

Richard Hill
Ernest L. Rossi

Mirroring Hands

Eine klientenresponsive Therapie
für Körper und Psyche

Aus dem Amerikanischen
von Theo Kierdorf und Hildegard Höhr
Mit Vorworten von Jeffrey K. Zeig
und Hansjörg Ebell

2021

Danksagung

Die Entstehung dieses Buches hat sich über Jahrzehnte hingezogen und hat viele Entwicklungsstadien und Revisionen durchlaufen. Deshalb ist es wahrscheinlich unmöglich, an dieser Stelle allen Anerkennung zu zollen, die zu seiner Publikation beigetragen haben. Wir bedanken uns zunächst von ganzem Herzen bei allen Patienten und Klienten, die wir im Laufe der Jahre betreut haben und die auf ganz besondere Weise als Mitschöpfer an der Entwicklung von *Mirroring Hands* beteiligt sind. Selbstverständlich gilt unser Dank auch der numinosen und immer noch anhaltenden Präsenz von Milton H. Erickson.

Richard Hill möchte als Erstes Ernest Rossi danken, der seine Bemühungen, ein guter Therapeut zu werden, seit über einem Jahrzehnt begleitet. In den mittleren Lebensjahren einen völlig neuen Beruf zu ergreifen ist unter den Augen der Besten eines Metiers deutlich leichter.

An dieser Stelle müssen wir noch einmal unseren Frauen Kathryn Rossi und Susan Davis für ihre enormen Beiträge sowohl auf beruflicher als auch auf persönlicher Ebene danken. Fast ebenso engagiert war Michael Hoyt in San Francisco, der den Text des vorliegenden Buches in mehreren vorläufigen Fassungen gelesen hat und uns mit wertvollen Anregungen und Ratschlägen zur Seite stand. Besonderen Dank hat auch Nick Kuys aus Tasmania in Australien verdient, der freundlicherweise die Rolle des »exemplarischen Praktikers« übernommen und uns dadurch zu erkennen geholfen hat, was interessant und wichtig war. Ganz besonderen Dank schulden wir weiterhin Jeff Zeig für sein Vorwort. Er ist weltweit bekannt als Ikone professioneller Exzellenz und widmet sich als Begründer und Vorstandsmitglied der Milton H. Erickson Foundation unermüdlich ihrem Gedeihen.

Wir wurden von vielen wunderbaren Menschen unterstützt und ermutigt, unter anderem von John Arden, Bonnie Badenoch, Rubin Battino, Steve Carey, Giovanna Cilia, Lou Cozolino, Mauro Cozzolino, Matthew Dahlitz, Jan Dyba, Roxanna Erickson-Klein, John Falcon, Bruce und Brigitta Gregory, Salvatore Iannotti, Paul Lange, Stephen Lankton, Paul Leslie, Scott Miller, Michael Munion, Carmen Nicotra, Bill O'Hanlon, Kirk Olson, Debra Pearce-McCall, Susan Sandy, Dan

Siegel, Lawrence Sugarman, Reid Wilson, Michael und Diane Yapko und Shane Warren. Es gibt aber noch mehr Personen, mit denen wir uns von Herzen verbunden fühlen, darunter Kollegen und Freunde bei der Global Association for Interpersonal Neurobiology Studies (GAINS), die wir eher als unsere Familie ansehen; außerdem die wundervollen Mitglieder der Milton H. Erickson Foundation; und schließlich Venkat Pulla und unsere Strength-Based-Practice-Social-Work-Gemeinschaft in Australien, Asien und auf dem Subkontinent. Es war eine wunderbare Reise. Wir danken Euch allen!

Richard Hill & Ernest L. Rossi

Vorwort von Jeffrey K. Zeig

Ernest Rossi hat wichtige Beiträge zur Weiterentwicklung der Psychotherapie geleistet und ist zu einer historischen Persönlichkeit geworden. Er kann sich glücklich schätzen, Richard Hill als Co-Autor gewonnen zu haben.

Rossi hat in vielen Bereichen Wichtiges erreicht, unter anderem, indem er jungesche Perspektiven und die Arbeit von Milton H. Erickson, M. D., der zentralen Persönlichkeit der medizinischen Hypnose im 20. Jahrhundert, erweitert hat. Rossi war Ericksons Boswell¹ und hat seinen Ansatz in der Welt bekannt gemacht. Rossis eigene bahnbrechende Beiträge bewegen sich im Bereich der Psychoneurobiologie. Er hat damit begonnen, hypnotische Techniken in der Geist-Körper-Therapie zu nutzen, bis hin zu der Möglichkeit, durch hypnotische Suggestion die Genexpression zu verändern. Rossi hat erforscht, wie der Geist Gehirn und Körper kreierte. Damit hat er eine Tür geöffnet, durch die andere Forscher nun hindurch- und weitergehen können.

Auch eigene Beiträge zur Hypnose sind kennzeichnend für Rossis Arbeit. Er ist Spezialist für ideodynamische Aktivität – für die Veränderung von Verhalten und sensorischem Erleben durch Assoziationen und mentale Repräsentationen. Wenn wir intensiv an eine Zitrone denken, fangen wir an, Speichel zu produzieren. Wenn wir als Beifahrer in einem Auto sitzen und uns irgendwo auf dem Weg wünschen, dass der Fahrer schnell bremst, treten wir mit einem Fuß auf eine imaginäre Bremse. Diese ideodynamischen Prinzipien, die das Fundament des vorliegenden wichtigen Buches bilden, können die psychotherapeutische Arbeit lenken.

