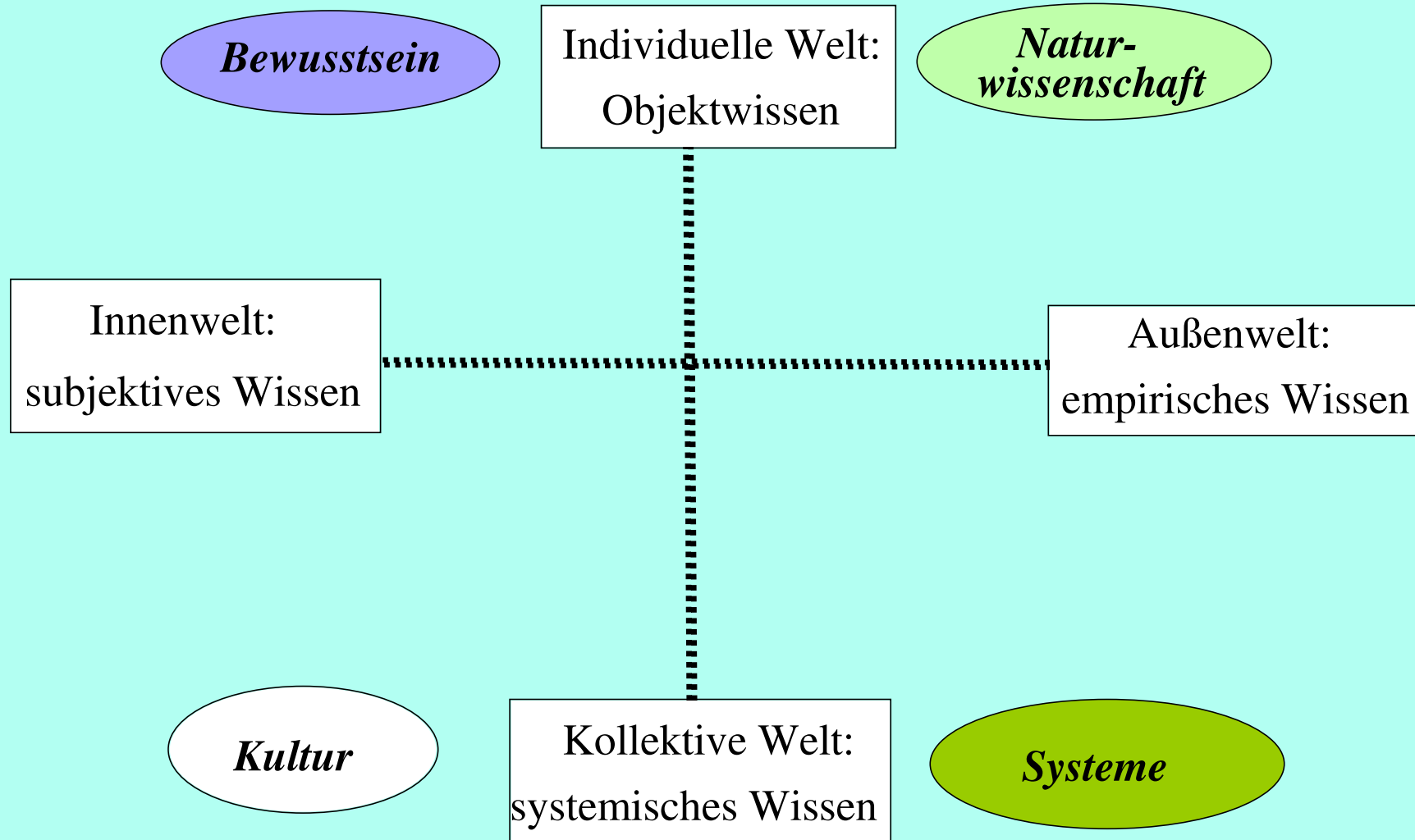


# *Hypnotherapie*

Neurobiologische Grundlagen  
und  
Theorie

Dirk Revenstorf  
Universität Tübingen

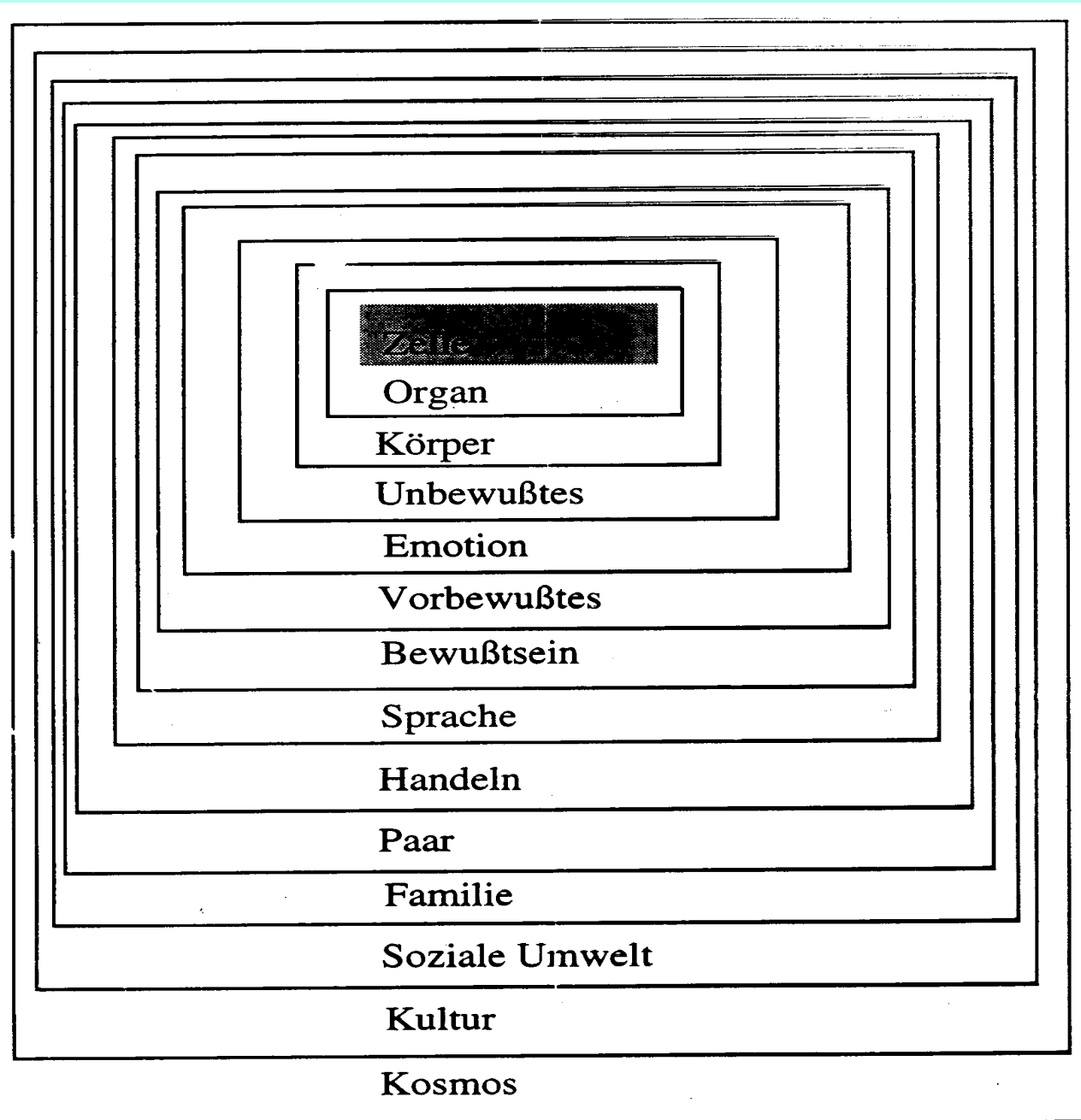
# Vier nicht reduzierbare Wissensarten (nach Wilber)



# Trendwenden in der Psychotherapie

---

1. Wende: Introspektion → Empirie
2. Wende: Behaviorismus → Kognition
3. Wende: Kognition → Emotion
- 4. Wende: Bewusste → Implizite Verarbeitung**



- Immundefekt
- Psychosomatik
- Muskelpanzer
- Schemata
- Ängste
- Werte
- Pläne
- Ideolektik
- Vermeidung
- Kollusion
- Delegation
- Kontakt
- Normen
- Spiritualität

# The Unconscious

as our true internal Africa  
Jean Paul (1763 – 1825)

In reference to the foundation of the association promoting the discovering  
of the interior of Africa (1788)



