



Deutsche Gesellschaft für Selbstorganisatorische
Hypnose und Hypnotherapie e.V.

DGSH e.V.
Hinkelsteinerstrasse 16, 55128 Mainz

AKADEMIE
für Selbstorganisatorische
Hypnose und Didaktik

Vortrag auf der 1. Jahrestagung der DGSH

20 Jahre Zauberwiesenstrategie™

von Götz Renartz

Es kommt nicht von ungefähr, dass in den meisten Kulturen die Zahl *Vier* heilig ist oder ihr doch zumindest eine magische Bedeutung zugeschrieben wird. Als Archetyp symbolisiert die *Vier* die Quaternität von ICH, Bewusstem Denken, Unbewusstem Denken und der Gesamtheit des geistigen Systems, das SELBST. Und diese Vierheit stand dann auch am Beginn der Entwicklung der *Zauberwiesenstrategie™* in den Jahren von 1986 - 88. Ich hatte, von den wissenschaftlichen Systemtheorien ausgehend, dem Gesamtsystem, dem SELBST, den drei Subsystemen dieses Selbstsystems – dem ICH, dem Bewussten Denken und dem Unbewussten Denken –, eine dem SELBST dienende Funktion zugeschrieben. Als Hypnotherapeut hatte mich vor dem Hintergrund dieser Überlegungen natürlich besonders das UNBEWUSSTE als metaphorisch-suggestive Metapher interessiert. Ich hatte mich dabei, wie auch vorher schon *Milton Erickson*, entschlossen, dem Unbewussten eine reale Existenz und Funktion zuzuschreiben.

1

AKADEMIE für Selbstorganisatorische Hypnose und Didaktik
der Deutschen Gesellschaft für Selbstorganisatorische Hypnose und Hypnotherapie DGSH e. V.

Direktor: Götz Renartz; Stellvertretende Direktoren: Dipl. Psych. Dr. Stefan Ahlstich und Dipl. Psych. Eva Renartz

www.dgshypnose.de / info@dgshypnose.de

Der entscheidende geistige Schritt bei der Entwicklung der *Zauberwiesenstrategie*™ war jedoch die Entwicklung meiner Überzeugung, dass es gelingen könnte, eine reale Funktion „*UNBEWUSSTES*“, wenn sie denn existieren sollte, systemdienlich mittels hypnotischer Suggestionen in der Hypnotherapie systematisch zu utilisieren. Dieser Überlegung lag auch die Erfahrung zugrunde, dass einer Suggestion, die einer Realität entsprach, bei geistiger Gesundheit nicht widersprochen werden konnte und die deshalb von unwiderstehlicher Überzeugungskraft sein würde.

So begannen die Experimente 1986 damit, dass ich die Metapher von der „*Weisheit des Unbewussten*“ von Milton Erickson in möglichst tiefer Hypnose meinen Patienten als eine Suggestion, der man wegen ihres Realitätsgehaltes nicht widersprechen konnte, suggerierte und sie aufforderte, sich dieser Weisheit zum eigenen Nutzen zu bedienen. Von meinen Patienten lernte ich dann, dass diese Weisheit des Unbewussten sich für sie in den allermeisten Fällen in Form der Archetypen von „*Weisen Männern*“ und „*Weisen Frauen*“ manifestiert. Diese archetypischen Formen zu utilisieren, bot sich dementsprechend als nächster Entwicklungsschritt an. Nach und nach traten sodann durch die Entdeckung weiterer archetypischer Figuren in meiner eigenen Psyche und in der der meiner Patienten die Strukturen und Figuren der *Zauberwiesenstrategie*™ ins Bewusstsein und wurden vom Unbewussten meiner Patienten mit Leben erfüllt.

Zuletzt brauchte das Verfahren nur noch eine Projektionsfläche, auf die in Hypnose projiziert werden konnte, um systematisiert funktionieren zu können und einen Methodenrahmen. Mit diesen Aufgaben konfrontiert, erinnerte ich mich, da das Verfahren oft Lösungen erbrachte und Symptome wie von Zauberei verschwinden liess, an die reale „*Zauberwiese*“ meiner Kindheit. Zu ihr hatten wir während der ersten vier Jahre in der Volksschule zweimal einen Schulausflug gemacht. Ich wusste, dass praktisch alle Dörfer meiner nordhessischen Heimat, über ähnliche Zauber- oder Feenwiesen verfügten. Es schien mir wahrscheinlich, dass diese Zauberwiesen dem Ausfluss einer archetypischen Struktur entsprächen und somit in der Psyche der Menschen sicher vorhanden sein würden. Die weitere Entwicklung hat diese Annahme dann überzeugend bestätigt.

Der numinose und archetypische Charakter insbesondere der Figuren der *Inneren Weisheit* warf jedoch in der praktischen Arbeit Probleme auf, da die *Weisen Männer und Frauen* oft so

allgemeine, wenn auch treffende Ratschläge gaben, dass das alltagsorientierte und konkretistische Denken vieler Patienten Schwierigkeiten hatte, die Ratschläge auch zu nutzen. Nachdem ich das Dilemma verstanden hatte, machte ich mich auf die Suche nach einer technischen Lösung.

Durch ein Buch des Schweizer Kinder- und Jugendlichentherapeuten *Hermann Maass* „*Der Seelenwolf – Das Böse wandelt sich in positive Kraft*“; 1984; *Walter Verlag*, kam ich auf die Idee, den in diesem Buch beschriebenen psychodynamischen Wandlungsprozess der Jugendlichen von der autoaggressiven hin zur kooperativen Funktion einer Psychodynamik, ebenfalls wie zuvor die Funktion der Weisheit des Unbewussten zu systematisieren. *Hermann Maass* schilderte in seinem Buch, wie stark psychisch gestörte Jugendliche gesund wurden, wenn sie die in der Therapie oder Träumen auftauchende Bildmetapher des *Seelenwolfes* nicht bekämpften, sondern integrierend und utilisierend stattdessen mit diesen zusammenarbeiteten. Indem der „Seelenwolf“ so von mir psychodynamisch generalisiert und systematisiert wurde, entstand der „*Problemteil*“ in seiner Funktion als innerer Hypnotherapeut und Seelenführer auf der Zauberpflanzung.

Über die negativen Erfahrungen mit dem Problemteil in der Kinderhypnose erwuchs im nächsten Schritt dann in der Weiterentwicklung der archetypischen Symbolisierung der „*Guten Mutter*“ für Kleinkinder, nämlich der „*Guten Fee*“, der „*Lösungsteil*“. Er symbolisierte die positiven Lösungs- und Heilungstendenzen der Psyche.

Als morphogenetische Kraft, die das psychopathologisch organisierte Individual- oder Familiensystem bedrohte, erwuchs dem Lösungsteil ein psychodynamischer Gegenspieler auf der Zauberpflanzung, der „*Widerstrebende Teil*“, der die Homöostase des pathologisierenden Systems morphostatisch orientiert verteidigte.

So standen jetzt auf der Zauberpflanzung drei Vorgehensweisen zur Verfügung: Die Hypnotherapie mit dem *Weisen Mann* oder der *Weisen Frau*, die Hypnotherapie mit dem *Problemteil* und die Hypnotherapie über einen *Lösungsteil* mit dem häufig korrespondierenden *Widerstrebenden Teil*.

Als Letztes blieb die Frage offen, welche Funktion dem Hypnotherapeut / der Hypnotherapeutin in der *Zauberpflanzungsstrategie*™ zukam. Diese Funktion ergab sich aus der systemi-

schen Struktur einer selbstorganisatorischen Vorgehensweise.