Rossi hat auch die Mirroring-Hands-Technik erfunden, die sowohl für hypnotische Induktion als auch für die Hypnotherapie genutzt werden kann. Im Buch werden das Protokoll für diese Arbeit und die damit verbundene Theorie beschrieben und mit plausiblen klinischen Beispielen illustriert. Auch Varianten werden erläutert, und es wird auf Einschränkungen hingewiesen. Therapeuten, die ihre Behandlungstechnik weiterentwickeln wollen, können hier von einem Meister psychotherapeutischer Arbeit lernen.

¹ James Boswell, der Biograf Samuel Johnsons, der das erste große Lexikon der englischen Sprache schuf. (Anm. d. Übers.)

Richard Hill ist Koautor dieses Buches, nicht nur Kommentator. Er erklärt die Bedeutung der Neugier als eines lindernden Faktors und geht ausführlich darauf ein, wie das Gehirn dafür genutzt werden kann, den Körper zu ändern. Des Weiteren werden Orientierungen entwickelt, die Klinikern helfen sollen, Burn-out zu vermeiden.

Dieses Buch ist nicht nur eine wichtige Ressource für alle, die mit Hypnose arbeiten, sondern leistet auch jedem Psychotherapeuten, der etwas über Geist-Körper-Psychotherapie lernen will, als Einführung beste Dienste. Die Darstellung erschließt Möglichkeiten zur Auflösung von Problemen, die man bisher nicht mit psychotherapeutischen Techniken behandeln konnte.

Besonderes Lob verdient Ernest Rossis und Richard Hills lebendige Darstellung. Sie haben altes Unterholz gelichtet und einen Pfad gebahnt, dem andere unbedingt folgen sollten.

*Jeffrey K. Zeig, Ph. D.,
Milton H. Erickson Foundation*

Vorwort von Hansjörg Ebell

»Du weißt nie, was nach der nächsten Wegbiegung kommt.
Sei neugierig und offen dafür!«

Ernest L. Rossi

Vermutlich war diese Haltung maßgeblich dafür, dass Ernest Lawrence Rossi mit einem Lächeln ging, als er am 19. September 2020, im Alter von 87 Jahren, zu Hause in seiner geliebten Bibliothek für immer eingeschlafen ist.² *Mirroring Hands*, sein letztes Buch, verfasst gemeinsam mit Richard Hill, präsentiert die Essenz seiner jahrzehntelangen Erfahrung und Forschungen, gewissermaßen sein Vermächtnis: Aufgabe jeder therapeutischen Begleitung ist es, Problemlösefähigkeiten sowie Heilung zu fördern, die Begleiteten dazu zu ermutigen, neugierig auf die weitere Entwicklung zu vertrauen und ihr offen zu folgen.

»*What are You going to learn and do with all that stuff?*«, schrieb Rossi 1983 als Widmung in mein Exemplar der von ihm herausgegebenen *Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Damals stand noch in den Sternen, dass der Carl-Auer Verlag mich bitten würde, ein Vorwort zu diesem Buch zu schreiben. In Kenntnis der englischen Ausgabe von 2017 habe ich diese Aufgabe gerne übernommen – auch, um es mit einer Art interkultureller Verständigung im Dienst der Hypnotherapie zu verbinden. Dieses ausführliche Vorwort soll als Schuhlöffel dienen, der hilft, in diesen wichtigen, aktuellen Beitrag zur hypnotherapeutischen Fachdiskussion hinein zu schlüpfen. Selbst erfahrenen Praktikerinnen und Praktikern, denen ideomotorische Techniken vertraut und selbstverständlich sind, empfehle ich, sich bei der Lektüre Kapitel für Kapitel an die Hand nehmen zu lassen und der Entwicklung des Themas Schritt für Schritt zu folgen – auch wenn es verführerisch sein mag, über die anschaulichen Beispielfotos der Technik und beeindruckende Fallbeispiele einzusteigen.

Die Grundregel der »spiegelnden Hände« klingt ganz einfach: Beobachte und begleite, wie sich die rechte und/oder die linke Hand deiner Klienten *ideomotorisch*, d. h. von sich aus, bewegen; fordere sie

2 »Tribute«-Zoom-Meeting mit Kathryn Lane Rossi u. v. A. (initiiert von Kris Klajs am 20. November 2020).

auf, hineinzuspüren und zu beschreiben, wie sich das anfühlt und was dabei innerlich so alles auftaucht – einfach so oder in Hypnose. Auf diese Weise werden nicht nur höchst komplexe Ausgangsvoraussetzungen zu verschiedensten Themen sichtbar, sondern auch sich daraus ergebende Entwicklungen symbolisiert. Damit werden diese zugänglich für behutsames Nachfragen und für fördernde Impulse, von innen wie von außen. Hill und Rossi betonen immer wieder, wie wichtig es sei, dabei sensibel auf jegliche Art von persönlich-individueller Eigendynamik zu achten und diese zu respektieren. Mitzugehen (*pacing*) wird grundsätzlich für wichtiger erachtet, als den Prozess in eine gewünschte Richtung zu beeinflussen (*leading*) – insbesondere auch dann, wenn Letzteres höchstwahrscheinlich gelingen würde. Wenn schon *Suggestionen* gegeben werden, d. h. Vorschläge im Sinne der eigentlichen englischen und französischen Wortbedeutung, dann um dazu zu ermutigen, dem Geschehen zu vertrauen und ihm neugierig und zuversichtlich zu folgen.

Mirroring Hands, auch in der Originalausgabe der Buchtitel, spricht als Terminus technicus für sich. Der im Englischen zusammenfassend formulierte Untertitel *A Client-Responsive Therapy that Facilitates Natural Problem-Solving and Mind-Body Healing* würde wörtlich übersetzt nur viele abstrakte Begriffe aneinanderreihen, die weitere »Übersetzungen« seitens der Leserinnen und Leser erforderlich machen. Der Verlag hat sich darum für eine verkürzte Version entschieden: *Eine klientenresponsive Therapie für Körper und Psyche*.

Klientenresponsiv? Als neuer Fachbegriff weist dieses Eigenschaftswort über das inzwischen fest etablierte – ursprünglich von Rogers vorgeschlagene – *klientenzentriert* hinaus. Abgeleitet ist das Wort von *respond/response* und steht für antworten, reagieren, erwidern sowie für Resonanz und Rückbezüglichkeit im Austausch zwischen Therapeut und Klient.

Joseph Barber – Kliniker, Forscher und Pionier auf dem Feld von Hypnose und Schmerztherapie, der auf diesem Gebiet in Format und Bedeutung mit Rossi vergleichbar ist – hat seine *hypnotic responsiveness* gezielt dem akademischen Konzept der Suggestibilität entgegengesetzt.³ In diesem Beziehungsmodell wird die Passung von Therapeut und Klient mit Schlüssel und Schloss verglichen, um zu erklären,

3 The Locksmith Model: Accessing Hypnotic Responsiveness. In: S. J. Lynn a. J. W. Rhue (eds.) (1991): *Theories of Hypnosis. Current Models and Perspectives*. New York (Guilford).

warum der Zugang zu klinisch äußerst wertvollen Hypnosephänomenen im einen Fall zu erstaunlichen Veränderungen führt, in einem vergleichbaren Fall aber misslingt. Auch Kontextfaktoren bestimmen das Ergebnis. Sich als Patient mit Schmerzen und Ängsten in die Notaufnahme einer Klinik zu begeben, erweitert die Ansprechbarkeit (*response*) auf Hypnose und angemessene Suggestionen maßgeblich – sicherlich weit über die statistische Normalverteilung hinaus, die vermutlich bei den gleichen Personen als Teilnehmer an einem Suggestibilitätstest unter Alltagsbedingungen gefunden worden wäre. *Hypnotic responsiveness* impliziert, dass Ansprechbarkeit und Reaktionsfreudigkeit auf Hypnose und Suggestionen von der Qualität der therapeutischen Beziehung abhängen und von Kontexterwartungen wesentlich beeinflusst werden (*placebo response*).

Das Buch mit der Beschreibung zu beginnen, wie alles mit einem Besuch bei Ernest Rossi zu Hause anfang, ist ein erstes und gutes Beispiel dafür, was *klientenresponsiv* beinhaltet. Ein Gespräch auf Augenhöhe zwischen einem von einer Kongressdemonstration der *Mirroring Hands* faszinierten Besucher und dem international renommierten Leuchtturm der Hypnose. Dabei ist ein Funke übergesprungen, die Initialzündung nicht nur für eine tiefgreifende persönliche Entwicklung des Erstautors Hill, sondern auch für dieses Buch.

Erfreulich knapp gefasste Kapitel enthalten die jeweils wesentlichen Aspekte in der Überschrift und enden mit einem Rückblick (*review*), der auf das nächste Kapitel bzw. den nächsten Gedankenschritt vorbereitet. Jedes Detail beinhaltet Aspekte des Ganzen, und das Ganze spiegelt sich in jedem Detail wider. Auch für hypnosystemisch versierte Leserinnen und Leser werden vertraute Begriffe in einer aufeinander aufbauenden Argumentation knapp, präzise und auf das jeweilige Thema bezogen definiert und ausgeführt.

Kürzel wie *NNNE* für den von Rossi so genannten *Neuheits-Numinosum-Neurogenesis-Effekt* sind zwar in beiden Sprachen Wortungen-tüme, werden im Text aber nachvollziehbar erläutert und verwendet. Die Begriffe *mind-body healing* und *mind-body therapy* stehen für psychosomatische Zusammenhänge und werden inzwischen auch in deutschsprachigen wissenschaftlichen Publikationen verwendet. Die Übersetzung als *Geist-Körper-Heilung* beinhaltet ein hohes Risiko, in ein Minenfeld von Vor-Urteilen und Miss-Verständnissen zu führen, auch wenn Rossi diesbezüglich sehr geerdet war: Über Jahrzehnte hat er in den Feldern von Chronobiologie, Psychoneuroimmunologie und

Epigenetik geforscht und viele wissenschaftlich fundierte Bücher und Artikel in Fachzeitschriften publiziert.

Besondere Aufmerksamkeit verdient die immer wieder verwendete Einteilung in *vier Phasen* oder vier *Schritte: Information, Inkubation, Durchbruch und Illumination sowie Verifikation*. Für eine professionelle therapeutische Begleitung bieten sie eine Struktur zur Prozessreflexion, geeignet sowohl für einzelne Therapiestunden wie auch für Lern- und Entwicklungsprozesse über einen längeren Zeitraum. Auch hier betonen die Autoren, dass Präsenz und Aufmerksamkeit der Begleitenden sensibel und responsiv darauf ausgerichtet bleiben sollten, die *Ideodynamik* zu erkennen und dieser entsprechend Raum zu geben, Neugier und Zuversicht zu wecken, um den Zugang zu *Möglichkeitsräumen* zu eröffnen – verbunden mit dem Angebot, diese gemeinsam oder auch selbstständig zu erkunden.

