diskurses, wohl auch

durch seine Abneigung gegen Schüler, Schulen und Dogmen. Zudem hatte er wenig Kontakt zu den Universitäten, sodass Studenten kaum Gelegenheit hatten, ihn kennenzulernen. Janet warf der aufkommenden Psychoanalyse eine dogmatische Festlegung und damit die Behinderung eines unvoreingenommenen wissenschaftlichen Arbeitens mit dem Phänomen Hypnose vor. Sicher spielte hier gekränkte Eitelkeit eine Rolle, wenn er feststellte, dass Freud seine grundlegenden Arbeiten übernommen und lediglich andere Bezeichnungen dafür erfunden hatte, wie beispielsweise „Katharsis“, was er selbst „moralische Desinfektion“ nannte. Seine „psychologischen Systeme“ wurden von der freudschen Schule als „Komplexe“ bezeichnet (Janet 2013, S.199). Wie Ellenberger schreibt, wurde Janet wohl mehr von Lesmosyne, der Göttin des Vergessens, bevorzugt als von Mnemosyne, der Göttin der Erinnerung, die ihm zumindest bei seinen eigenen Therapien so zur Hilfe geeilt war. Der Mainstream des damaligen Denkens bewegte sich aber auf die naturwissenschaftlichen Metaphern zu. Philosophie und Mystik wurden als lästige traditionelle Anhängsel zurückgelassen. Und auch die Untersuchung somnambuler



Abb. 2: Schleierphänomen eines Mediums, Photographie von Schrenck-Notzing



Abb. 3: Das Hypnose-Arrangement Anfang des 20. Jahrhunderts

Zustände rückte in den Hintergrund. So fand auch die sehr aufwändige Untersuchung von Schrenck-Notzing über Materialisationsphänomene medialer Personen wenig Beachtung oder wurde belächelt (Abb. 2). Und das hypnotische Arrangement erstarrte in theatralischen Gesten (Abb. 3) oder bizarren Jahrmarktsposen (Abb. 4), wie aus den Illustrationen einer Anleitung zur Hypnose Anfang des 20. Jahrhunderts hervorgeht. So war die Hypnose dabei, ihr altes Gewand endgültig abzulegen und sich abermals ein aktuelles naturwissenschaftliches Outfit überzuwerfen, für das Janet lediglich die Schnittmuster zur Verfügung gestellt hatte.

Der neue geniale Modeschöpfer, der den hypnotischen Gedanken revolutionierte, ohne den Begriff Hypnose weiter zu verwenden, war **Sigmund Freud (1856–1939)** (Abb. 5). Wie auch Janet arbeitete er 1885/86 bei Charcot in Paris und hospitierte 1889 kurz in Nancy. Zusammen mit seinem väterlichen Freund Joseph Breuer (1842–1925) widmete er sich zunächst der Hypnose. Der Bericht über eine aufdeckende Behandlung der Patientin Anna O., den er zusammen mit Breuer

veröffentlichte, gilt als das Kultbuch der späteren Psychoanalyse.

Allerdings waren Freud die damaligen Werkzeuge der Hypnose, die man immer noch als eine Art Schlaf betrachtete, nicht genug.



Abb. 4: JDer Hypnotiseur in orientalischer Pose



Abb. 5: Sigmund Freud (1856-1939)

Er erkannte die oft unzuverlässige Wirkung der direkten Suggestion und die Gefahr der Symptomverschiebung. Auch hatten viele der alten Hypnotiseure Sinn und Bedeutung der Symptome und ihre notwendige Aufarbeitung wohl zu wenig berücksichtigt. Freud war von Anfang an der Naturwissenschaft zugeeignet und hegte gegen Philosophie eher eine Abneigung. Er hielt die bisherigen Methoden für unwissenschaftlich und betrachtete sie als Hokuspokus. Und als eine Patientin ihm nach einer geglückten hypnotischen Behandlung die Arme um den Hals schlang, bestärkte das seinen Entschluss, mit der Hypnose aufzuhören. Damit war der Weg zur **Psychoanalyse** frei. Freud sprach das Todesurteil der Hypnose in seinen ersten Vorlesungen auch direkt aus: „Der Hypnotismus hat aber als therapeutisches Agens nicht gehalten, was er anfangs versprach; wir Psychoanalytiker dürfen uns für seine rechtmäßigen Erben ausgeben ...“ (Freud 1969, S.444) Als Erbe konnte er natürlich auch die bisherigen Fachausdrücke der Hypnose in seinem Sinn anders verwenden. Und so schreibt er: „Und wir müssen gewahr werden, daß wir in unserer Technik die Hypnose nur aufgegeben haben, um die Suggestion in Gestalt der Übertragung wiederzuentdecken.“ (Freud 1969, S.444) Freud entdeckte Sexualität und die Libido als treibende