# Verarbeitungs-Ebene

## **B3: Sprache:**

*Schrift, Worte*

## **B2: Bewusstes:**

*Vorstellungen, Bilder*

## **B1: Vorbewusstes:**

*Idole, Schemata*

## **U1: Trance-Unbewusstes:**

*Trance*

## **U2: Traum-Unbewusstes:**

*Traum*

## **U3: Subliminal-Unbewusstes:**

*Subzeption*

# Intervention

Argumente, Selbstinstruktion,  
Bewertung, Umdeutung

Problemanalyse, Planung,  
Werte

Disput irrationaler Ideen

**Hypnose, Meditation,  
katathymes Bilderleben**

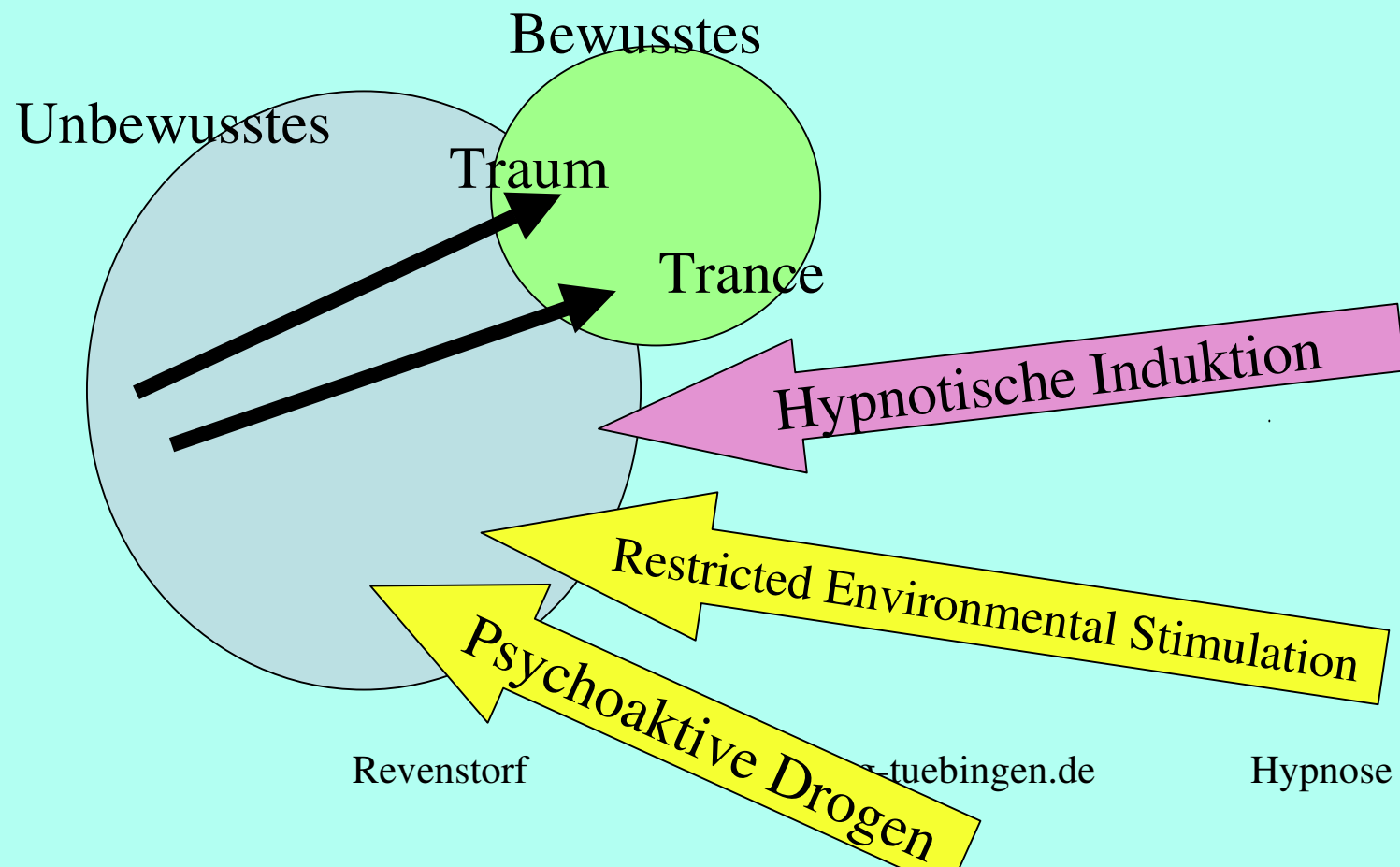
Deutung der Symbole und  
Archetypen  
als Hinweis und Ressource

Auditive/visuelle subliminale  
Stimulation

# Menninger-Studie: Psychoanalytische Therapie (Wallerstein, 1989)

	erfolglos	erfolgreich
Keine Einsicht	25%	45%
Einsicht	5%	25%

# Zugänge zur unbewussten Informationsverarbeitung



# Implizite Verarbeitung in Hypnose

Trance- Induktion	Aufmerksamkeit	Fokussierung Dissoziation	Zeitverzerrung Analgesie
	Speicherung	Analog Bildlich Assoziativ	Eidetik Konfabulation
	Suggestibilität	Intrahypnotisch Posthypnotisch	Positiv-Illusion Negativ-Illusion
	Regression	Primärprozess Übertragung	Phantasie/alogisch Positiv/Negativ- Übertragung

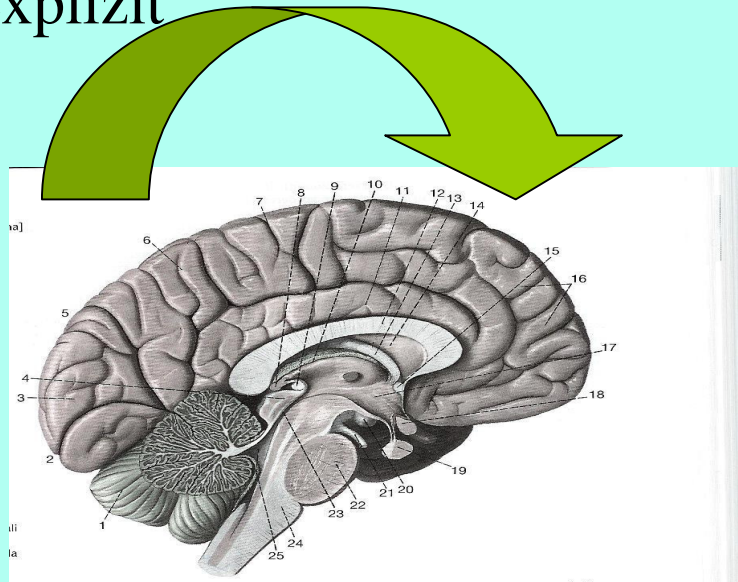
*Hypnose*  
*als verändertes Bewusstsein*

# Hirnphysiologische Befunde

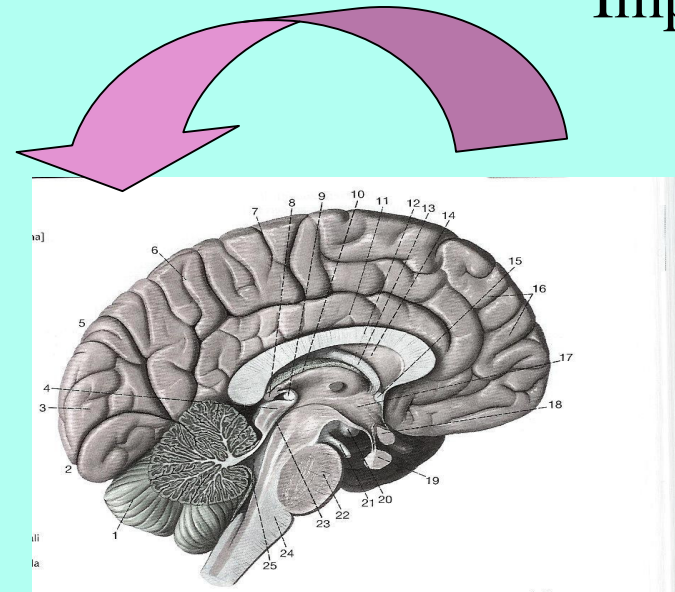
- Generelle Diskonnektivität (Affekt-Toleranz)
- Frontale Hemmung (Suggestibilität)
- Aktivierung d. ant. Cingulums (Aufmerksamkeit)
- Aktivierung d. Sehrinde (Imagination)
- Umkehrung der Verarbeitung (Innenwelt)
- Psychosomatische Plastizität (Heil-Bilder)

