

Peter Uwe Hesse

**Teilearbeit:  
Konzepte von Multiplizität  
in ausgewählten Bereichen  
moderner Psychotherapie**

Online Ausgabe 2009

Der Verlag für Systemische Forschung im Internet:  
[www.systemische-forschung.de](http://www.systemische-forschung.de)

Carl-Auer im Internet: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de)  
Bitte fordern Sie unser Gesamtverzeichnis an:

Carl-Auer Verlag  
Häusserstr. 14  
69115 Heidelberg

Über alle Rechte der deutschen Ausgabe verfügt  
der Verlag für Systemische Forschung  
im Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg  
Fotomechanische Wiedergabe nur mit Genehmigung des Verlages  
Reihengestaltung nach Entwürfen von Uwe Göbel & Jan Riemer

Online Ausgabe 2009  
ISBN: 978-3-89670-691-1

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Die Verantwortung für Inhalt und Orthografie liegt beim Autor.  
Alle Rechte, insbesondere das Recht zur Vervielfältigung und Verbreitung sowie der  
Übersetzung vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotoko-  
pie, Mikrofilme oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlags  
reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet werden.

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 2. Auflage	4
1. Einleitung	7
1.1. Hinführung zum Thema	7
1.2. Fragestellung, Ablauf und Besonderheiten des Themas	9
TEIL I	11
2. Psychoanalytische/tiefenpsychologische Theorien	11
2.1. Klassische Analyse	11
2.2. Multiplizität bei C.G. Jung	12
2.3. Assagioli und Ferrucci - Die Psychosynthese	13
2.4. Objektbeziehungsanalyse	15
2.5. Gestalttherapie	16
2.6. Transaktionsanalyse	19
2.7. Ego-State-Therapy	23
3. Ansätze aus der Traumatheorie und-therapie und deren Konsequenzen	26
4. Familientherapie	29
4.1. Wachstumsorientierte Familientherapie nach Satir	29
4.2. Systemische Therapie/Heidelberger Schule	31
TEIL II	34
5. Hypnotherapie und Multiplizitätskonzepte	34
6. Richard Schwartz und das Modell der IFS (Internal Family Systems)	36
6.1. Die Theorie der IFS	36
6.2. Behandlung mit den IFS	39
6.3. Stellenwert der IFS für die systemische Hypnotherapie	43
7. Friedemann Schulz v. Thun	44
Das Modell des inneren Teams	44
7.1. Theorie des Modells des inneren Teams	44
7.2. Beratung mittels des inneren Teams	47
7.3. Stellenwert des Modells des inneren Teams für die systemische Hypnotherapie	49
8. Das Reframing-Modell im NLP / Richard Bandler und John Grinder	50
8.1. Theorie des Reframing-Modells	50
8.2. Arbeit mit den Reframing-Modellen	52

# 1. Einleitung

## 1.1. Hinführung zum Thema

In der modernen Psychotherapie wird immer wieder mit Konzepten gearbeitet, die Bezug nehmen auf „Teile“, „Anteile“, „Persönlichkeitsanteile“, „Selbste (selves)“, „Aliens“, „innere Ratgeber“, „Teilpersönlichkeiten“ oder Instanzen mit ähnlichen Bezeichnungen.

Aber woher kommen eigentlich diese Bezeichnungen und die Konzepte, die dahinter stehen und was läßt sich mit ihnen anfangen? Gibt es ähnliche Betrachtungsweisen in verschiedenen psychotherapeutischen Modellen und wie hat sich die Vorstellung der Existenz von verschiedenen Teilpersönlichkeiten in einem Menschen entwickelt und in den psychotherapeutischen Ansätzen umgesetzt?

Im ersten Teil der Arbeit soll versucht werden, die verschiedenen Ideen des Menschen als „multiples Lebewesen“ darzustellen und diese Ideen in den unterschiedlichen psychotherapeutischen Ansätzen herauszuarbeiten. Dabei wird hier die Beschränkung auf psychotherapeutische Richtungen und Strömungen gewählt, wohl wissend, dass sich der Gedanke der Multiplizität des Menschen auch ebenso in der Philosophie, in der Literatur und in den Künsten umsetzt und seine Darstellung findet. Besonders die post-modernen philosophischen Konzepte haben sich dem multiplen Denken weiträumig geöffnet. Und sicherlich ist es so, dass sich alle diese Strömungen gegenseitig beeinflussen und untereinander befruchten, so dass Abgrenzungen in diesem Bereich schwer fallen und Verbindungen, die in jedem Gesellschafts- und Kultursystem bestehen, untersucht und in ihrer Bedeutung wahrgenommen werden müssten. Dies ist jedoch im Rahmen dieser Arbeit nicht zu leisten.

