

M. Prior

Suggestion - Plädoyer für den Abschied von einem antiquierten Begriff.

Ich erinnere mich sehr gut daran, wie einmal im Freundeskreis von einer völlig von Flöhen in Besitz genommenen Ferienhausküche erzählt wurde. Überall seien diese kleinen Tierchen gekrabbelt, auf den weißen Küchenschränken, auf dem Geschirr, an der Brotmaschine, auf dem Fußboden, überall konnte man sie sehen diese schwarzen beißenden Insekten. Der Bericht gipfelte darin, dass man sich wegen des massenhaften Auftretens der Flöhe nicht mehr anders habe zu helfen wissen, als durch die nur einen Spalt geöffnete Küchentüre ein Insektizid zu sprühen und dann außerhalb des Hauses, die zahlreichen juckenden Flohbisse pflegend zu warten, bis das Gift seine Wirkung zeitigte. Am Ende des Berichtes kratzte sich ein Teil der Zuhörer an allen möglichen Hautpartien.

Der Erzähler dieser unter die Haut gehenden Flohgeschichte wäre zu Recht empört gewesen, wenn man ihm gesagt hätte, er habe die Suggestion gegeben, sich zu kratzen. Er wäre in seinem Alltagsverständnis von Suggestion davon ausgegangen, dass damit gemeint sei, er habe absichtlich jemanden dazu bringen wollen, etwas zu tun, was der andere vielleicht gar nicht wollte. Im englischen Sprachraum würde dieses Missverständnis nicht in dem Maße entstehen können: Im Muret-Sanders, einem Großwörterbuch der englischen und deutschen Sprache, wird der englische Begriff "suggestion" mit "1. Vorschlag, Anregung ... 2. Wink, Hinweis. 3. Anflug, Spur, Hauch, 'Idee', ... 4. Vermutung: a mere suggestion. 5. Erinnerung (**of** an *acc*). 6. Hervor-, Wachrufen. 7. Andeutung, Anspielung (**of** auf *acc*). 8. Eingebung, -flüsterung." und erst an letzter Stelle mit "9. *psych.* Suggestion, (hypnotische) Beeinflussung." übersetzt (Der kleine Muret-Sanders; Langenscheidts Großwörterbuch, Berlin 1989, S. 970). Vermutlich ist die als letzte aufgeführte Bedeutung von "suggestion" als "Suggestion, (hypnotische) Beeinflussung" erst durch die Übersetzung der Werke von Charcot und Bernheim ins Englische entstanden.

Anders als im Englischen gibt es in der deutschen Sprache den Begriff Suggestion fast nur im Zusammenhang mit Hypnose oder einer Verfassung, in der jemand nur eingeschränkte Möglichkeiten hat, sich gegen die mit dem Wort Suggestion ausgedrückte Macht über das Denken, Fühlen und Handeln zu wehren. Suggestion wird als eindringliche, einschränkende und natürliche Barrieren durchbrechende Kommunikationsform verstanden. Bezeichnend dafür ist auch der Begriff der "Suggestivfrage", den es im Englischen nicht in Verbindung mit "suggestion" gibt (Würde man das Wort Suggestivfrage mit "suggestive question" übersetzen, so würde es als anregende, vieldeutende, allenfalls noch schlüpfrige Frage verstanden werden).

Im deutschen Sprachraum hat der historisch so sehr mit der Entwicklung der klassischen Hypnose verknüpfte Gebrauch des Begriffes Suggestion nicht nur keinen Nutzen sondern weckt Assoziationen, die für Psychotherapie problematisch sind. Der Begriff Suggestion transportiert, ob man will oder nicht, ein aus dem letzten Jahrhundert stammendes Verständnis der (hypnose-)therapeutischen Beziehung und der (hypnose-)therapeutischen Wirkmechanismen: man denkt unwillkürlich an eine hierarchische, von Macht, Gehorsam und Unterordnung geprägte Beziehung. Der Therapeut suggeriert etwas und der Klient kann nicht anders als diesen Suggestionen mehr oder weniger willenlos Folge zu leisten. Der Therapeut gibt etwas (nämlich die Suggestionen) und der Klient nimmt sie auf und befolgt sie. Die therapeutische Kommunikation wird als eine Einbahnstraße gesehen, die linear vom