# Umkehrung des Informationsflusses unter Hypnose

Explizit

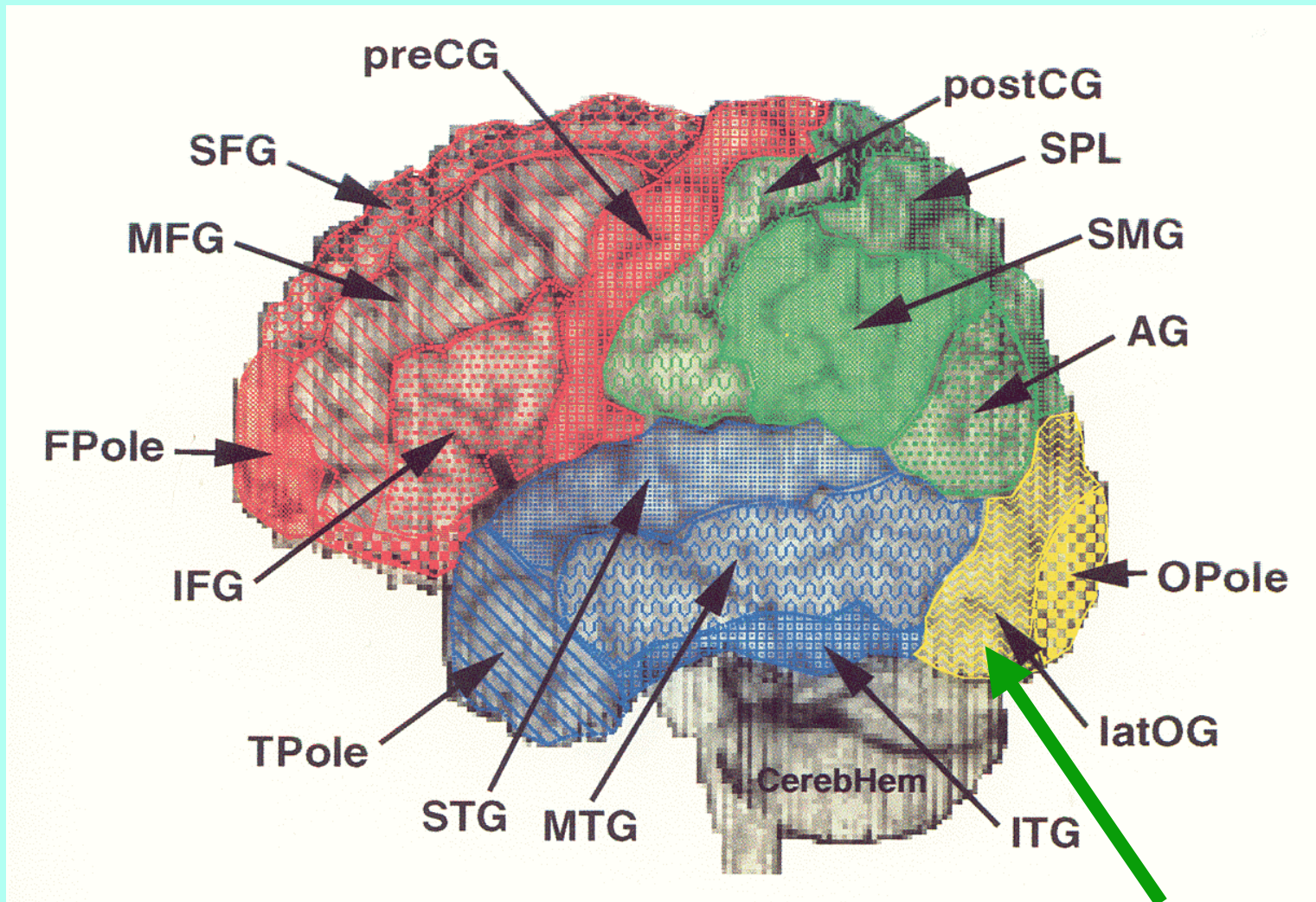


Implizit



- Links: Wahrnehmung
- Äußere Bilder
- beeinflussen Entscheidung, Bewertung

Rechts: Hypnose  
unbewertete verbale Suggestionen  
lösen innere Bilder aus



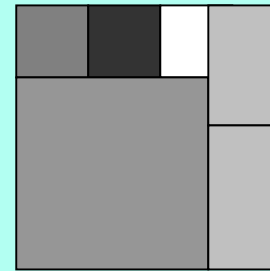
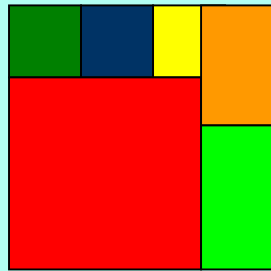
**Fusiform**

Hypnose

Revenstorf

[www.meg-tuebingen.de](http://www.meg-tuebingen.de)

# Intrahypnotische Suggestion



- Fusiforme Region (Farbverarbeitung)
- aktiv je nach Suggestion:
- „Grau“                      oder                      „Farbig“

# Posthypnotische Suggestion

## Stroop Interferenz

Grün

- „Welche Farbe hat das Wort ?,,
- Bei posthypnotischer Suggestion:“Sinnlose Silbe“
- Keine Fehler

# Veränderte Speicherung

## Wort-Assoziationen

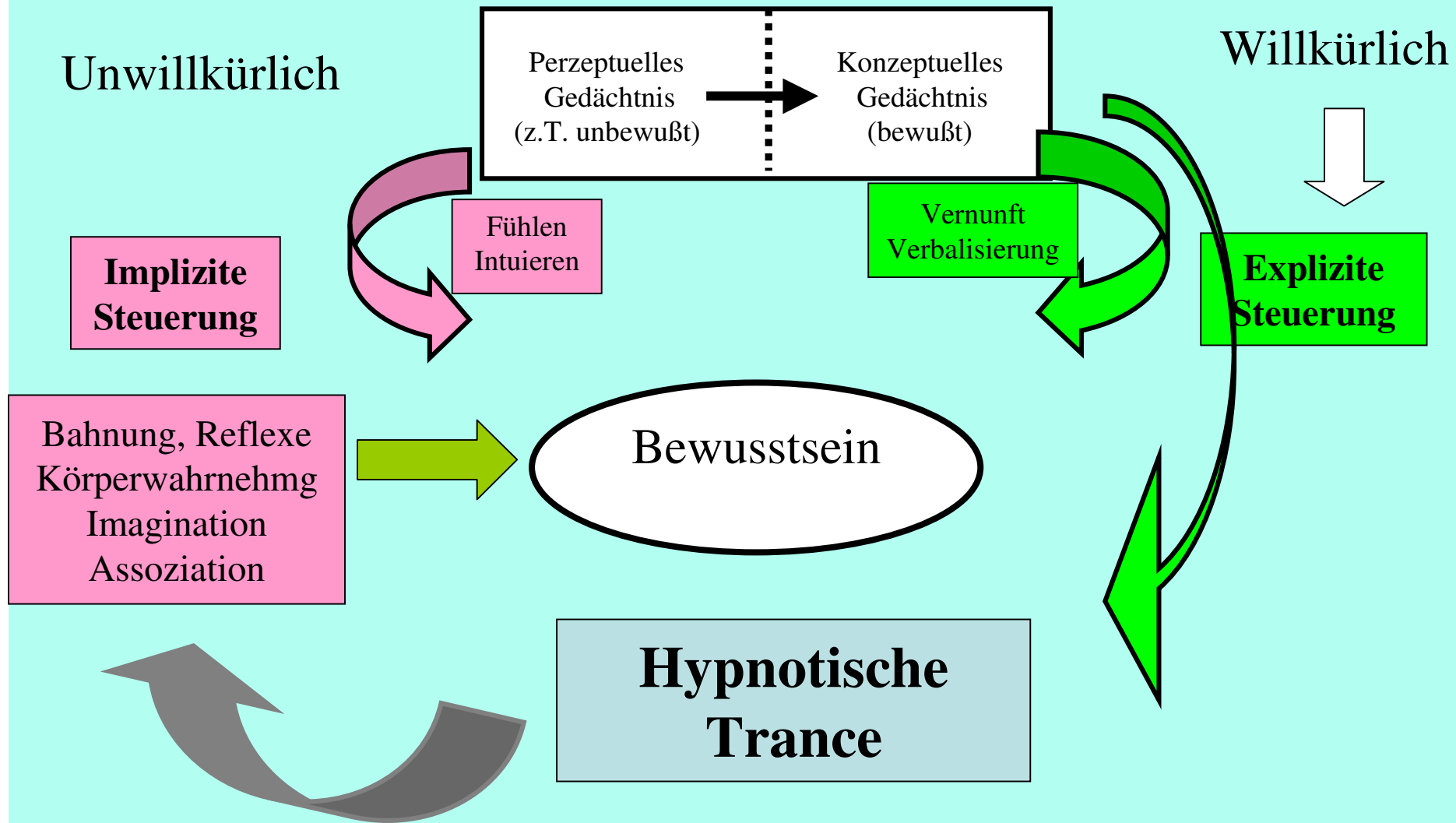
- In hypnotischer Trance:
  - Vogel-Wolke +++
  - Moral-Busse ----
- Im Wachbewusstsein
  - Vogel-Wolke ---
  - Moral-Busse +++

Merkmale nach Csikszentmihalyi (1992)

# FLOW

- Herausforderung an der Kompetenzgrenze
- Handlung und Bewusstsein sind eins
- Zustand müheloser Hingabe
- Klare Ziele und unmittelbare Rückmeldung
- Die Geschehnisse erscheinen unter unserer Kontrolle
- Sonstige Sorgen sind ausgeblendet
- Verlust des Zeitempfindens

# Implizite und explizite Verhaltensteuerung



# Lösungsprozess in der Hypnotherapie

Expliziter Teil:

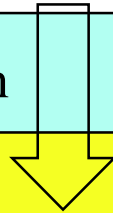
willkürliche Einleitung: steuernd, fremdbestimmt

Entscheidung, das Thema in Trance zu bearbeiten

Fokussierung eines Objekts (& Beobachtung der Veränderung)