Die Wurzeln der neueren Konzepte von Multiplizität des menschlichen Geistes werden zuerst einmal in den traditionellen tiefenpsychologischen Strömungen nachgewiesen. Sodann wird der Blick auf die Traumatheorie/-therapie und die daraus entstandene „Traumabewegung“ gerichtet, die trotz ihrer Umstrittenheit einen Zugang zur Betrachtung multipler Phänomene geöffnet hat. Auch Strömungen der Familientherapie sowie die Hypnose und Hypnotherapie werden auf das Gedankengut der innerpsychischen Teile und - Persönlichkeiten hin untersucht.

Im zweiten Teil, dem umfassendsten Teil dieser Arbeit, wird ein besonderer Schwerpunkt auf neuere Konzepte der Multiplizität gelegt und zwar hier besonders im Hinblick auf Modellvorstellungen, wie sie in die moderne, systemisch orientierte Hypnotherapie eingegangen sind.

Unter diese Modelle fällt das IFS-Modell (*Internal Family Systems*) des Amerikaners Richard Schwartz, das Modell der *Self-Relations-Psychology* des Erickson Schülers Stephen Gilligan, die *Reframing*-Modelle, wie sie aus dem Neurolinguistischen Programmieren (NLP) von Richard Bandler und John Grinder hervorgegangen sind und schließlich das hypno-systemische Modell der *Konferenz mit der inneren Familie* von Gunther Schmidt. Alle diese Modelle ergänzen die neue Hypnose oder Hypnotherapie, wie sie von dem amerikanischen Psychiater Milton H. Erickson entwickelt und etabliert worden ist.

Als letztes Modell soll hier aus der neueren Kommunikationstheorie und -therapie das Modell *Das innere Team und situationsgerechte Kommunikation* von Friedemann Schulz v. Thun referiert werden. Obwohl letzteres ein Modell ohne einen explizit ausgewiesenen Zusammenhang zur Psycho- oder Hypnotherapie darstellt, bin ich hier der Meinung, dass gerade Strömungen der modernen Kommunikationstheorien wichtige Erkenntnisse und Bedingungen für die Arbeit mit hypno-kommunikativen Mitteln bereitstellen, so dass dieses Modell nicht ausgeklammert werden soll.

Im dritten Teil des Textes soll dann der Bezug zur praktischen Anwendung hergestellt werden. Es wird eine Arbeit, die das Konzept von Multiplizität in einer Psychotherapie einer Klientin mit der Diagnose einer *Anpassungsstörung mit verlängerter depressiver Reaktion* (F 43.21 des ICD 10<sup>1</sup>) illustriert. Das zweite Fallbeispiel nimmt Bezug auf die Relevanz des Multiplizitätskonzeptes bei der Behandlung schwererer Störungen<sup>2</sup>, hier einer Patientin mit der Diagnose einer *emotional instabilen Persönlichkeitsstörung vom Borderline Typ* (F 60.31). Zur Darstellung dieses Falles soll die Einbettung hypnotherapeutischen Gedankenguts in die traditionelle Behandlung von schweren Störungen nachgewiesen werden, wobei die Hypnotherapie des Borderlinesyndroms breiter vorgestellt werden wird.

Der vierte Teil schließlich stellt eine Studie vor, die an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Ballenstedt durchgeführt wurde. Inhalt war die Erfassung von Patientenzufriedenheit mit einem hypno-systemischen Ansatz, in welchen auch die in dieser Arbeit vorgestellten Konzepte von Multiplizität und Telearbeit eingegangen sind.

Die verschiedenen Begriffe wie „Teile“, „Anteile“, „Teilpersönlichkeiten“ usw. werden im Verlauf des Textes synonym gebraucht. In der von mir gesichteten Literatur herrscht dieser Gebrauch ebenfalls vor, es wäre allerdings noch einmal eine interessante Arbeit, den tatsächlichen Bedeu-

---

<sup>1</sup> Die "Internationale Klassifikation psychischer Störungen" ist das derzeit international gebräuchliche Klassifikationsinstrument psychischer und psychiatrischer Störungen.