Therapeuten zum Klienten geht. Darüber hinaus unterstellt und impliziert der Begriff Suggestion, dass Veränderung durch einige wenige, entscheidende und gezielte Suggestionen bewirkt werde. Diesen Suggestionen folge der Klient durch die hypnotische Situation, die dadurch definiert sei, dass der Klient in Trance ist, der Therapeut das Wissen und die Macht habe, befehlsartige Sätze ("Suggestionen") zu sagen, die der Klient befolgen müsse und die gut für ihn seien. Durch Geben und Befolgen von Suggestionen würde die heilsame therapeutische Veränderung bewirkt. Unterstellt wird ein lineares, auf bestimmte Punkte im Klienten sich konzentrierendes Beeinflussungsgeschehen, das vom mächtigen Therapeuten in eine Richtung hin zum Suggestionen befolgenden Klienten geht. Das therapeutische Denken konzentriert sich dieser Prämisse folgend auf die Frage: Welches ist die "richtige" und therapeutisch wirkungsvollste Suggestion, die man im Laufe der Hypnose dem Patienten quasi wie ein Medikament verabreichen kann? Aber auch bei den in Suggestionenbegriffen denkenden Klienten besteht die Gefahr von problemaufrechterhaltenden Konzepten ("Wenn sich durch die Hypnose etwas geändert hat, dann kommt das nicht von mir sondern durch die Suggestionen des Therapeuten. Und wenn sich nichts geändert hat, dann waren die Suggestionen vielleicht nicht stark genug").

Zu Zeiten Charcots und Bernheims hatte der Begriff der Suggestion sicher seine Berechtigung in der Beschreibung dessen, was damals als Wirkmechanismus für heilsame hypnotische Phänomene angesehen wurde. Das Reagieren auf autoritäre Heilerpersönlichkeiten entsprach der damaligen Kultur. Heute kann ich auch nach dem Studium des letzten Hykog-Heftes, in dem Fragen der Hypnotherapie und Psychotherapie allerdings leider weitgehend ausgespart sind, keinen Nutzen in der Verwendung des obsolet gewordenen Begriffes der Suggestion im Rahmen der Hypnotherapie entdecken. In der einzigen im ganzen Heft formulierten Definition dessen, was unter Suggestion zu verstehen sei (der von Weitzenhoffer auf S. 79) lässt sich das Wort Suggestion besser ganz neutral als "Kommunikationsform" beschreiben - ohne den fatalen Bedeutungsballast aus dem vorigen Jahrhundert.

Unbestreitbar ist es oft ein sinnvolles Anliegen von Hypnotherapie, dass Klienten unwillkürlichen Zugang zu Lösungen und Ressourcen erfahren und ideodynamisch, also "wie automatisch" sich in der gewünschten Art und Weise fühlen oder sinnvolle Strategien anwenden. Dazu ist es aber wenig hilfreich, als Therapeut in dem engen und mit den oben angedeuteten problematischen Implikationen behafteten Begriff der Suggestion zu denken. Äußerst sensibel für verbale und nonverbale Kommunikationsformen, für Reaktionen des Klienten und die therapeutische Beziehung zu werden, kann hingegen nicht genug beachtet und trainiert werden. Denn - wie jeder Therapeut weiß - Klienten reagieren nicht nur auf das, was der Therapeut ihnen in Trance als "Suggestionen" mit auf den Weg geben möchte, sondern nehmen sich die Freiheit, auf alle Botschaften des Therapeuten zu reagieren - auch auf nonverbale und vom Therapeuten gar nicht gesendete sondern in ihn hineinprojizierte.

In Deutschland eliminiert - anders als in englischsprachigen Ländern - der Gebrauch des Begriffes Suggestion im Rahmen von Psychotherapie und Hypnotherapie nicht nur den interaktionellen Charakter von Psychotherapie. Er verstellt den Blick für das netzartige Veränderungsgeschehen in einer kooperativen Beziehung, in der der Therapeut offene, interpretationsbedürftige, vielfältige und vielschichtige Angebote macht und einlädt zu neuen Assoziationen, Sichtweisen und Erfahrungen. Veränderung im Rahmen von moderner Hypnotherapie und Psychotherapie kann man ansehen als das Ergebnis eines interaktionellen Konstruktionsprozesses von neuen Bedeutungen und Erfahrungen, als etwas auf eine sehr komplexe Art und Weise gemeinsam Gewebtes. Die historisch gewachsene Bedeutung des

deutschen Suggestionbegriffes ist nicht vereinbar mit einem kooperativen Veränderungsverständnis, das davon ausgeht, dass der Therapeut dem Klienten einen Rahmen schafft und Anregungen gibt für bedeutsame Erfahrungen, neue Sichtweisen und neue Ideen, an denen der Klient mitwirkt, aus denen er das für ihn Wichtige und Richtige auswählt und aus der Therapiesituation hinaus mit in sein Leben nimmt. In einem solchen Konzept von Hypnotherapie und Psychotherapie hat der deutsche Begriff der Suggestion als Beschreibungskategorie für therapeutische Kommunikation keinen Platz.

Manfred Priors Anmerkung zur Übersetzung des Begriffes „Suggestion“ in der deutschen Ausgabe der gesammelten Schriften von Milton H. Erickson.

Anders als im Englischen gibt es in der deutschen Sprache den Begriff "Suggestion" fast ausschließlich im Zusammenhang mit Hypnose oder einer Verfassung, in der jemand nur eingeschränkte Möglichkeiten hat, sich gegen die mit dem Wort "Suggestion" ausgedrückte Macht über das Denken, Fühlen und Handeln zu wehren. "Suggestion" wird im deutschen Sprachraum als eindringliche, natürliche Barrieren durchbrechende Kommunikationsform verstanden. Bezeichnend dafür ist auch der Begriff der "Suggestivfrage", den es im Englischen nicht in Verbindung mit "suggestion" gibt (Würde man das Wort Suggestivfrage mit "suggestive question" übersetzen, würde es als anregende, vieldeutige, allenfalls noch schlüpfrige Frage verstanden werden). Der deutsche Begriff "Suggestion" transportiert ein aus dem letzten Jahrhundert stammendes Verständnis der (hypnose-)therapeutischen Beziehung und der (hypnose-)therapeutischen Wirkmechanismen: man denkt unwillkürlich an eine hierarchische, von Macht, Gehorsam und Unterordnung geprägte Beziehung. Der Therapeut suggeriert etwas und der Klient kann nicht anders als diesen Suggestionen mehr oder weniger willenlos Folge zu leisten. Der Therapeut gibt etwas (nämlich die Suggestionen) und der Klient nimmt sie auf und kann nicht anders als sie zu befolgen.

Im englischen und amerikanischen Sprachraum steht das Wort "suggestion" hingegen für eine sehr zurückhaltende Kommunikationsform, die am ehesten mit "Vorschlag" oder "Anregung" übersetzt werden kann. Im Muret-Sanders, einem Großwörterbuch der englischen und deutschen Sprache, wird der englische Begriff "suggestion" mit "1. Vorschlag, Anregung ... 2. Wink, Hinweis. 3. Anflug, Spur, Hauch, 'Idee', ... 4. Vermutung: a mere suggestion. 5. Erinnerung (**of** an *acc*). 6. Hervor-, Wachrufen. 7. Andeutung, Anspielung (**of** auf *acc*). 8. Eingebung, -flüsterung." und erst an letzter Stelle mit "9. *psych.* Suggestion, (hypnotische) Beeinflussung." übersetzt (Der kleine Muret-Sanders; Langenscheidts Großwörterbuch, Berlin 1989, S. 970). Die Herausgeber haben sich entschieden, einer Übersetzungstradition zu folgen und für den englischen Begriff "suggestion" auch im Deutschen das leider viel "suggestiver" wirkende Wort "Suggestion" zu verwenden.

Aus: Ernest L. Rossi (Hrsg.): Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson Band II - Indirekte Suggestion und Hypnose Heidelberg 1996, S. 7 - 8