Kräfte menschlichen Handelns und sah in deren Unterdrückung auch den Ursprung der Neurosen. In gewisser Weise entstammt sein Fachvokabular wie beispielsweise „Verdrängung“, „Übertragung“ und „Widerstand“ der Physik. Andererseits machte er einen großen Rückgriff auf die griechische Mythologie bei der Entdeckung des „**Ödipuskomplexes**“ als Metapher für die menschliche Tragödie schlechthin (Abb. 6). Von Pierre Janet hat er sich nach anfänglicher Annäherung später gänzlich abgewandt. Er warf ihm vor, das Unbewusste lediglich als eine Redensart zu verwenden und nicht als etwas Reales anzusehen, und bekennt: „Seither verstehe ich Janets Ausführungen nicht mehr ...“ (Freud 1969, S.258) Aus heutiger Sicht hat aber die Psychoanalyse viel mehr mit der Hypnose gemeinsam, als das auf den ersten

Blick scheint. Die Theorien mögen verschieden sein, aber man kann beispielsweise das freie Assoziieren des Patienten auf der Couch vergleichen mit dem Erlernen der Fähigkeit des automatischen Redens, das im somnambulen Zustand geschieht (Abb. 7). Auch erinnert der umfassende Einfluss, der der Libido zugeschrieben wird, in gewisser Weise an das Konzept des magnetischen Fluidums von Mesmer. Ein Schüler von Freud, Wilhelm Reich (1897–1957), entwickelte aus dem Libidokonzzept die umstrittene Orgontheorie, eine Wortneuschöpfung aus Orgasmus und Organismus, mit der er eine omnipräsente Lebensenergie bezeichnete, die dem Mesmer'schen Fluidum sehr nahe kommt. Die psychoanalytischen Theorien Freuds gehen davon aus, dass es sich dabei um Übertragungsphänomene auf eine Autoritätsperson handelt, zu der