<sup>2</sup> Schwerere Störungen sollen hier als Störungen auf Borderline-Niveau aufgefasst werden, d.h. also narzisstische bzw. Borderline-Persönlichkeitsstörungen, bestimmte Fälle einer posttraumatischen Belastungsstörung, multiple Persönlichkeitsstörung, bestimmte Fälle von Essstörungen sowie schizotype Störungen.

tungsgehalt der unterschiedlichen Begriffe für sich zu differenzieren und Bezüge zu den Hintergrundtheorien der verschiedenen psychotherapeutischen Ansätze und Ideenlehren herzustellen. Dies kann jedoch im Verlauf der vorliegenden Arbeit nicht geschehen.

## **1.2. Fragestellung, Ablauf und Besonderheiten des Themas**

Nicht erst die Psychotherapeuten waren es, welche die Erkenntnis hatten, dass im Menschen eben nicht nur eine, sondern mehrere „Seelen“ existieren. Betrachtet man die Dichtung der Romantik, so erscheint es eben ganz normal, dass der eine oder andere Liebende in seiner Seele ganz zerrissen war, und schließlich brachte es Goethe im *Faust* auf den Punkt, indem er von den Seelen sprach, die „ach in unserer Brust wohnen“.

Statt „Seelen“ wurde in der Folge dann auch von inneren „Stimmen“ gesprochen und schon näherte man sich an einen Bereich an, der einen deutlichen Bezug zur Klinik aufweist und einen Psychiater, einen ärztlichen oder psychologischen Psychotherapeuten an klassifikatorische Bezeichnungen wie *multiple Persönlichkeit* oder *paranoid-halluzinatorische Psychose* denken lässt.

Aber wie „normal“ ist es denn, wenn unterschiedliche Teile oder Teilpersönlichkeiten sich im eigenen Inneren zu Wort melden?

Nehmen wir an, eine Dame betrachtet bei einem Einkaufsbummel in einem Schaufenster ein Kleid. Ein durchaus normaler Ablauf einer Entscheidungsstrategie für oder gegen den Kauf dieses Kleides wäre der folgende: Sie entwickelt eine visuelle Halluzination, in der sie sich in ihrer Vorstellung bereits in diesem Kleid sieht, vielleicht mit einer neuen Frisur, oder noch einigen anderen kleineren Veränderungen ihres Erscheinungsbildes. Das alles gefällt ihr so gut, dass sie sich getrieben fühlt, hineinzugehen und das Kleid zu erwerben.

Aber nun meldet sich ein sparsamer innerer Anteil zu Wort, der ihr zuflüstert: „Mach' das nicht, Du könntest das Geld sparen!“. Ein anderer Teil flüstert ihr zu: „Nun kauf es schon, man gönnt sich ja sonst nichts!“ und zu seiner Unterstützung meldet sich noch ein dritter Teil, der ihr erzählt, dass die Nachbarin ja auch immer so chic daher kommt. Natürlich ist die Dame noch „normal“ und verdient keine der möglichen psychiatrischen Diagnosen.

Jedoch kann die Beschreibung dieses Vorgangs als Illustration der Tatsache gelten, dass jeder Mensch in jeder Situation von verschiedenen Anteilen geleitet wird und etwas wie eine innere Konferenz das jeweilige Tun begleitet. Und die verschiedenen Teile und ihre Stimmen werden schnell

aktiv und können eben sehr verschiedene Tendenzen im Inneren vertreten und zum Ausdruck bringen.

Wo jedoch innere „Stimmen“ oder „Anteile“ sich zu Wort melden und verschiedene Meinungen zum Ausdruck bringen, da kann es sinnvoll sein, dass es auch so etwas wie einen „Chef des Orchesters“ gibt, jemanden, dessen letztes Wort Ordnung in die unterschiedlichen Bestrebungen einbringt. Und auch diese Vorstellung finden wir vertreten, wenn wir uns mit Teilarbeit beschäftigen.

Dieses Wissen hat natürlich Eingang gefunden in die Theoriebildung und zum Teil auch in die Behandlungsmethodologie der verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren, die im folgenden untersucht werden sollen.