



## TRADITIONELLE HEILER UND HYPNOSYSTEMISCHE PSYCHOTHERAPEUTEN

**Martina Degonda Scheidegger & Paul Scheidegger**

Ein traditioneller Heiler und ein hypnosystemischer Psychotherapeut begegnen sich. „Guten Tag, Heiler, kannst du mir bitte einen Spirit zeigen?“ „Die kann man nicht sehen, jedoch ihre Wirkung in einer Verkörperung erleben. Aber du, Hypnosystemiker, kannst du mir bitte einen Ego-State zeigen?“ „Tut mir leid, die kann man nicht sehen, nur deren Wirkung in einer Verkörperung erleben.“ Darauf gehen beide Arm in Arm ein Bier trinken, begleitet von ihren Spirits und Ego-States.

Dies eine Kurzfassung unseres Themas - weitere Erklärungen folgen im nachfolgenden Text! Wir möchten darin erläutern, was unter einem traditionellen Heiler und einem hypnosystemischen Psychotherapeuten überhaupt verstanden wird - und bei letzterem auch

noch speziell auf die Arbeit mit Ego-States (Ich-Zustände oder Teilpersönlichkeiten) eingehen. Zum besseren Verständnis werden wir zwei Behandlungen mit einem ähnlichen Ausgangsbefund darstellen. Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der therapeutischen Arbeit und die Wichtigkeit transkultureller Therapien in Zeiten weltweiter Migration werden ein weiterer Schwerpunkt sein. Zum Schluss möchten wir uns Gedanken darüber machen, was Heilung generell bedeutet und wie umfassende Heilmethoden gestaltet werden könnten. Dies als etwas Zukunftsmusik, die hoffentlich immer mehr in der Gegenwart anklingt.

### **Traditionelle Medizin und Heiler**

Traditionelle Medizin ist holistisch; das Individuum wird in Beziehung zu anderen Menschen, zur Natur und zum Universum betrachtet. Krankheit wird als Ungleichgewicht - entstanden durch mangelnde Harmonie oder Verletzung universaler Gesetze - wahrgenommen, und nicht als Resultat physiologischer oder biologischer Störungen. Eine spirituelle Behandlung dient somit der Wiederherstellung der kosmischen Harmonie. Der spirituelle Heiler wird dabei zum Medium für die Geister, die als übermenschliche, transzendente Kräfte zu verstehen sind. Spirits bieten einen Erfahrungsschatz, der ambivalent ist und sowohl Hilfe, Lehre und Freundschaft, wie auch Macht, Kontrolle und Angst beinhalten kann. Es ist darum wesentlich, die Spirits mit dem Individuum in hilfreicher Weise zu verbinden (Turner 2004, Scheidegger & Degonda 2014). Um transzendente Ressourcen im Heilprozess zu aktivieren, nutzen die spirituellen Heiler Divination, wie auch veränderte Bewusstseinszustände im Sinne von Besessenheitstrance, Visionen im Wachbewusstsein oder visionäre Träume.

Wenn sich in einem Heilritual mit veränderten Bewusstseinszuständen der Heiler mit den Spirits verbindet, wird er zum Träger derselben (Scheidegger & Degonda 2014). Dadurch hat er Zugang zu einem erweiterten Wissen, das zum Verständnis der Krankheit und zur Heilung des Patienten genutzt wird. Da der Heiler in diesem

Zustand eine Amnesie aufweist, muss ein Assistent die Sitzung protokollieren. Die Heilgeister des spirituellen Heilers und die Geister des Patienten kommunizieren miteinander auf einer nicht rationalen Bewusstseinsstufe und suchen nach einer Einigung. Die Heilung in Trance ist primär von Verstehen, Begegnen und dem Suchen nach einer guten Lösung geprägt. Erst wenn letztere nicht möglich ist, wird eine machtvolle Vertreibung der Geister erwogen (Stöckigt 2011).

Der Fähigkeit des Heilers, sich mit dem Transzendenten zu verbinden, geht vielfach das eigene Überwinden einer (oft psychischen) Krankheit voraus. Zum Erkennen einer Heilgabe und der Anleitung im Umgang mit derselben bedarf es eines selbst eingeweihten spirituellen Heilers. Wer zum Heilen berufen ist, muss diesem Weg folgen, sonst wird er selbst krank. Scharfetter beschreibt den Weg des Eigeweihten als einsam, entbehrensreich und leidvoll (Scharfetter 1983).

### **Hypnosystemische Psychotherapeuten**

Hypnosystemische Therapie kann als ein psychotherapeutisches Modell verstanden werden, das Methoden ericksonscher Hypnotherapie in systemische Therapieansätze integriert. Beide Therapieansätze basieren auf einem sehr ähnlichen Verständnis davon, wie Veränderung im Klienten geschieht. Der von Gunther Schmidt (2005) entworfene Therapieansatz geht davon aus, dass das, was wir von der Welt wahrnehmen, eine ganz spezielle Auswahl aus all den uns angebotenen Möglichkeiten ist.

Diese Selektion ist aus der Perspektive der auswählenden Person sinnvoll, um in ihrem speziellen Lebenskontext zurechtzukommen. Unsere Handlungsmöglichkeiten in der äusseren Welt sind oft recht beschränkt, da wir äussere Begebenheiten nur bedingt beeinflussen können. Auf der Ebene der inneren Welt ist dagegen alles möglich. Somit wird in der hypnosystemischen Arbeit eine Person nicht allein in ihrem realen Umfeld betrachtet, sondern es werden auch deren in Symptomen und Konflikten verborgenen Ressourcen speziell ge-

würdigt. Ziel der Therapie ist die beengte Wahrnehmung durch Fokussierung auf eigene Ressourcen zu erweitern und dadurch gewünschte Veränderungen anzubahnen.

Der therapeutische Einsatz von Ego-States ist eine spezielle Möglichkeit hypnosystemisch zu arbeiten. Die Ego-State-Therapie hat allerdings schon wesentlich ältere Wurzeln. Sie wurde von John und Helen Watkins (Watkins & Watkins 2003) entwickelt und seither von mehreren Therapierichtungen adaptiert. Im Weiteren finden sich auch beim Psychodrama, der Gestalttherapie und in Familienaufstellungen ähnliche Methoden, wenn auch mit anderem theoretischen Hintergrund.

### **Ego-States**

*Jeder von uns ist mehrere, ist viele, ist ein Übermaß an Selbsten.*

*Deshalb ist, wer seine Umgebung verachtet,*

*nicht derselbe, der sich an ihr erfreut oder unter ihr leidet.*

*In der weitläufigen Kolonie unseres Seins*

*gibt es Leute von verschiedenster Art,*

*die auf unterschiedliche Weise denken und fühlen.*

*Fernando Pessoa 1932*

Wie der Name Ego-State sagt, bezeichnet man damit einen erworbenen Ich-Zustand oder eine Teilpersönlichkeit, die je nach Tätigkeit oder Befindlichkeit mit spezifischen Fähigkeiten aktiv ist. So kann als Beispiel ein Lehrer neben dem Unterrichtenden weitere Ego-States wie Liebhaber, Autolenker, Kletterer usw. haben – und sollte sie natürlich am richtigen Ort einsetzen. In der Regel leben wir locker mit diesem „Team“ und merken auch die Wechsel nicht. Bei Traumatisierungen können Ego-States jedoch verletzt, abgespalten und unterdrückt werden. Dann wirken sie sehr störend und müssen in der Psychotherapie wieder integriert werden.

“Jeder Ich-Zustand besitzt seine eigenen, relativ überdauernden Affekte, