

Fallbeispiel Hypnotherapie

Herr F. stammte aus Ex-Jugoslawien und kam wegen anhaltend starker Kopfschmerzen und Schwindel in Therapie. Durch den Krieg hatte er Haus und Hof verloren und war auf Grund der dramatischen Kriegswirren, die ihn und die Familie mehrfach existentiell massiv bedrohten, gemeinsam mit Frau und den beiden Kindern nach Deutschland geflohen.

Einige Jahre nach der Übersiedlung nach Deutschland war es nächstens zu einem gewalttätigen Überfall durch drei Landsleute gekommen. Dies geschah für ihn völlig grundlos. Er wurde massiv am Kopf mit einem Maurerhammer verletzt, so dass eine mehrstündige Operation mit Implantation einer Metallplatte notwendig wurde. Seitdem bestand der genannte Schwindel sowie die Kopfschmerzen. Zudem berichtete er von starken Schlafstörungen, die vorwiegend durch Alpträume hervorgerufen wurden. Zudem grübelte er häufig über die Hintergründe des Übergriffs. Herr F. war durch die Geschichte sehr angeschlagen und traute sich wegen des Schwindels nicht mehr, seine Arbeit als Maurer wieder aufzunehmen. Der Täter, den Herr F. flüchtig aus seiner Heimatstadt kannte, hatte sich vor der Gerichtsverhandlung ins Ausland abgesetzt und war seitdem unauffindbar.

Gemeinsam beschlossen wir zunächst, durch einen mehrwöchigen Klinikaufenthalt für Entlastung und Auszeit zu sorgen. Dieser brachte zwar eine gewisse Besserung, die Schlafstörungen meldeten sich jedoch nach einigen Wochen erneut in bekanntem Ausmaß.

Im weiteren Verlauf kam es neben den eher stützenden Gesprächen häufiger zu recht dramatischen Stunden, da immer wieder eine Abschiebung drohte. Trotzdem machte Herr F. ob der schwierigen Situation einen erstaunlich zuversichtlichen Eindruck und zeigte sich für die in den Stunden eintretende Entlastung außergewöhnlich dankbar.

Eines Tages berichtet Herr F. spontan eine Traumszene der letzten Nacht: er sitzt mit Landsleuten um einen große runden Tisch, ihm gegenüber der Täter. Er hat große Angst, sitzt wie versteinert auf seinem Stuhl.

Meine Nachfrage, ob wir gemeinsam mit dem Traum arbeiten sollten, bejaht Herr F. ohne Zögern. Ich bitte ihn, es sich im Sessel bequem zu machen, sich zu entspannen und seinem Atemrhythmus folgen, wobei ich ihn in bekannter Manier auf Körpersignale wie Atemfrequenz und Veränderungen von Schwere und Temperatur hinweise.

Nachdem Herr F. nach einiger Zeit einen ausreichend tiefen Zustand von Trance erreicht hat, bitte ich ihn, die berichtete Traumszene wie auf einem Bildschirm

erscheinen zu lassen, er könne jedoch jederzeit wie mit der Fernbedienung auf ein anderes Programm umschalten. Um den Traum zunächst etwas lebendiger zu machen, frage ich Einzelheiten ab, wie Bekanntheit der Gesichter, ob er den Stuhl spüre, auf dem er sitzt, die Farbe des Tisches etc.. Dann bitte ich Herrn F., sich den Täter und sein Gesicht genauer anzuschauen. Ich frage ihn, ob es möglich sei, den Täter ein wenig kleiner zu machen, was ohne Zögern bejaht wird. »Bitte machen Sie den Täter noch kleiner...« Statt dieser Aufforderung zu folgen, berichtet Herr F. nunmehr, dass der Tisch immer größer werde, damit rücke der Täter immer weiter in den Hintergrund. Nach circa zehn Minuten beenden wir die Trance, nach dem »Auftauchen« wirkt Herr F. noch etwas müde, streicht sich die Augen aus und strahlt entspannt über das ganze Gesicht. Meine Nachfrage, wie lange die Trance gedauert hat, beantwortet er mit der für Hypnotherapie typischen Zeitverzerrung: eine halbe Stunde.

In der nächsten Stunde berichtet Herr F., die letzten vierzehn Tage seien die besten seit langer Zeit gewesen. Er habe gut geschlafen, die Alpträume seien nicht mehr aufgetreten. Er habe sich rundum wohl gefühlt. Es seien Verwandte der Ehefrau da gewesen, man habe viel Spaß gehabt. Auch habe sich merkwürdiger Weise der Täter, der ihn lange Zeit mit anonymen Anrufen belästigte, in diesem Zeitraum nicht gemeldet.