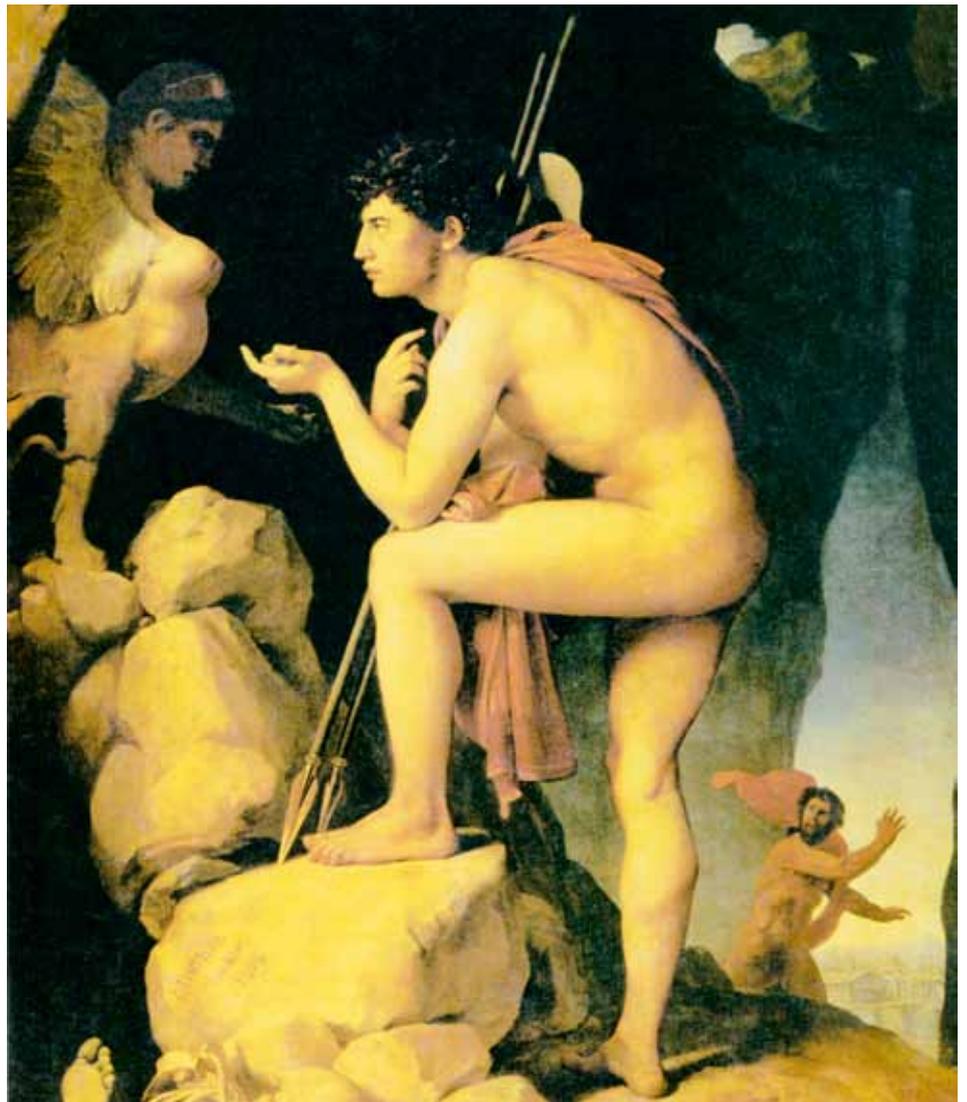


Abb. 6: Ödipus und die Sphinx. Gemälde von Dominique Ingres 1808



Abb. 7: Freuds berühmte Couch in der Berggasse 19, Wien. Der Patient lag und der Analytiker platzierte sich auf dem Stuhl zu seinem Kopfende

man eine ambivalente Beziehung hat. Anders ausgedrückt ist nach Freud die Hypnose eine masochistische, libidinöse Unterordnung des Subjektes unter den Hypnotiseur. Kein Wunder also, dass die Hypnose künftig nur noch mit spitzen Fingern angefasst wurde. Aus der bernheimschen Schule entwickelte sich Anfang des 20. Jahrhunderts die sog. **zweite Schule von Nancy**. Aus ihr gingen bemerkenswerte Persönlichkeiten wie der Apotheker **Emile Coué (1857–1926)** hervor. Er baute seinen Ansatz auf reiner Autosuggestion auf und legte Wert auf die Feststellung, dass die Heilkraft vom Patienten

und nicht vom Behandler ausgehe (Abb. 8). Folgerichtig verzichtete er auf den Einsatz bewusster Hypnosetechniken und arbeitete an suggestiven Formulierungen, die den Widerstand des Patienten umgehen sollten. Der berühmteste Allgemeinplatz lautete: „Es geht mir mit jedem Tag in jeder Hinsicht besser und besser.“ Coué trug seinen Patienten auf, sich diesen Satz 20-mal morgens und abends halblaut vorzusagen, um so eine umfassende Heilwirkung zu erzielen. Federführend für diese 2. Schule von Nancy war der Genfer Psychologieprofessor **Charles Baudouin (1893–1963)** (Abb. 9). Er verband

Philosophie und Psychoanalyse miteinander und kannte Pierre Janet und Freud. Seine umfassende Untersuchung der Strukturelemente von Suggestion und Autosuggestion ist heute noch lesenswert. Als einer der letzten Vertreter der alten hypnotischen Schule soll noch **J. H. Schultz (1884–1970)** genannt werden (Abb. 10). Er destillierte aus seinen ursprünglichen Erfahrungen als Nervenarzt mit der Hypnose und den Berichten vieler seiner Patienten ein neues Verfahren, das sogenannte **autogene Training**, das mit relativ starren, „formelhafte“ Vorsatzbildungen arbeitete, aber den



Abb. 8: Emile Coué (1857-1926)



Abb. 9: Charles Baudouin (1893-1963)



Abb. 10: J. H. Schultz (1884-1970)



Abb. 11: Milton Erickson (1901-1980)

Vorteil einer gewissen Nachprüfbarkeit mit sich brachte. Das Verfahren war in Deutschland bis in die 1970er-Jahre das einzige, das mit hypnotischen bzw. hier autosuggestiven Elementen arbeitete.