Ist man bei dieser Art von Begleitung gut zusammen unterwegs, führt dies an ein *growing edge* (Kante, Grenze, Rand) zum Wachstum. Eine solche Wachstumszone steht – wenn man Rossis Beispiel folgen will – bis zum letzten Atemzug zur Verfügung, gemäß seinem Credo: »Du weißt nie, was nach der nächsten Wegbiegung kommt. Sei neugierig und offen dafür.«

Mit dieser Auffassung und Haltung kann man sich dem annähern, was die Autoren unter *natural problem-solving* verstehen, nämlich unserer Natur entsprechende Problemlösungen zu erleichtern, zu fördern, zu ermöglichen, zu unterstützen, bereitzustellen und/oder zu moderieren. Für all diese Bedeutungen steht das englische *facilitate*, wenn wir uns als Therapeutinnen und Therapeuten *klientenresponsiv* der Ideodynamik individueller Entwicklungsschritte eines Menschen widmen. Selbstverständlich ist dabei nicht alles möglich (veranschaulicht in der Grafik auf S. 62). So wie wir Menschen als warmblütige Säugetiere auf die homöostatische Regulation unserer Körpertemperatur um 37 Grad Celsius angewiesen sind, gibt es Ober- und Untergrenzen. Innerhalb dieser Grenzen existieren jedoch in jedem komplexen, selbstorganisierenden System unzählige Optionen, die über sog. *Attraktoren* eröffnet oder versperrt werden.

Milton H. Erickson hat die Bedeutung der uralten philosophischen Erkenntnis, dass alles nur *im Hier und Jetzt* stattfindet, ins Zentrum der therapeutischen Aufmerksamkeit gerückt. Sowohl das, was als *Vergangenheit* erinnert wird, als auch die Hochrechnung, die *Zukunft* genannt wird, sind individuelle Konstrukte im gegebenen Moment.

Deren Ideodynamik ist weitestgehend unbewusst. Jeder Zustand ist damit kausal begründet, so wie er ist, und kann nicht anders sein. Wie es jedoch weitergeht, ist mehr oder weniger offen. Leidvoll erlebte Beschränkungen und Hindernisse sind oft durch die im impliziten Gedächtnis abgespeicherten biografischen Erfahrungswerte bzw. durch automatische und blitzschnelle Rückgriffe darauf in neuronalen Netzwerken mitverursacht – mit entsprechenden Annahmen, was möglich ist und was nicht. Solche Grenzen sind zwar äußerst wirkmächtig, aber auch zugänglich für Veränderungen (u. a. durch Epigenetik und Neuroplastizität) – selbstverständlich nicht zu jedem Zeitpunkt und nicht für jeden. Insbesondere bei Instabilität des Systems, d. h. in einer Krise oder in der Wachstumszone (*growing edge*), sind Risiko und Chance die zwei Seiten derselben Medaille. Eine klientenresponsive therapeutische Unterstützung kann für die Entwicklung in diesen Momenten sehr hilfreich sein.

Sicherlich gibt es auf diesem Planeten und im Leben jeder Person objektive und subjektive Grenzen, auch für mögliche Entwicklungen. Es lohnt sich jedoch vermutlich immer, genauer zu untersuchen, wo genau diese verlaufen. Der Vorteil einer therapeutischen Begleitung besteht aus systemischer Sicht schlicht und einfach darin, dass ein zugewandtes Gegenüber zur Verfügung steht. Diese weitere Perspektive ist eine andere und nicht per se besser. Bei leidvollen Erfahrungen und Konflikten oder in Sackgassen des Lebens stehen mit therapeutisch kompetenter Unterstützung sehr wohl mehr Optionen zur Verfügung, als wenn man sich alleine mit alldem befassen würde. Mittels *Mirroring Hands* kann es gelingen, wesentliche Zusammenhänge zu entdecken, sie zu hinterfragen und zu verändern und/oder sogar Probleme durch Wachstumsschritte einfach hinter sich zu lassen. Ein Segen für die Begleiteten. Hill und Rossi betonen, dass die Begleitenden grundsätzlich darauf achten sollten, ihre eigene Sichtweise nicht bevormundend überzustülpen.

Mirroring Hands leistet zwei wichtige Beiträge zur Fachdiskussion der therapeutischen Hypnose: Erstens erweitert dieser klientenresponsive Ansatz den auf Pathologie und Störungen ausgerichteten Macher- und Reparatur-Ansatz in Medizin und Richtlinienpsychotherapie durch die *salutogenetische Perspektive* (A. Antonovsky). Nicht nur für Millionen chronisch Kranke sollte sich die therapeutische Begleitung an Optionen zu Gesundheit und Heilung ausrichten, am *Gärtner-Prinzip* von kundigem Hegen und Pflegen. (Dazu habe ich den

Vorschlag einer *Resonance Based Medicine* unterbreitet – ergänzend zur *Evidence Based Medicine*.⁴⁾

Zweitens beziehen Hill und Rossi überzeugend Stellung in der uralten Auseinandersetzung »Technik versus Beziehung« bzw. in der Frage, wie es am ehesten gelingt, Hypnosephänomene für therapeutische Ziele zu verwenden (*utilisieren*). Sind die erstaunlichen Veränderungen eine Folge mächtiger Techniken, oder wird individuelles Potenzial durch die therapeutische Beziehung zugänglich? Als Kronzeuge sei hier Jay Haley angeführt:

»Nach traditioneller Anschauung war Hypnose ein Zustand des Individuums. Der Schwerpunkt lag dabei auf der Suggestibilität der Versuchsperson, auf der Tiefe ihrer Trance usw. Erickson ist nun hingegangen und hat sowohl die hypnotisierte Person als auch den Hypnotiseur in die Beschreibung mit einbezogen. Wenn er von »Hypnose« spricht, meint er damit nicht nur Prozesse, die sich im Inneren des Hypnotisierten abspielen, sondern er meint den gesamten Austausch zwischen zwei Menschen. Folglich legt er in seiner Arbeit besonderen Wert darauf, die Kooperation der Versuchsperson bzw. des Patienten zu gewinnen, sich mit Widerstand auseinanderzusetzen, die Bestätigung dafür zu erhalten, dass etwas geschieht usw.«⁵

Rossis Blick auf das ideodynamische Geschehen in und mittels Hypnose war von Neugier geprägt. Ständig war er auf der Suche nach dem »Aha!« und dem, was er als NNNE (*novelty-numinosum-neurogenesis-effect*) benannt hat. In vielem war er seiner Zeit visionär voraus. Vermutlich trifft das auch zu auf seine Suche nach einem kleinsten, gemeinsamen Nenner, einem *Quantum* der existenziellen Dimension. Ähnliche Gedankengänge haben viele Physikerinnen und Physiker beflügelt und sie zu immer neuen Erkenntnissen geführt bzw. mit jeder Antwort zu weiteren wichtigen Fragen.

In diesem Sinne wünsche ich diesem Buch viele Leserinnen und Leser – und diesen viele Aha-Momente.

Hansjörg Ebell
München, im Februar 2021

4 Ebell, H. J. (2017): Hypno-Therapeutische Kommunikation: Kernelement einer auf Resonanz basierten Medizin (»Resonance Based Medicine«). *Hypnose-ZHH* 12 (1+2): 173–202.

5 Haley, J. (1996): Typisch Erickson. Muster seiner Arbeit. Paderborn (Junfermann), S. 55.

Ein Rahmen für alle Therapien?

Obleich wir uns wissenschaftlich fundierten Konzepten und Prinzipien verpflichtet fühlen, enthalten die theoretischen Kapitel des Buches nicht nur trockene akademische Theorie. Vielmehr beschreiben und erforschen wir darin, was für jede Art psychotherapeutischer Praxis gültig ist. Deshalb hoffen wir: Sie werden feststellen, dass Sie den Verständnisrahmen und die Grundlagen, die wir hier auf *Mirroring Hands* bezogen beschreiben, auf jede klinische und jede private Aktivität anwenden können. In den betreffenden Kapiteln wird beschrieben, wie Systeme funktionieren, wie sie sich selbst organisieren und wie wir – als Kliniker, Klienten und Privatleute – uns als kreativ am jeweiligen Prozess Beteiligte wohlfühlen können. Wir versuchen, den Fokus von der Rolle des bewusst Kontrollierenden oder des dominierend Beeinflussenden hin zur Bejahung eines Zustandes der Teilhabe an den natürlichen Eigenschaften unseres Seins zu lenken, die weder Kontrolle noch Dominanz benötigen. Denn wir können an einer kreativen Integration unseres gesamten Systems teilnehmen. Wir sind der Auffassung, dass Kontrolle und Dominanz des Erlebens die *Effizienz* einer Therapie verringern und dem Kliniker und dem Klienten die Arbeit *erschweren* können (Rosenfeld 1992, S. 205–226; Hopps et al. 1995). Wir weisen in diesem Zusammenhang nochmals darauf hin, dass uns sehr wohl klar ist, dass pragmatisches, kontrollierendes und sogar dominantes Vorgehen manchmal notwendig sein mag, dass man dies aber kaum als Therapie bezeichnen kann. In den meisten Fällen geht es dabei darum, den Klienten oder seine Situation *vor Beginn der eigentlichen therapeutischen Arbeit zu stabilisieren*.

Das vorliegende Buch befasst sich größtenteils mit Situationen, die einer Therapie zugänglich sind. In diesem Sinne ist es zu verstehen, wenn wir sagen, dass Sie lernen werden, das Wissen über unsere natürlichen Rhythmen und Zyklen auf die schwierigsten Fälle anzuwenden. In Kapitel 9 (»Neugier und der Elefant im Raum«) werden Sie möglicherweise umfassendere Anwendungsmöglichkeiten entdecken, wenn wir erforschen, was Neugier weckt und was sie versiegen lässt. In Kapitel 5 (»Die Rhythmen und Zyklen des Lebens in der Therapie«) wird erklärt, was wir unter natürlichen Rhythmen und Zyklen verstehen. Nach unserer Auffassung versetzt dies die psychotherapeutische Praxis in den Kontext dessen, was an uns natürlich

ist, wie die uns umgebende Welt funktioniert und wie wir selbst in der Welt aktiv werden.

Was noch?

Jeder, der Mirroring Hands in der Praxis kennengelernt hat, hat in den eigenen Händen eine energetische Veränderung und ein verändertes Empfinden gespürt. Ist Mirroring Hands nur eine kognitive Intervention? Oder geschieht dabei tatsächlich etwas? In Kapitel 14 (»Untersuchungen und Experimente«) befassen wir uns mit den Untersuchungen von Leonard Ravitz und mit unseren entsprechenden aktuellen Ergänzungen. Die faszinierende Arbeit dieses Forschers ermöglichte die grafische Aufzeichnung elektrodynamischer Vorgänge in Echtzeit, wobei elektrische Veränderungen in der linken und rechten Hand im Millivoltbereich erfasst werden. Die Aufzeichnungen dokumentieren nicht nur energetische Veränderungen, sondern auch unterschiedliche Resultate zwischen linker und rechter Körperseite. Durch den Nachweis, dass es sich um energetische Prozesse im Mikropartikelbereich handelt, haben wir die Tür zur Quantenfeldtheorie geöffnet. Wir fühlen uns verpflichtet, diese faszinierende Thematik zumindest zu skizzieren, um Ihnen bestimmte Grundlagen zu vermitteln und Ihre Neugier zu wecken und Sie so dazu anzuregen, andernorts ausführlichere Informationen zu suchen. In Kapitel 15 (»Hinab in das Kaninchenloch«) erforschen wir die Welt der Quanten und spekulieren außerdem darüber, was die Zukunft uns bringen könnte. Die »harte Wissenschaft« (u. a. auch Ausflüge in die Quantentheorie bzw. Quantenfeldtheorie) präsentieren wir hauptsächlich in Kapitel 15, um Ihnen die Möglichkeit zu geben, ein wenig in sie einzutauchen, sofern Sie möchten.

Der kreative Randbereich, in dem die Weiterentwicklung stattfindet

Wir beenden diese Einleitung, wie wir sie begonnen haben: mit einer persönlichen Betrachtung von Richard Hill:

»Obwohl ich mich glücklich schätze, das Privileg genossen zu haben, von Ernest Rossi als Mentor betreut zu werden, ging es für mich immer darum, wohin das Erleben mich führt – wie ich mich verändere, wo ich mich weiterentwickle.

Das vorliegende Buch ist ein Ausdruck dessen, was im Laufe des letzten Jahrzehnts im Rahmen meiner Zusammenarbeit mit Ernest Rossi bei der Erforschung neuer Ideen und Techniken entstanden ist. An jenem verheißungsvollen Tag im Dezember 2005 wurde definitiv etwas initiiert; aber die Last der Verantwortung für meine Entwicklung lag immer ausschließlich bei mir. Es war meine Aufgabe, mich im aufregendsten Bereich meines Seins effektiv und produktiv zu entwickeln – in jenem *growing edge* genannten Randbereich, in dem wir uns weiterentwickeln« (Rossi 1992, S. 216–238).

Als *growing edge* wird der Randbereich des Ihnen bekannten Raumes, Ihrer bekannten Fähigkeiten, Ihrer bekannten Behaglichkeit bezeichnet. Von diesem Randbereich aus begeben Sie sich in einen kreativen Raum, in dem alles neu und unbekannt ist. Das Hinaustreten aus dem Randbereich ist kein Bruch mit dem und keine Trennung von dem, wer und was Sie sind, sondern nur das, was der Begriff nahelegt: das Erreichen eines Punktes, an dem Entwicklung möglich ist. Vergessen Sie nie, dass Sie mit allem verbunden bleiben, *was Sie sind*. Das Abenteuer besteht darin, in einen Raum hineinzuwachsen, in dem Sie zu mehr werden, als Sie momentan sind. Ich (RH) bin immer noch dabei, meinen Randbereich der Entwicklung zu erweitern, und Ernest Rossi hat mir gesagt, dass auch er, obwohl er schon Mitte 80 ist, seinen kreativen Randbereich immer noch ausdehnt.

Sich im kreativen Randbereich der Entwicklung aufzuhalten kann schwierig sein, denn Sie sind dort allein. Sie mögen zwar in vielerlei Hinsicht unterstützt und ermutigt werden, doch ist und bleibt dies ein unbekannter Raum. Unser einzigartiger Ausdruck dessen, was wir lernen, und die Art, wie wir das Gelernte in unser Alltagsleben integrieren, ist die Erweiterung, die wir in unserem Randbereich realisieren. Jede therapeutische Technik und jeder Prozess ist Ausdruck der Bewegung eines Menschen nach außen in *seinen* kreativen Randbereich der Entwicklung und des Wachstums. In diesem Kontext betrachtet, gibt es keine Therapie, keine Behandlungstechnik und keine therapeutische Vorgehensweise, die perfekt für Ihre persönliche Situation geeignet ist, weil alle diese Dinge im Randbereich der Entwicklung eines anderen Menschen entstanden sind. Einige mögen Ihrer Situation und Ihren Bedürfnissen recht nahekommen, aber dies ist der Grund, aus dem ericksonsche Psychotherapie so schwer genau nachzuahmen ist: Der einzige perfekte ericksonsche Therapeut war Erickson selbst. Wir alle müssen unsere persönliche beste Form der Behandlung und unseren

besten Ausdruck selbst finden, um uns bei unserer therapeutischen Arbeit natürlich, wohl und unbelastet fühlen zu können.

Als Autoren dieses Buches fragen wir uns wirklich, wohin Sie all dies führen wird und was Sie mit unseren Worten und Ideen anfangen werden. Wie könnte dieses Buch Sie dazu befähigen, ermutigen oder inspirieren, *Ihren* Randbereich der Entwicklung zu erforschen? Was werden Sie selbst neu entwickeln? Vielleicht ist es nur etwas sehr Kleines. Vielleicht ist es aber auch eine radikale Veränderung. Kapitel 9 (»Neugier und der Elefant im Raum«) ist aus der jahrelangen Arbeit Richard Hills mit Ernest Rossi entstanden, aber auch aus seinem eigenen Leben. Was sagt das *Ihnen*? Was befindet sich in Ihrem Geist, das über Ihren Randbereich der Entwicklung hinüberschwappen könnte? Ziel dieses Buches ist, Ihnen zu zeigen, wie *wir* es gemacht haben, damit Sie erforschen können, wie *Sie* es machen könnten.