Dissoziation

vom Bewusstsein



Impliziter Teil:

unwillkürlicher Lösungsprozess: zulassend, autonom

Anregung von Suchprozessen (z.B. Altersregression)

Förderung von assoziativer Verknüpfung (Konditionierung)

Elliptische Umschreibung des Themas

(durch Metaphern, Anekdoten, Bilder)

# Trance- bzw. Alltags-Logik

## Trancelogik

- Bild- und Symbolhaft
- einschließend
- assoziativ-verknüpfend
- rezeptiv, zulassend
- visionär
- zeitlos („unendlich“)
- Symbiose (verbunden)
- Poesie, Trance, Traum
- Primärprozess
- Symmetrische Logik

## Alltagslogik

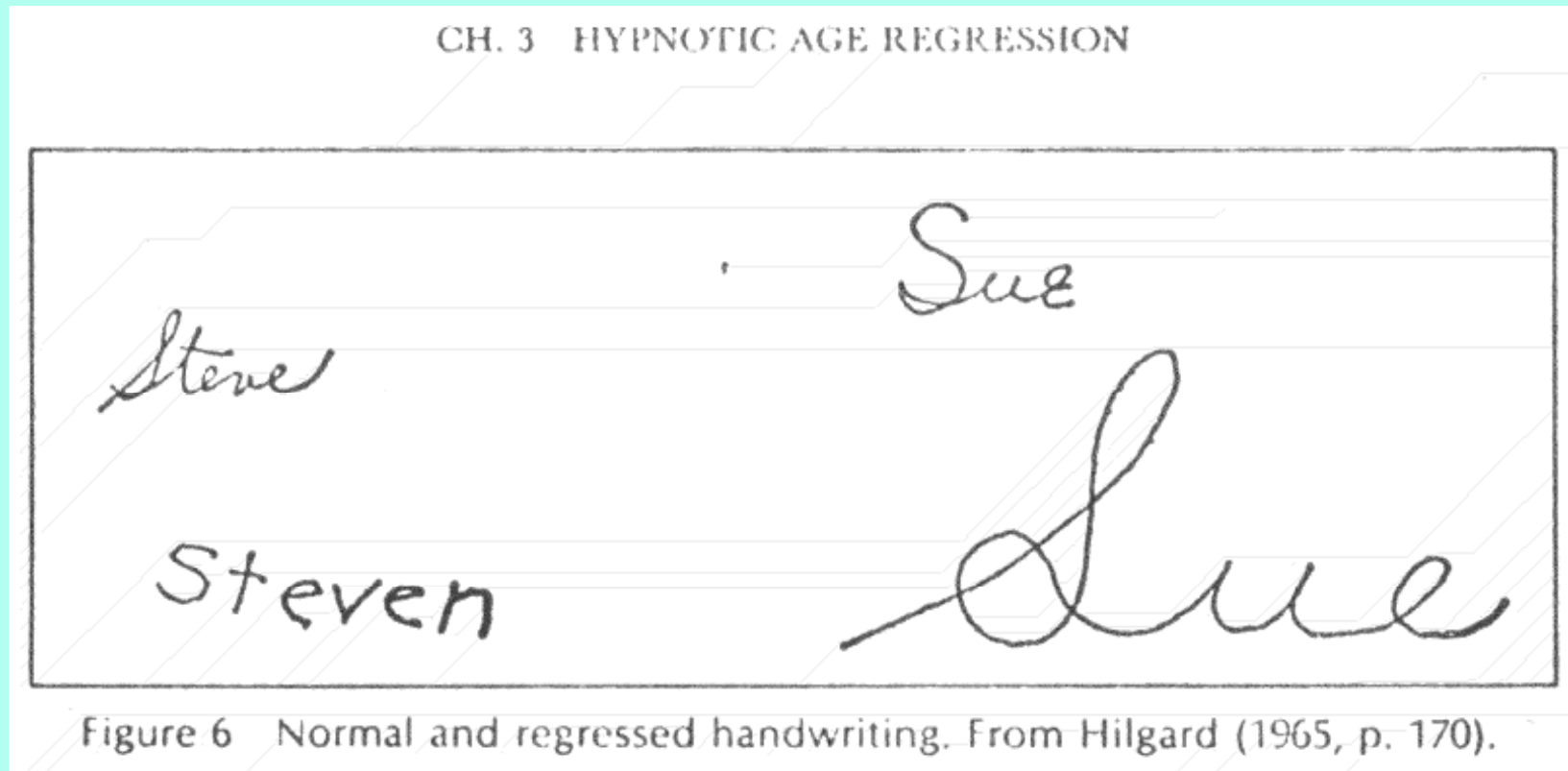
- verbal
- logischer Ausschluss
- abgrenzend linear folgerichtig
- aktiv, zielgerichtet
- problemlösend
- zeitlich strukturiert
- Individualität (getrennt)
- Wissenschaft
- Sekundärprozess
- asymmetrische Logik

# Hypnotische Trance, Entspannung und Meditation

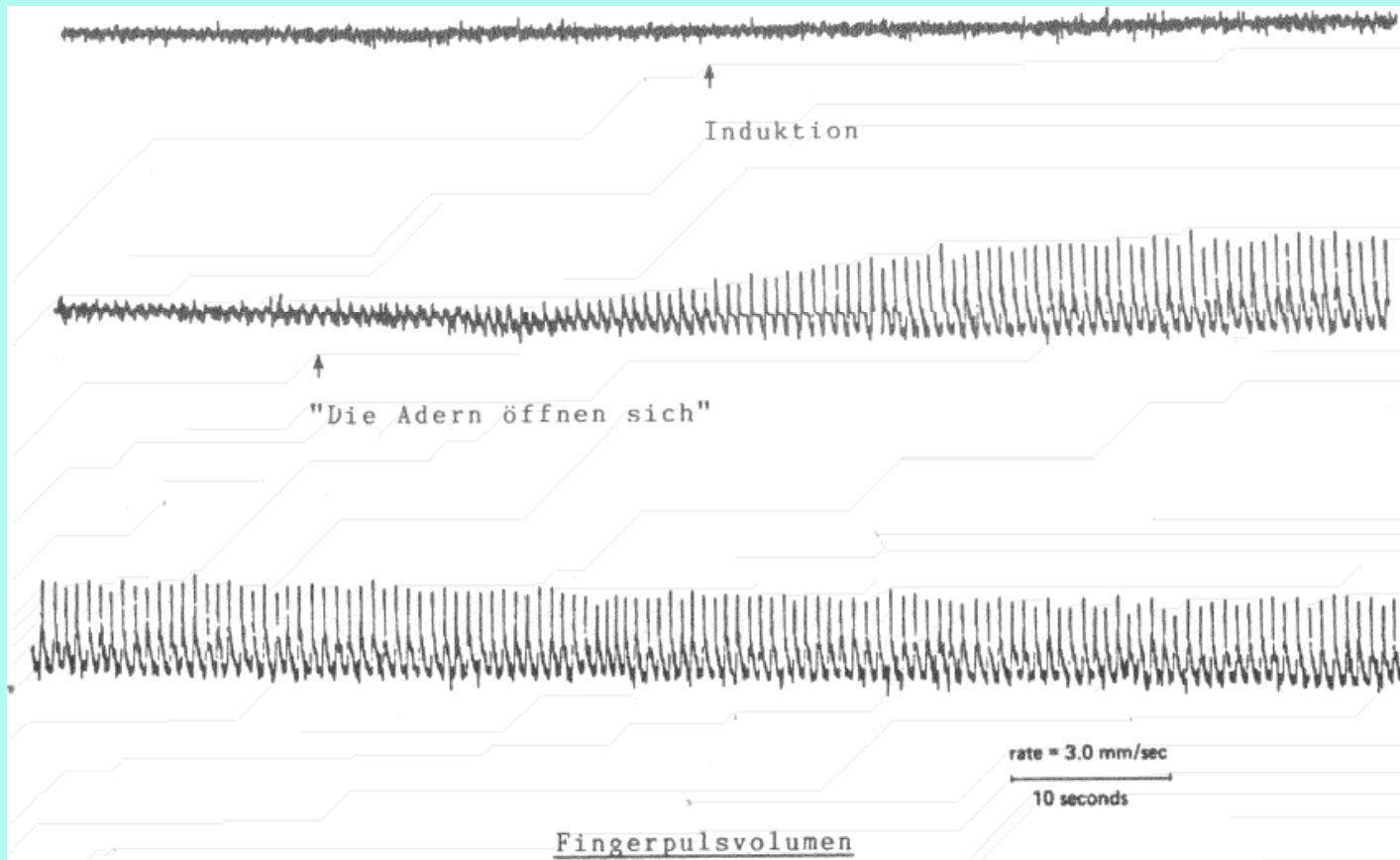
- Entspannung (wie Entspannung) + mentale Entspannung
- Absorbtion (wie Meditation)
- Transzendenz des Bewussten (wie Meditation)  
(Lockerung von Kontrolle über interne Inhalte)
- **Dissoziation** (zerebrale Diskonnektivität)
- **Unwillkürlichkeit** (ANS statt ZNS)
- **Regression** (Kindliche Lernhaltung / Übertragung )