Vorherrschend war allerdings die Psychoanalyse, die einen gewaltigen Einfluss auf Psychologie und Geistesleben des 20. Jahrhunderts hatte. Zugunsten der Psychoanalyse wurde die Hypnose als ernstzunehmendes therapeutisches Verfahren desavouiert und ihr Einfluss sank in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts bis zur Bedeutungslosigkeit. Ein Beispiel dafür ist eine Unterhaltung zwischen einem Psychologieprofessor und seinem Doktoranden, die 1988 an einer britischen Universität stattfand und von Dr. Ashley Conway, einem angesehenen Psychologen der Harley Street, aufgezeichnet wurde:

„Student: Es scheint einen Bedarf an guter Forschung im Bereich Hypnose zu geben.

Professor: Das würde ich in meiner Abteilung niemals dulden.

Student: Warum nicht?

Professor: Weil Hypnose kein angesehenes Forschungsgebiet ist.

Student: Warum nicht?

Professor: Weil es keine ernstzunehmende Literatur zu diesem Bereich gibt.

Student: Warum gibt es keine Literatur?

Professor: Weil niemand die Forschungsarbeit geleistet hat.

Student: Warum hat das niemand getan?

Professor: Weil es kein angesehenes Forschungsgebiet ist.“ (Milton 1996, S.183)

Ein schönes Beispiel für eine sich selbst bestätigende Beweiskette.

Die Betrachtung der zeitgenössischen Hypnose erfordert jedoch zum besseren Verständnis einen postmodernen Standpunkt. Die Zeit der großen und kühnen Entwürfe zur Welterklärung ist inzwischen endgültig vorbei und gewissermaßen wird mit dem Ausklingen des 20. Jahrhunderts die Postmoderne mit einem neuen Diskurs eingeleitet, der Autoritäten und Konventionen eher ablehnend gegenübersteht. Es beginnt ein Zeitalter der Beliebigkeit, alles ist eher im Werden, es gibt nichts Endgültiges. Einhergehend mit den

Erkenntnissen der Quantenphysik ist man sich mehr und mehr bewusst, dass nichts von dem, was man erkennt, unabhängig vom Erkennenden existiert. Der Konstruktivismus wird zur Philosophie der Postmoderne, denn er berücksichtigt die unterschiedlichen Vorstellungswelten des Individuums. Statt mit Dogmen arbeitet man zunehmend mit Vorannahmen oder Arbeitshypothesen, die ergänzbar und veränderbar sind. Und abermals passt sich die Hypnose in ihrem Wiedererwachen aus dem Dornröschenschlaf den Gegebenheiten der Zeit an. Allerdings kommt die Revolutionierung der Hypnose diesmal aus Amerika.

Die Lichtgestalt der neuen Hypnose war der in Nevada geborene Psychiater **Milton Erickson (1901–1980)** (Abb. 11). Er selbst war durch eine Erkrankung an Kinderlähmung mit 18 Jahren und darauffolgenden Rückfällen stark beeinträchtigt. Durch seine Eigenance und seinen unerschütterlichen Willen überwand er immer wieder seine Lähmungen. Nur in seinen letzten fünf Lebensjahren war er auf den Rollstuhl angewiesen.

Mit Sicherheit haben diese Erfahrungen seinen eigenen späteren Hypnosestil geprägt. Sein Leben und sein Wirken sind von Legenden umrankt. Er kleidete die Hypnose in ein Sprachgewand, das spielerisch verdeckte Suggestionen, Tranceaufforderungen und Lehrgeschichten zu einem einmaligen Stil zusammenfasste und als **nondirektive Hypnose** Eingang in die Psychotherapie fand. Zwar hatten bereits andere Hypnoseforscher auf die Wirkung und Wichtigkeit indirekter Suggestionen hingewiesen, wie der deutsche Psychiater Albert Moll (1862–1939), aber Erickson entwickelte daraus eine Sprachkunst, die keine Vorläufer hatte. Der postmodernen Ablehnung von Theorien und Dogmen folgend empfand Erickson jeden theoretischen Ansatz als begrenzend. Er erklärte: „... was immer ich sage, daß es sei, ... lenkt mich davon ab, die vielen Möglichkeiten zu erkennen und nutzbar zu machen, die da sind.“ (Gilligan 2005, S.60) Erickson betonte die Individualität des Patienten und die Wichtigkeit, diese Individualität in die hypnotische Kommunikation miteinzubeziehen. Er stand damit im Gegensatz zu den standardisierten Methoden, die bis in die 1960er-Jahre noch üblich waren. Anders als Freud definierte er das Unbewusste als unerschöpflichen Ressourcenschatz zur Selbstheilung des Patienten. Durch seine speziellen verbalen und nonverbalen Techniken bezog er das Unbewusste des Patienten in den Heilungsvorgang mit ein und gestand ihm eine führende Rolle zu. Sein Einfluss auf die zeitgenössischen Therapeuten und die nachkommende Generation kann in diesem Zusammenhang nur erwähnt und nicht angemessen gewürdigt werden. 1978 wurde zu seinen Ehren die Milton H. Erickson Gesellschaft gegründet, die in späteren Jahren auch in Europa ihren Einzug fand. In Deutschland M. E. G. genannt, hat diese Vereinigung einen wesentlichen Beitrag zur Verbreitung und Rehabilitierung der Hypnose geleistet.

Die vorliegende Artikelserie wäre nicht entstanden, wenn nicht in den 1980er-Jahren ein unbekannter Stuttgarter Zahnarzt, Albrecht

Schmierer, es als seine Aufgabe angesehen hätte, die Hypnose auch in die zahnärztliche Tätigkeit wieder einzuführen. Nach Jahren der Eigenversuche und Anwendung am Patienten gründete er im Jahre 1994 eine an Mitgliederzahl ständig wachsende Gesellschaft, die Deutsche Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose (DGZH). Zusammen mit seiner Frau Gudrun konnte er in seinen Ausbildungsseminaren charismatisch seine zahnärztlichen Kollegen immer wieder begeistern und motivieren. Auch dank seines unermüdlichen Einsatzes hat man sich nun auch in der universitären Forschung der Hypnose angenommen, um statistisch zu beweisen, was der Praktiker längst weiß und durch Falldokumentationen in den letzten 200 Jahren immer aufgezeigt wurde, auch wenn es die Ärzteschaft offiziell nie so recht wahrhaben wollte: Hypnose wirkt. Und vielleicht winkt ihr ja auch bald der Doktorhut. Es bleibt abzuwarten, wie sich diese gegenwärtige Entwicklung weiter gestaltet und welche neuen Gewänder sich dies chamäleonartige Phänomen Hypnose noch einfallen lassen wird. Das Schlusswort möge entsprechend dem Titel dieser Artikelreihe die Modeschöpferin Coco Chanel haben: „Mode vergeht, Stil bleibt.“

### Literatur

Charles Baudouin „Suggestion und Autosuggestion“ Sibyllen Verlag Dresden 1924.

Coué, Emile: Die Selbstbemeisterung durch bewußte Autosuggestion. Basel/Stuttgart: Schwabe & Co., 1985.

Ellenberger, H. F.: Die Entdeckung des Unbewußten. Zürich: Diogenes, 1996.

Freud, Sigmund: Studienausgabe Band 1. Frankfurt/M.: S. Fischer, 1969.

Gilligan, Stephen G: Therapeutische Trance. Heidelberg: Auer, 2005.

Janet, Pierre: Die Psychologie des Glaubens und die Mystik. Berlin: Matthes & Seitz, 2013.

Milton, Richard: Verbotene Wissenschaften. Frankfurt/M.: Zweitausendeins, 1996.

Schrenck-Notzing: Materialisationsphänomene. München: Ernst-Reinhardt-Verlag, 1923.

Schulz, I. H.: Das autogene Training. Stuttgart: Thieme.

## KLEINANZEIGEN

*Praxis Dr. Eleonore Sach  
63263 Neu-Isenburg,  
Tel. 06102 22 22 1  
dresach428@googlemail.com*

*Wir suchen zum Herbst und zum Anfang des kommenden Jahres für Frankfurt und Neu-Isenburg*

*Zahnärztinnen / Zahnärzte, die Spaß an moderner, sanfter Zahnheilkunde in einem netten, kompetenten Team haben und auch gerne im Schichtdienst und mit Angstpatienten arbeiten möchten.  
Eine Vertiefung / Spezialisierung in Kinderzahnheilkunde, Endodontologie oder Implantologie, Hypnose, Funktions-Diagnostik etc. wäre toll, ist aber nicht zwingend Voraussetzung.  
Wir bieten alle Behandlungsformen der modernen Zahnheilkunde (außer KFO) sowie verschiedene Kooperationsmöglichkeiten auch im Rahmen einer Selbstständigkeit.*

Sie sind Mitglied der DGZH?  
Dann könnte hier auch Ihre Anzeige stehen.  
Für weitere Informationen kontaktieren Sie bitte die DGZH-Geschäftsstelle.