Indem sich die Therapeuten mit ihren Patienten in der Hypnotherapie koppelten, entstand ein neues und auf einer höheren logischen Organisationsebene befindliches System, das Therapeut-Patientensystem. Aufgrund seines höheren logischen Organisationsniveaus kam es überhaupt erst in die Lage, Veränderungen und Heilungen zu bewirken – bei beiden Interaktionspartnern. Also musste die Regel eingeführt werden, dass es notwendig sei, dass in einer selbstorganisatorisch funktionierenden Hypnotherapie der Fokus sich primär auf den Therapieprobanden, den Hypnotisanden, zu richten habe und dessen Veränderungen in der Hypnotherapie Vorrang geniessen müsse. *(Natürlich verändert jede Hypnotherapie auch die Hypnotherapeuten, doch sollte deren Veränderung nicht im Vordergrund oder Mittelpunkt stehen!)*

Als „*Supersuggestor*“, der Methode und Verfahrensdynamik vorschlägt, ist es die zentrale Aufgabe der Hypnotherapeuten, die *Zauberwiesenstrategie*™ einzuführen und den Patienten vorzuschlagen, diese zu betreten und zu nutzen. Die Arbeitsregeln der *Zauberwiesenstrategie*™ sorgen sodann für einen selbstorganisatorischen Lösungs- oder Heilungsprozess. In diesem hypnotherapeutischen Arbeitsprozess werden die Patienten komplementär sowohl durch die hypnotischen und hypnotherapeutischen Schritte des *3-Schritte-Paradigma der Hypnose* als auch des *3-Schritte-Paradigma der Hypnotherapie von Götz Renartz* in das eigene Individualsystem mit seiner geistigen Quaternitätsstruktur geleitet: Das ICH wendet sich unter Verwendung des Bewussten Denkens seinem eigenen Unbewussten Denken in Form der archetypisch-hypnotischen Symbolisierungen seiner eigenen seelischen und psychischen sowie emotionalen Ressourcen zu. Diese stehen der Person in Form der hypnotherapeutischen Funktionsfiguren der *Zauberwiesenstrategie*™ für die heilende Selbstorganisation des SELBST zur Verfügung.

Mit Hilfe dieser hypnotherapeutischen Funktionsfiguren erarbeitet sich die Person über ihre ICH-Funktion unter Nutzung der bewussten und der unbewussten Ressourcen der eigenen Person und ihre Umfeldes selbst eine kognitive und emotionale Umstrukturierung, die ihr helfen, neue Lösungen für Lebensaufgaben zu generieren oder sich selbst zu heilen.

Damit ist die selbstorganisatorisch evidente Situation hergestellt, dass sich derjenige, der sich als einziger heilen kann, auch selbst heilt.

Insofern ist jeder Versuch von Hypnotherapeuten, ihn dabei zu hindern oder zu bremsen zu wollen ebenso schädlich wie kontraproduktiv, wie der Versuch von Hypnotherapeuten den Patienten und ihrem Unbewussten das Heft aus der Hand zu nehmen, um „zu helfen“ oder ihn auf der Zauberwiese zu leiten. Solche Versuche entspringen keineswegs der Notwendigkeit der Therapieform, sondern den subjektiven Bedürfnissen der Therapeuten.

Der neurotische Charakter des Helfersyndroms wird jedoch häufig von den Ärzten und Psychotherapeuten selbst nicht erkannt, da er mit einem gesellschaftlich geforderten Rollenverhalten von Ärzten korrespondiert. Nämlich dem, dass Ärzte entsprechend ihrer sozialen Rolle, kranken Menschen helfen sollen. Was einerseits völlig gerechtfertigt ist, denn im Bereich der somatischen Medizin befinden sich die Ärzte aufgrund ihres speziellen Wissens und Könnens in der natürlichen Rolle des Helfers.

Das ist andererseits jedoch im Bereich der Psychotherapie, und damit auch im Bereich der Hypnotherapie kontraproduktiv, den dort liegt eine völlig andere Situation vor: Hier machen sich Menschen selbst krank und können sich deshalb auch nur selbst gesund machen. (Bei Kindern unter 16 Jahren liegen andere Bedingungen vor, doch diesen Sonderfall wollen wir hier nicht betrachten.) Die Aufgabe der Ärzte ändert sich erst, wenn es aufgrund der entstandenen Funktionsstörungen zu somatischen Veränderungen gekommen ist.