*Man kann kein Neuland entdecken, ohne zuzulassen,
dass man sehr lange die Küste aus den Augen verliert.*

André Gide: *Die Falschmünzer*

Damit wir an den Punkt kommen, an dem wir uns jetzt befinden, muss schon eine Reise stattgefunden haben. Es ist völlig normal, sich Fragen nach der Vorgeschichte zu stellen, danach, wie sich Dinge verändert und weiterentwickelt haben. Deshalb ist es auch völlig normal, wenn wir dieses Buch mit einem historischen Rückblick beginnen. Und dazu können wir in unserem Fall die Quelle selbst nutzen: Ernest Rossi. Deshalb werden wir ihn fragen, wie alles anfing.

1 Die Geschichte von »Mirroring Hands«



Abb. 1.1: Richard Hill und Ernest Rossi im Gespräch (Juni 2016)

Im Juni 2016 begegnete ich Ernest Rossi und seiner Frau Kathryn in ihrem Haus in Kalifornien. Der Hauptgrund für diesen Besuch war die Vorbereitung auf die Arbeit am vorliegenden Buch. Wir trafen uns sieben Tage lang und zeichneten Interviews und Gespräche von insgesamt über 25 Stunden Dauer auf. In der zweiten Sitzung des ersten Tages dieser Woche fragte ich Ernest Rossi: »Wie ist der Mirroring-Hands-Ansatz historisch entstanden? Wie ist er aus Deiner ›Lehrzeit‹ bei Milton Erickson hervorgegangen?« Ich habe den größten Teil der Antwort auf diese Frage reproduziert. Das Transkript wurde um der Klarheit der Darstellung willen redigiert und um einige Kommentare ergänzt. Kursivschrift dient der Hervorhebung bestimmter Wörter.

In diesem Transkript und im gesamten weiteren Buch werden Richard Hill durch die Abkürzung RH und Ernest Rossi durch ELR gekennzeichnet.

Aus den Gesprächen zwischen Rossi und Hill

Los Osos, Kalifornien, 1. Juni 2016, 14 Uhr

RH Vielleicht ist dies die Gelegenheit, was meinst du? Unter all meinen Fragen war eine, dass ich von dir wissen wollte, wie der Mirroring-Hands-Ansatz entstanden ist.

ELR Oh ... was die Essenz ist, die tiefste Essenz ...

RH Genau!

ELR Ich erinnere mich, dass ich einmal mit den Worten vorgestellt wurde: »Und jetzt wird Ernie Rossi seinen Ansatz mit den Händen vorstellen.« (*Wir lachen*) Ist das nicht dämlich?

RH Und das war ... alles?

ELR Ich habe gedacht: »Er versteht es nicht.« Was hatte er nicht verstanden? Wir haben zwei Seiten ... Du weißt schon, die Sache mit der linken und rechten Hemisphäre. Es geht aber auch um die Perspektive der Quantenfeldtheorie und der Kognition, der Empathie, der Persönlichkeit, der Gehirnplastizität, der Moleküle und der Genexpression, bis hin zur Ebene der Quanten. Es ist hier (*deutet auf seinen Kopf*) eingebaut.

RH Ja, ich bin mit vielem davon vertraut ...

ELR (*hält einen Augenblick inne und denkt darüber nach, wo er anfangen soll*) Ich war oft dabei, wenn David Cheek bei Milton Erickson war; es gab also ein Gespräch zwischen uns dreien ... genauso war es oft, wenn Ravitz da war ... und ich lernte während dieser informellen Fachsimplesien vieles, wofür die öffentliche Wahrnehmung der therapeutischen Hypnose kein Verständnis zu haben schien ...

Man kann Milton Erickson mit Recht als einen der wichtigsten Vertreter der modernen Psychotherapie und der therapeutischen Hypnose bezeichnen. Er wurde in den 1920er-Jahren zum Psychiater ausgebildet und führte umfangreiche Untersuchungen auf dem Gebiet der therapeutischen Hypnose durch. Die Milton H. Erickson Foundation, die Jeffrey Zeig leitet, pflegt das Erbe Ericksons durch die Organisation von Ausbildungsaktivitäten, mithilfe eines riesigen Archivs und durch eine jährliche Konferenz, die Ericksons Arbeit würdigt und die Weiterentwicklung der Psychotherapie fördert.⁸ Ericksons Schriften sind am besten zusammengefasst in den 16 Bänden der *Collected Works of Milton H. Erickson, M. D.* (2008–2015), herausgegeben von Ernest Rossi, Kathryn Rossi und Roxanna Erickson-Klein (Erickson 2008–2015). Erickson war ein meisterhafter Lehrer. Diejenigen, die Zeit mit ihm verbrachten, von ihm lernten und in Zusammenarbeit mit ihm ihre eigenen Ansätze entwickelten, bilden ein »Who is who« der modernen Psychotherapie.

⁸ Siehe: <http://www.erickson-foundation.org/>.

