

Hypnotherapie bei Missbrauchserfahrungen in der Kindheit und die Entfesselung kreativer Ausdruckskraft

Hypnotherapy for healing post-traumatic disorders after violence during childhood and growing creativity

Agnes Kaiser Rekkas

Zusammenfassung

Für die Heilung von der erlittenen sexuellen Gewalt in Kindheit und Jugend ist die Hypnotherapie mit ihrer ideomotorischen Technik ohne Zweifel das einfühlsamste und schonendste Verfahren. Retraumatisierungen können bei Beachtung gewisser Regeln vermieden und gute Fortschritte erzielt werden. Nach einer theoretischen Einführung werden die Organisation und der Ablauf einer gesamten Therapie in siebzehn Sitzungen bei einer Frau dargestellt, die phasenweise unter einer dissoziativen Störung leidet. Erstaunlich dabei ihre zutretende schriftstellerische Kraft und ihre ausdrucksvollen Gemälde, die sie mir über die ganze Therapiezeit hinweg immer wieder präsentiert.

Summary

Hypnotherapy with its ideomotor signalling is without doubt the most sensitive and elegant method for healing the post-traumatic disorders of violence during childhood and youth. Re-traumatising can be avoided and good therapeutic results occur already after a few interventions. Focussed on positive goals and personal resources, Hypnotherapy creates new aspects in life, while indirect subconscious work dispels the drama of the past, for example, through the application of special techniques to treat nightmares. After a theoretical introduction, the course of an entire therapy with a woman suffering from strong dissociative phenomena will be shown.

Menschen mit traumatischen Erfahrungen und dissoziativen Störungen verlangen uns hohe Künste im Bereich der Hypnose ab. Wir müssen das Konzept des zustandsabhängigen Lernens und der Psychobiologie der Erinnerung berücksichtigen, um die Langzeitauswirkungen von Traumata wissen und die Erkennungsmerkmale einer tieferen Traumatisierung mit einer eventuell inkompletten Integration des Selbst durch eine dissoziative Störung beherrschen.

Insbesondere Patientinnen mit Missbrauchserfahrungen und daraus resultierenden posttraumatischen, dissoziativen Identitätsstörungen stellen enorme Ansprüche an die Psychotherapie, und ihre Dramatik berührt den Therapeuten besonders tief. Welche Qual bergen ihre Worte, welchen Hil-

feruf offenbart die Frage: „Weißt du, wie das ist, wenn...?“

„Ich weiß auch nicht so recht, was mit mir los ist. In diesen Tagen kommt soviel Altes in mir hoch, und das tut so schrecklich weh, und ich kann einfach nichts dagegen machen, all diese Erinnerungen treffen mich ohne Vorwarnung, aus heiterem Himmel. Zum Beispiel, wenn ich arglos meinen Kindern beim Spielen zuschauen – Erinnerungsblitze durchzucken mich. Zum Beispiel, wenn ich einfach im Haushalt etwas tue, besonders in der Waschküche – Erinnerungsblitze treffen mich. Zum Beispiel, wenn mein Mann mich berührt – Erinnerungsblitze durchlaufen mich. Ich hasse mich und meinen Körper, ich hasse mich dafür, dass ich nicht abstellen kann, was immer und immer wieder wie ein Film vor meinem inneren Auge abläuft, und dass ich mich selbst immer wieder ausklinke.

Weißt du, wie das ist, wenn du einfach aus deinem Körper herausschlüpfst? Und dann sehe ich eine fremde Frau, die mit meinen Kindern schmust und ihnen Liebe gibt, die ich ihnen gerne geben möchte. Und ich bin nicht da, ich schaue aus meinem Versteck zu und kann nicht hingehen und mich auf diese wunderbare Liebe einlassen. Und ich hasse diese Person dort, die ich doch selber bin und auch wieder nicht, denn ich bin ein Zuschauer aus weiter Ferne. Weißt du, wie das ist, wenn du einfach aus deinem Körper herausschlüpfst? Und dann sehe ich einer anderen Person bei der Hausarbeit zu, wie sie die Wäsche in die Waschmaschine einlädt, weil ich dies nicht kann, weil so schreckliche Schmerzen mich dabei überkommen. Und ich bin nicht da, sondern schaue aus meinem Versteck zu und kann nicht gehen, um meine Pflichten wahrzunehmen und mich einzubringen. Und ich hasse diese Person dort, die ich doch selber bin und auch wieder nicht, denn ich bin ein Zuschauer aus weiter Ferne. Weißt du, wie das ist, wenn du einfach aus deinem Körper herausschlüpfst? Und dann schaue ich einer anderen Person zu, die mit meinem Mann schmust, scheinbar ohne Probleme. Und ich bin nicht da, ich schaue aus meinem Versteck zu und kann nicht geben, was ich gerne geben möchte. Und ich hasse diese Person dort, die ich doch selber bin und auch wieder nicht, denn ich bin ein Zuschauer aus weiter Ferne.

Ich bin viele Personen in einer Person. Ich suche mich, unter all den vielen Personen suche ich mich, ich suche mich. Jetzt sag du mir: Bin ich verrückt oder was??“

Nein, ich weiß nicht, wie es ist und wie es sich anfühlt. Aber ich erlebe in meiner Arbeit, dass physische und zumal se-