Durch die unzureichende Ausbildung der meisten Ärzte im Bereich der Psychosomatik und auch des oft unreflektierten Rollenverhaltens von Psychotherapeuten, die sich oft nicht sauber von der Arztrolle abzugrenzen wissen, ergeben sich in der allgemeinen Psychosomatik ähnliche Probleme, wie in der Verwendung der *Zauberwiesenstrategie*™.

Den beschriebenen Rollenkonflikt ungenügend reflektierend, neigen viele Hypnotherapeuten dazu, die *Zauberwiesenstrategie*™ nicht im Sinne ihres selbstorganisatorischen Ansatzes zu nutzen, sondern sie wie helfende somatisch orientierte Ärzte zu verwenden und ihre Patienten sozusagen ans Händchen zu nehmen und sie nach eigenen Gutdünken auf der Zauberwiese so herumzuführen, wie sie denken, dass es für den Patienten richtig sein könnte. Damit aber wird der *Zauberwiesenstrategie*™ ihre Hauptfunktion als sich selbst organisierende Selbstheilungsmethode genommen und sie auf das üblich Maß konventioneller und autoritärer Psychotherapie reduziert.

Dass es eines positiven Menschenbildes, eines robusten Selbstvertrauens und eines ausreichenden

den Vertrauens zum Unbewussten der Menschen und seiner Funktionen bedarf, um die *Zauberwiesenstrategie*™ sinngemäss selbstorganisatorisch orientiert und in vollem Umfang einsetzen zu können, sollte aus den gerade getroffenen Anmerkungen hervorgehen. Insofern sollte ihre Problemlösungsfähigkeit und Selbstheilungsfunktion von den Hypnotherapeuten auch zugelassen und voll genutzt werden. Denn die *Zauberwiesenstrategie*™ hat sich in den 20 Jahren ihres Bestehens nicht nur mit den entsprechenden Anpassungen an die Kinderhypnose bewährt, sondern auch in der Selbsttherapie.

Am Ende stellte sich so im Laufe ihrer 2 jährigen Entwicklung die Frage, was die *Zauberwiesenstrategie*™ kann und was sie nicht kann, wo sie nützlich ist und wo sie schädlich sein könnte. Die Antwort ist leicht zu geben: Die *Zauberwiesenstrategie*™ hat sich in der Hypnotherapie der Kinder ab etwa 3 - 4 Jahren bis hin zur Sterbebegleitung bewährt. Regelmäßig angewandt, hat sie in 20 Jahren keinen Schaden angerichtet – es ist jedenfalls in all diesen Jahren nichts bekannt geworden. Ihre Grenze findet sie im Bereich der Psychosen, insbesondere bei der Schizophrenie, bei Schwachsinn und allen Formen geistiger Verwirrung. Dies sind die Erkrankungen, für die die *Zauberwiesenstrategie*™ kontraindiziert sind, da diese Patienten oft nicht zwischen inneren Phantasien und äusserer Realität unterscheiden können. Mir ist bekannt, dass einige Hypnotherapeuten die *Zauberwiesenstrategie*™ erfolgreich auch bei Schizophrenie eingesetzt haben. Des hohen gesundheitlichen Risikos einer Verschlechterung eines psychotischen Prozesses eingedenk, halte ich an diesen Kontraindikationen jedoch fest.

Ansonsten freue ich mich, dass die *Zauberwiesenstrategie*™, sich, seit sie 1991 auf dem Kongress der deutschsprachigen Hypnosegesellschaften in Salzburg erstmals einer grösseren Öffentlichkeit vorgestellt worden ist, so viel Anklang gefunden hat. Sie wurde inzwischen von über 2 500 Hypnotherapeuten erlernt und hat sich in der Praxis seit über 20 Jahren in der Hypnotherapie im täglichen Einsatz bei inzwischen schätzungsweise 200 000 - 300 000 Patienten bewährt.

Mainz, 30. November 2008

© Götz Renartz