# *Wirkung der Hypnose*

# Motorische Regression



# Visualisierung somatischer Prozesse Finger-Blutvolumen



# Aktivierung des Immunsystems

Unter Hypnose (links)  
mehr

Leukozyten (oben)

Lymphozyten (Mitte)

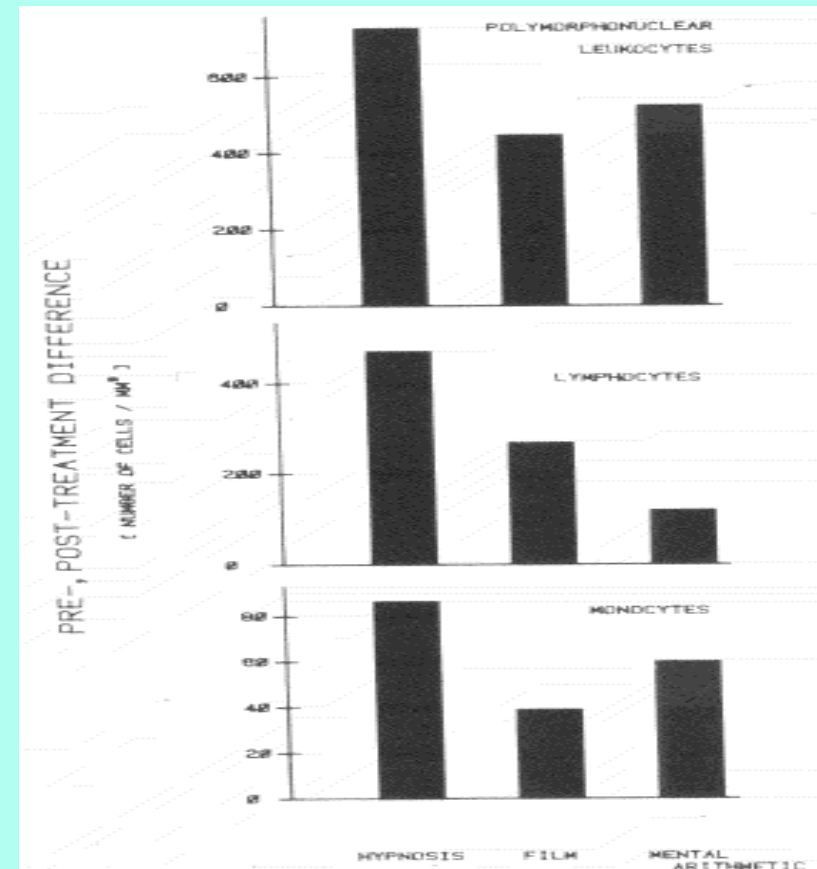
Monozyten (unten)

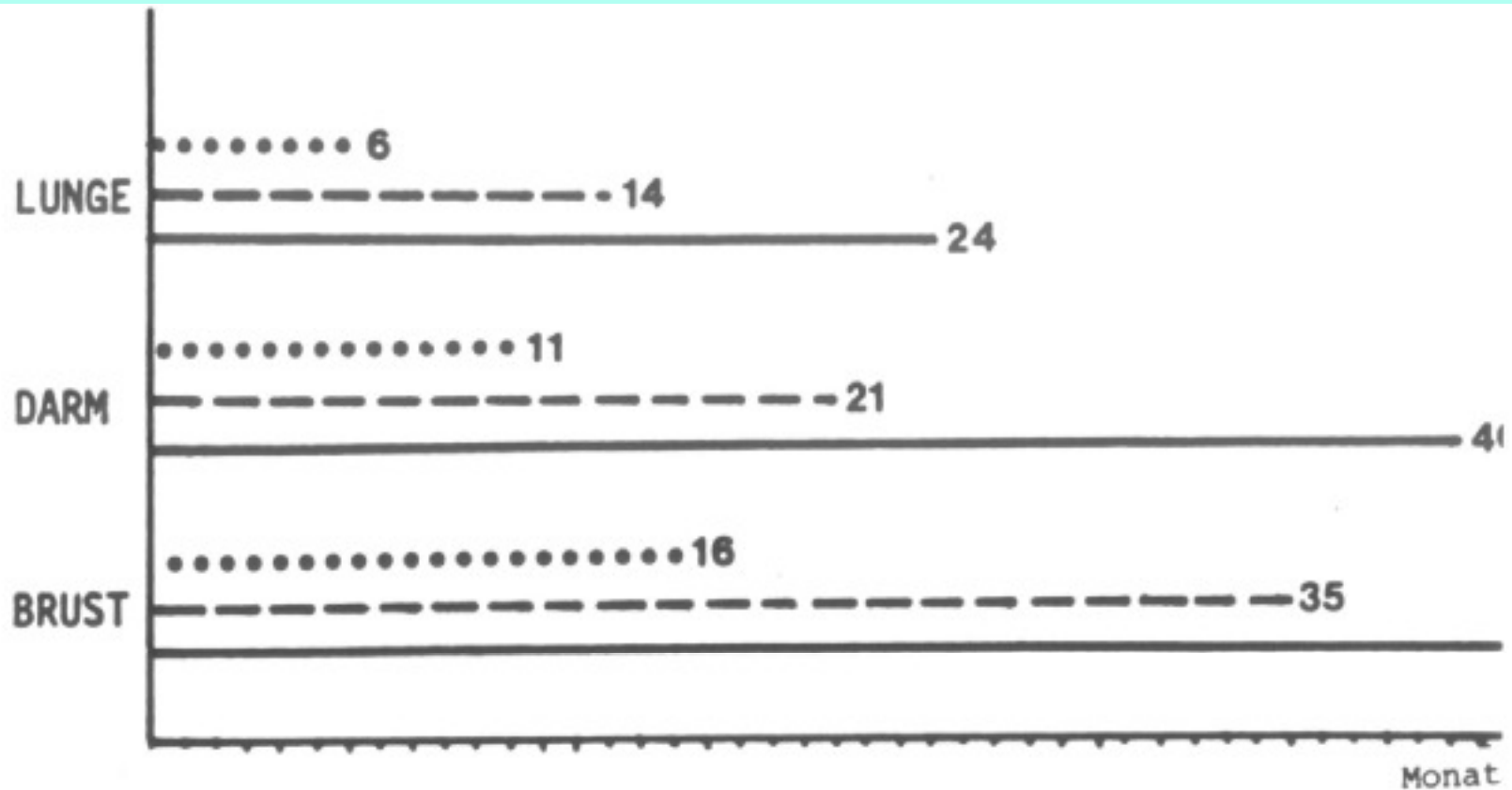
als bei

Rechnen (Mitte)

und Film (rechts)

(nach Bongartz 1998)





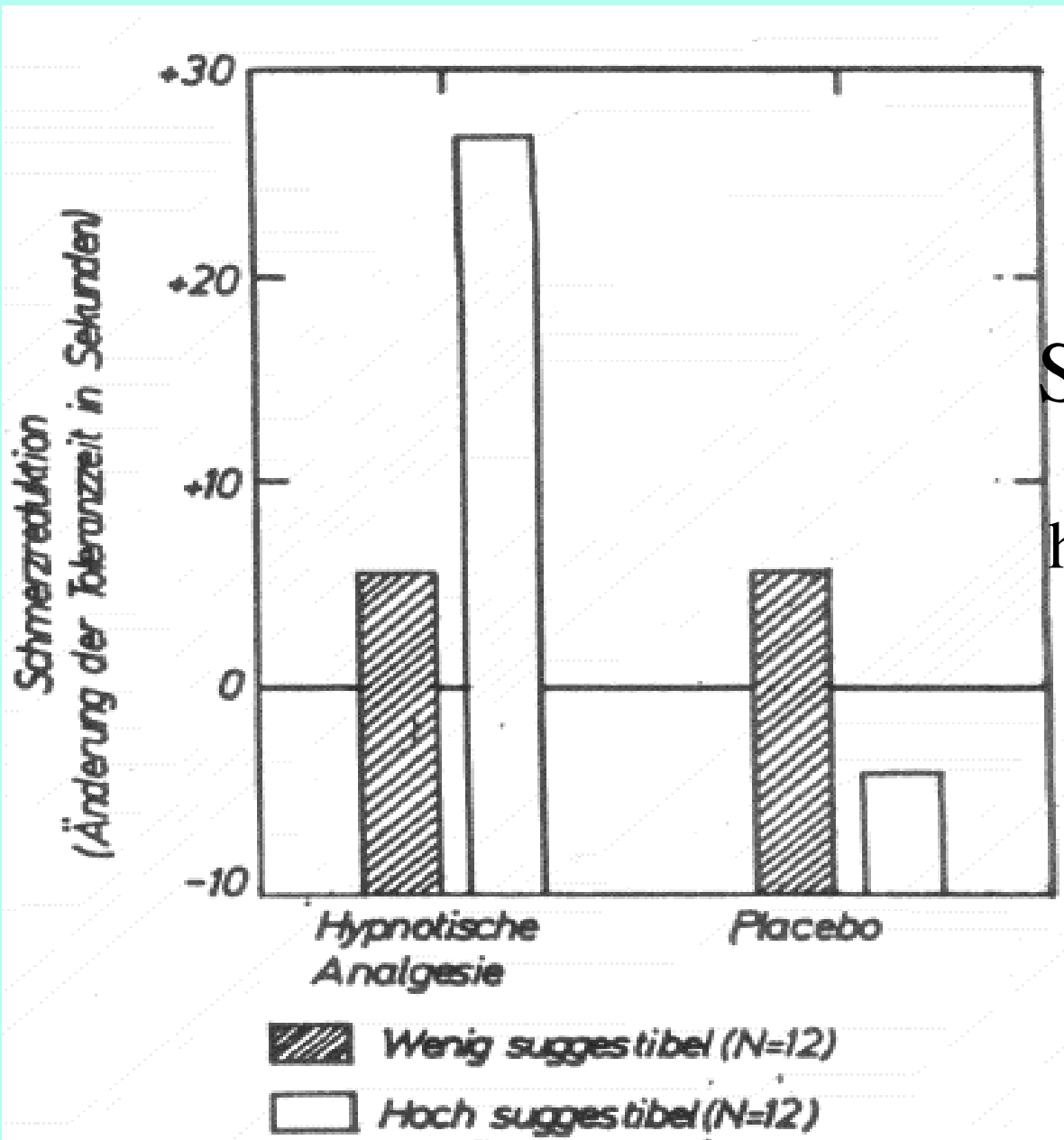
Simonton (1978): 159 unheilbare Fälle    - - - - -  
 Newton (1983): 283 unselegierte Fälle    \_\_\_\_\_  
 Nationale US-Statistik unselegiert        .....