Ernest Rossi besuchte Erickson regelmäßig, oft jeden Monat gewöhnlich für etwa eine Woche. Diese Besuche begannen im Jahre 1972 und wurden bis zu Ericksons Tod im Jahr 1980 fortgesetzt. Da viele bedeutende Persönlichkeiten Erickson besuchten, war sein Haus ein fruchtbares Ambiente für jeden Studenten, Forscher und Autor. Leonard Ravitz, ein Psychiater von der Yale University, war um das Jahr 1945 Student Ericksons. Er war an der Entwicklung von Verfahren zur Messung elektrodynamischer Felder beim Menschen und der Unterschiede zwischen linker und rechter Körperseite beteiligt. In den 1950er-Jahren wendete er diese Technik in Zusammenarbeit mit Erickson auf Probanden an, die sich in hypnotischen Zuständen befanden. An dieser Stelle soll es genügen zu erwähnen, dass das Messgerät, das dazu benutzt wurde, anderen elektrodynamischen Messgeräten ähnelte, etwa dem Gerät, das die Gehirnaktivität misst und ein Elektroenzephalogramm (EEG) erstellt, oder dem Gerät, das die elektrische Aktivität des Herzens misst und ein Elektrokardiogramm (EKG) erstellt. Ravitz und Erickson instruierten Rossi im Gebrauch des Messgeräts und führten Mitte der 1970er-Jahre Experimente an sich selbst, an Familienmitgliedern und an Patienten durch, die Ravitz großenteils in seinem Buch *Electrodynamic Man* (Ravitz 2002) dokumentiert hat. Auch während meines Besuchs bei Rossi führten wir solche Experimente durch, unter anderem an zwei Menschen in Trance, wozu wir eine moderne Version des ursprünglichen Geräts benutzten. Bei diesem Experiment wurden Rossi und ich zur »linken« und »rechten« Seite einer Dyade, die durch Kontakt über die Hände zu einem Schaltkreis verbunden waren. Die Einzelheiten unserer Soloxperimente und anderer früher durchgeführter Experimente werden in Kapitel 14 erläutert (siehe auch: Rossi a. Rossi 2016a, S. 14–25; Rossi a. Rossi 2016b, S. 47–68). Wichtig ist, dass bei diesen Versuchen die Messelektroden an den Handinnenflächen befestigt wurden. Die Spannung wurde als Linie auf einem Papierstreifen aufgezeichnet, der Veränderungen während des Experiments dokumentierte. Weil die Werte für die rechte und die linke Körperseite in unterschiedlichen Linien aufgezeichnet wurden, konnten wir Veränderungen auf den beiden Seiten und Unterschiede hinsichtlich der Aktivität der beiden Körperseiten separat verfolgen.

Dr. David Cheek war für Rossi ein weiterer wichtiger Mentor, der seine medizinische Laufbahn als Arzt für Gynäkologie und Geburtshilfe begann. Er entwickelte starkes Interesse an Hypnose und erfand

den Prozess des »ideomotorischen Signalisierens« (Cheek 1994). Dies hatte er durch seine Teilnahme an Hypnoseseminaren gelernt, die Erickson in den 1950er-Jahren veranstaltet hatte. Die positive oder »Ja«-Reaktion und die negative oder »Nein«-Reaktion werden dabei jeweils einem anderen Finger zugewiesen, und der Versuchsperson wird beigebracht, mit dem Erheben des einen oder des anderen Fingers zu reagieren. In Trance erhebt und bewegt sich der eine oder der andere Finger ohne Beteiligung des Bewusstseins – »fast wie von selbst« –, was eine Verbindung zu impliziten, unbewussten Regionen im Gehirn der Versuchsperson nahelegt. Die Bewegungen können mit dem bewussten Dialog im Einklang stehen oder nicht und in letzterem Fall auf einen Konflikt oder eine Inkongruenz zwischen Bewusstsein und Unbewusstem des Probanden hindeuten. Die nicht bewusste, nicht selbst gesteuerte Aktivität ähnelt der Handlevitation, ebenfalls eine ideomotorische Reaktion, die »von selbst« auftritt und ein Verhalten während der Hypnose ist, das einen Trancezustand anzeigen kann. Entscheidend und in diesem Zusammenhang zu beachten ist, dass unterschiedliche Reaktionen der Finger entgegengesetzte Aspekte der untersuchten Situation spiegeln können.

* * *

ELR Ich lese also die Fachliteratur und sitze mit diesen Leuten zusammen, und dann wird mir klar, dass es in der Literatur den Begriff »ideomotorisch« gibt, der bei mir etwas auslöst, eine Aktivität ... damit bin ich verbunden. Ich bin meinem Wesen nach ein Top-down-Mensch. Die Idee ruft etwas hervor (*deutet mit seinen Händen eine Bewegung vom Kopf am Körper entlang abwärts an*).

Dies war eine Sache, die ich an Cheek als brillant empfand und die der Rest der Hypnosewelt nicht verstand. Es gab da nämlich ein paar »Wissenschaftler«, die auf ihre »Wissenschaftlichkeit«, ihre »Experimente« und ihre »Forschung« im Bereich der Hypnose stolz waren und die Cheeks Ansehen zunichtemachen wollten.

Sie stellten fest, dass die Fingerbewegungen nicht zuverlässig waren. Cheek sagte: »Das ist Ihr »Ja«-Finger, das ist Ihr »Nein«-Finger, und das ist Ihr »Ich weiß nicht«-Finger.« Diese »Wissenschaftler« führten dann ein paar Experimente durch, stellten fest, dass die Probanden unzuverlässig reagierten, und erklärten daraufhin: »Cheek ist *unwissenschaftlich!*« (*unterstreicht dies durch eine Pantomime*). Sie brachten die ganze Welt der Hypnose und der Psychotherapie gegen die Idee der »Ideodynamik« auf.