## Expectativa de vida con varios tumores

# Fakir im Labor

## Theta im EEG Blutungskontrolle

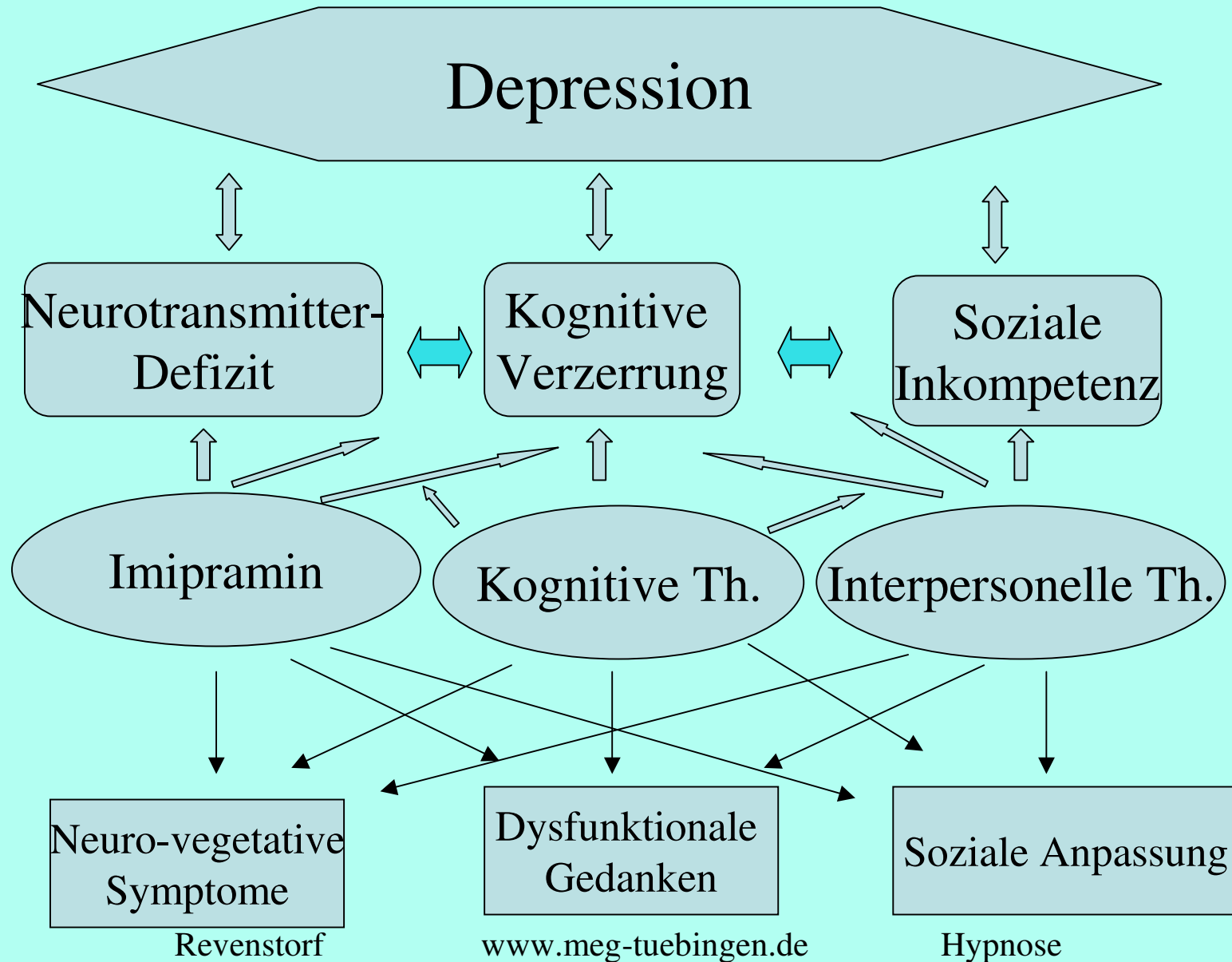




Schmerzreduktion  
 durch Placebo und  
 hypnotische Analgesie  
 bei  
 Hochsuggestiblen  
 und  
 Geringssuggestiblen

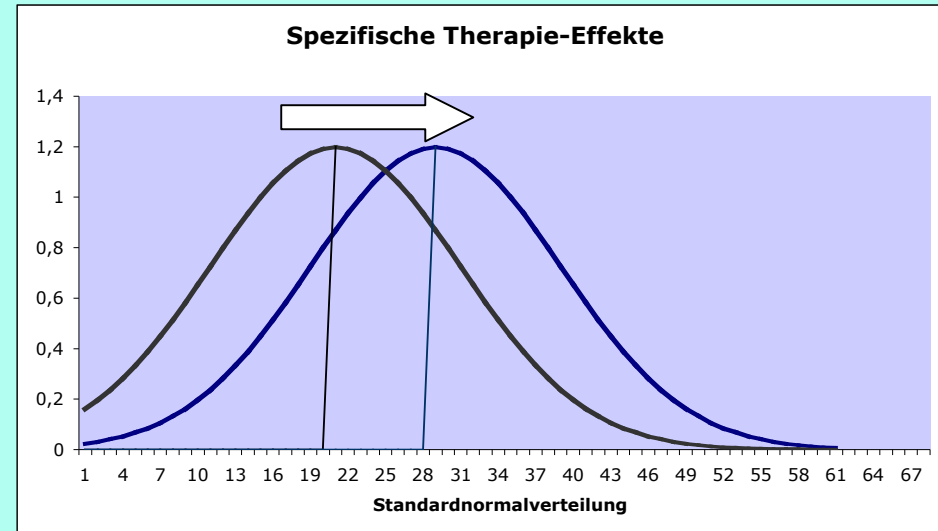
# *Hypnose als veränderter Kontext*

# NIMH-Depressions-Studie (Elkin et al. 1994)

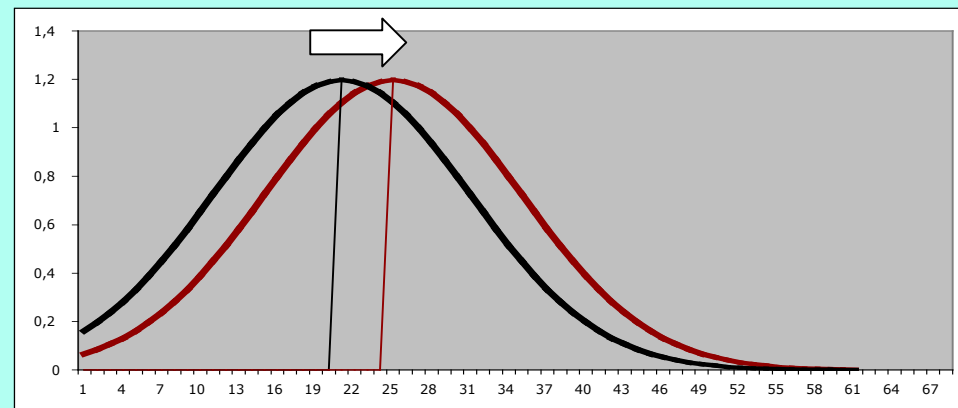


# Effektgrößen von spezifischer und unspezifischer Therapie („Placebo“)

- Oben:
- Spezifische Psychotherapien
- $D = 0,8$
- Methodenvarianz 15%
- Beziehungsvarianz 30%

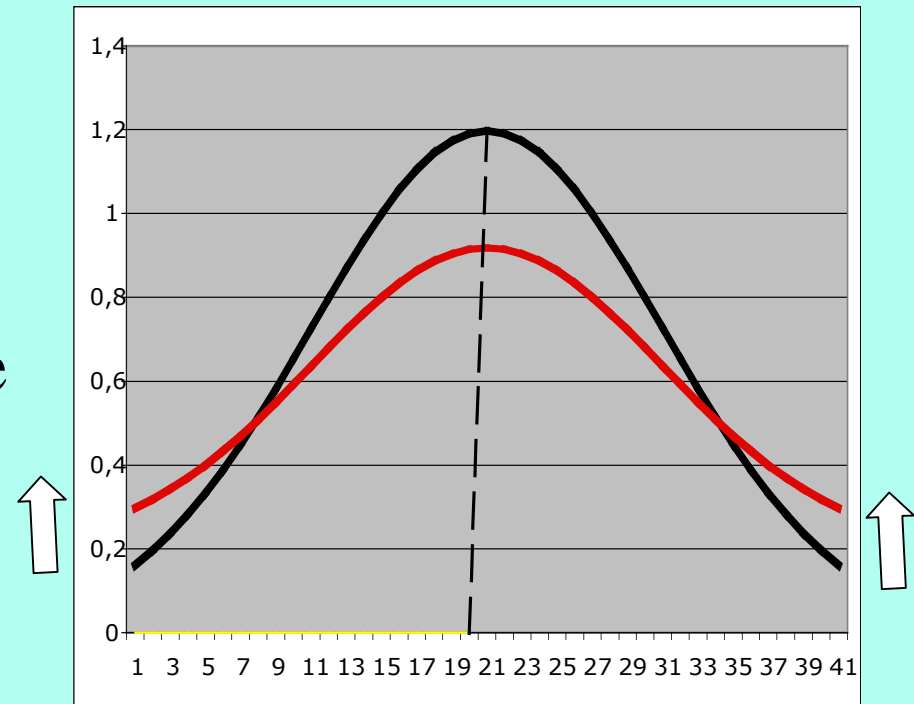


- Unten:
- „Placebo“-Psychotherapien
- $D = 0,4$



# Gibt es Wirksamkeits-Unterschiede zwischen den spezifischen Therapien ?

- *Echte* Unterschiede würden sich etwa wie die rote Kurve verteilen
- *Zufällige* Unterschiede verteilen sich wie die schwarze Kurve

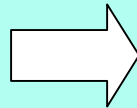


(nach Wampold 2002)

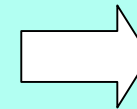
# Kontextuelles-Modell

(nach Frank/Wampold))

Symbole der Kompetenz  
Behandlungs-Ritual  
Erklärungs-Modell  
Signifikanter Kontext



Überzeugungskraft  
(*Alegiance*)  
stabile  
Arbeitsbeziehung  
(*Aliance*)



Mobilisierung  
von  
Selbsteilungs-  
kräften

# Kontextuelles Modell (J.Franks)

---

- **Insignien der Autorität**

(Praxisschild: *Hypnose* Dr.-Titel, weißer Kittel )

- **Behandlungs-Ritual**

(*Tranceinduktion*, Liegung, Leerer Stuhl, u. a.)

- **Erklärungs-Mythos**

(*das kluge Unbew.*, Ödipus, Lerntheorien, u. a.)

- **Signifikanter Kontext**

(Klinik, Praxis, Wallfahrtsort u. a.)

# Kontext der Hypnose

- *Symbole d. Kompetenz*
- *Behandlungs-Ritual*
- *Erklärungs-Modell*
- *Signifikanter situativer Rahmen*
- Praxisschild *Hypnose*, akademischer Titel
- *Tranceinduktion*
- das kluge *Unbewusste*, Aktivierung von Ressourcen
- Patient *schließt die Augen, hört zu*, kontemplativer Rückzug

# Ritual, Medizin, Hypnose

- Traditionelles Ritual:
  - Trennung                      Transformation                      Reintegration
- Medizin:
  - Diagnose/KH                      Medikation/Op                      Rehabilitation
- **Hypnotherapie:**
  - Diagnose/Induktion                      **Nutzung/Heilungs-**  
**-Suggestion/**  
**-Imagination**                      **Reorientierung**

## Hypnotischer Kontext

Definition der Situation als Hypnose

Beseitigung von Befürchtungen

Verabredung der Kooperation

Rituelle, direkte Instruktion

Monotone, fürsorgliche Intonation

Nutzung von Veränderungen (Lidschluss, Katalepsie, Levitation)

Verhinderung von Misserfolg durch Umdeutung

Zielgerichtete Visualisierung



## Hypnotische Reaktion

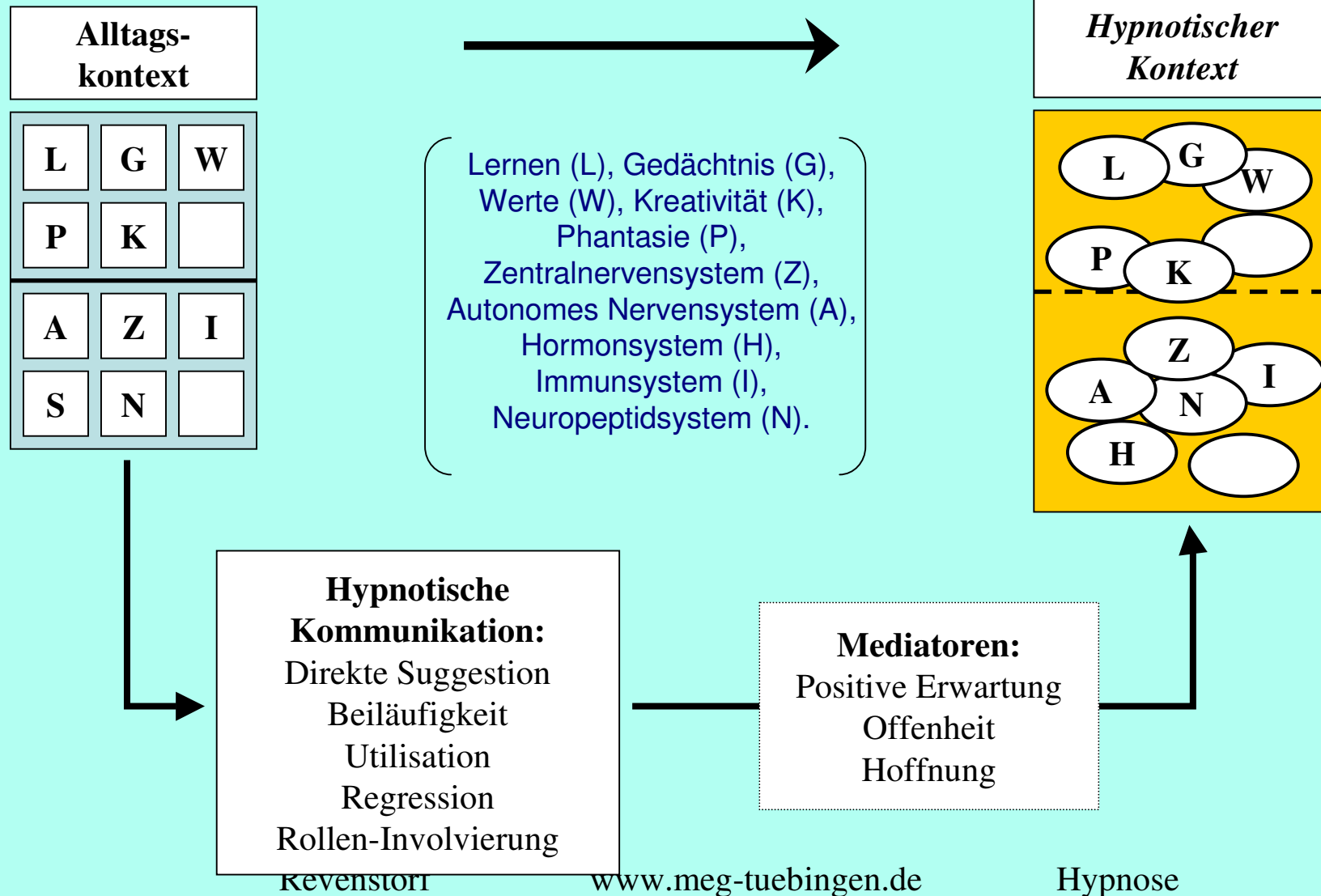
Positive Erwartung, Kooperation, Abgabe von Kontrolle, Fokussierung, Regression



## Tranceprozess

*Imagination, Ideomotorik/-sensorik, Dissoziation, erhöhte Suggestibilität, psychosomatische Plastizität*

# Plastizität und Durchlässigkeit kognitiver und somatischer Subsysteme im hypnotischen Kontext, der durch Mediatoren und Hypnotische Kommunikation vermittelt wird.



# Das Rubikon-Modell (Handlungstheorie)

Wünschbarkeit

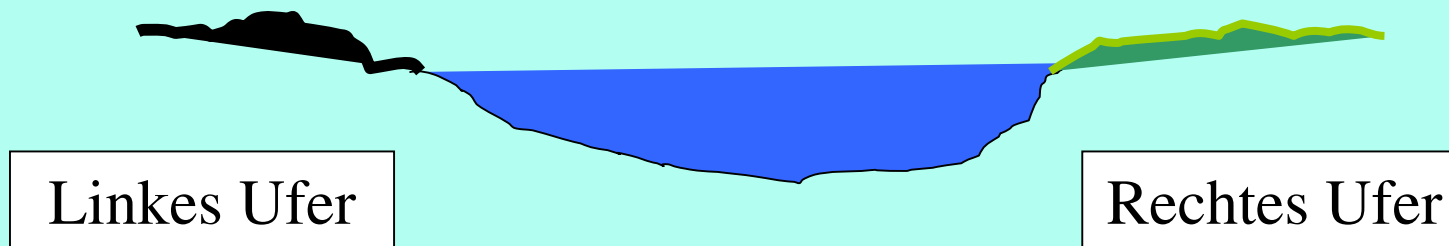
Realisierbarkeit

Entscheidung

Aktivierung

Handlung

Motivation → Intention → Realisierung → Überprüfung



Linkes Ufer

Rechtes Ufer

Utilisation  
Erwartungs-  
induktion

Destabilisierung  
Innere Suchprozesse  
Ressourcen-Aktivierung

hypnoherapeutische  
Prinzipien

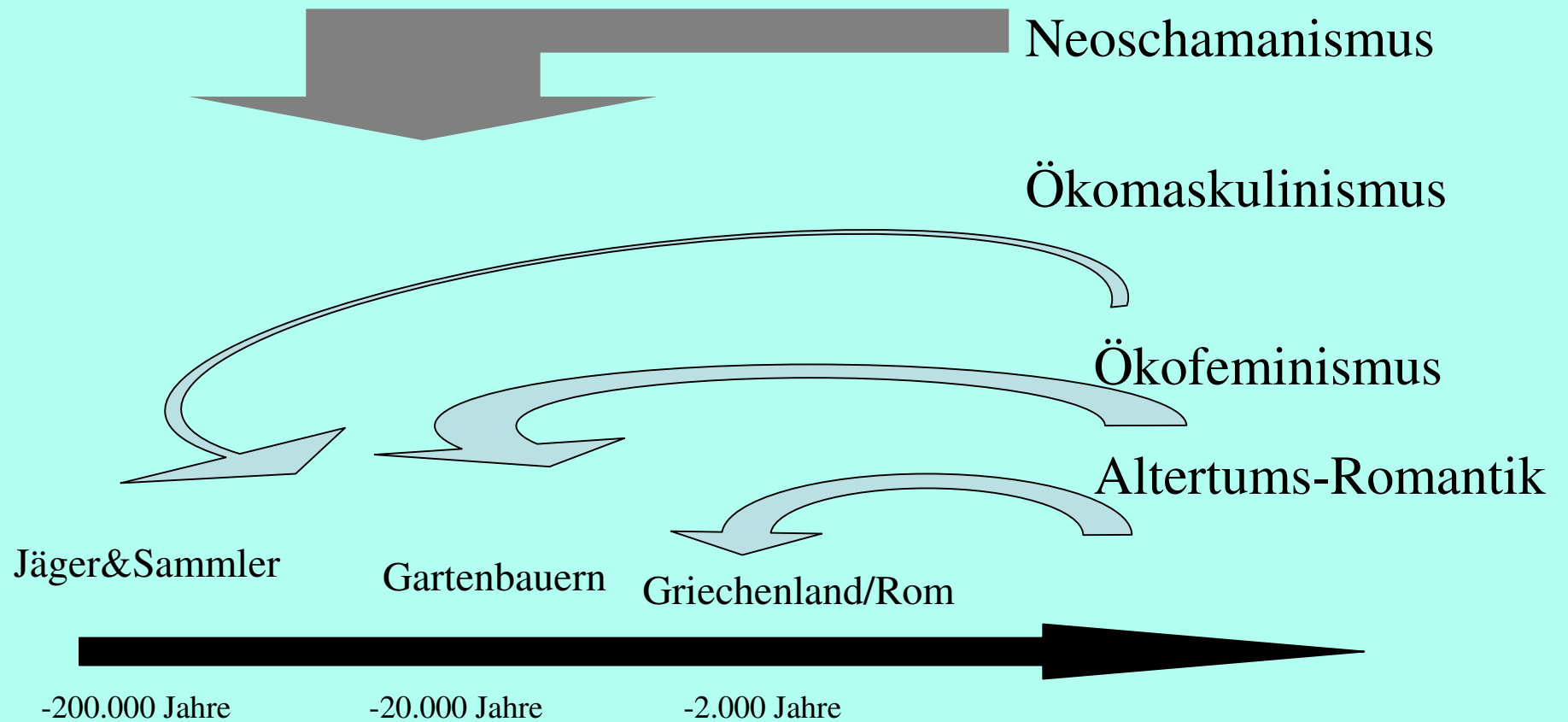
Revenstorf

[www.meg-tuebingen.de](http://www.meg-tuebingen.de)

Hypnose

- Rationales Quadrupel
- 3-dimensionaler Raum
- Unidirektionalität der Zeit
- Kausalität
- Subjekt-Objekt Trennung

# Romantizismen der Devolution



Revenstorf

[www.meg-tuebingen.de](http://www.meg-tuebingen.de)

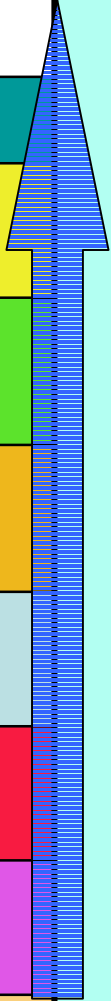
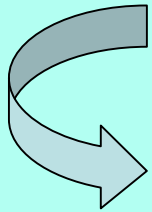
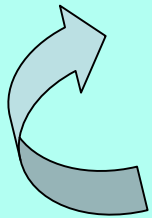
Hypnose

# Bewusstseins-Entwicklung (nach Wilber)



# Therapie im Spektrum des Bewusstseins

	Bewusstseins-Ebene	Therapeutische Zugänge
postrational	8. Holistisch	Meditation, Spiritualität
	7. Integral	Existenzielle Therapie als Sinnorientierung polyvalentes Erleben (der Ebenen 1-6)
	6. Humanistisch, pluralistisch	Encounter, GT, Gestalttherapie, Selbstaktualisierung
	5. Rational- individualistisch	Kognitive Therapie, Verhaltenstraining, Realitätsprüfung
prärrational	4. Mythisch	Symbole, Archetypen, Hermeneutik, Metaphern, Familienaufstellung
	3. Magisch	Rituale, Hypnose, positives Denken, Affirmationen, Telearbeit, NLP
	2. Emotional-sexuell	Reichianische Körperarbeit, Bioenergetik, Tanztherapie
	1. Sensusmotorisch	Leibesübung, Feldenkrais, Massage, KBT.....



Merkmale nach Csikszentmihalyi (1992)

# FLOW

- Herausforderung an der Kompetenzgrenze
- Handlung und Bewusstsein sind eins
- Zustand müheloser Hingabe
- Klare Ziele und unmittelbare Rückmeldung
- Die Geschehnisse erscheinen unter unserer Kontrolle
- Sonstige Sorgen sind ausgeblendet
- Verlust des Zeitempfindens

# Begrenzungen

Den sicheren Boden der Vernunft verlassen

Ängste vor Kontroll-Verlust

Passivität des Patienten

Wunderglauben (+/-)

Kontraindikationen: Patient

Kontraindikationen: Therapeut

Suggestibilität

# Was Hypnotherapie vereint

- *Heilung*
- *Lösungsebene*
- *Zeitorientierung*
- *Dosierung*
- *Psychohygiene*
- Medizinische und psychologische H.
- Problem / Konflikt
- Regressiv / progressiv
- Kurzzeit / Langzeit
- **Auch der Therapeut bleibt gesund**

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Unter

<http://www.meg-tuebingen.de>

finden Sie:

- Downloads von neuen Artikeln zur Hypnotherapie
- Übersicht zur Hypnose-Forschung in Tübingen  
(Prüfungsangst, Neurodermitis, Migräne, Insomnie, Rauchen, Übergewicht)
- Expertise zur wissenschaftlichen Basis der Hypnotherapie und  
Gutachten des Wissenschaftlichen Beirats
- Fortbildung  
(Klinische Hypnose, Medizinische Hypnose und Aufbauseminare C)
- Supervisionstermine (drevenstor@aol.com)
- Gruppenprogramme  
(Übergewicht-Männer/Frauen, Bulimie, Rauchen, Stress)  
Und Anderes.

Ende

Vielen Dank fürs Zuhören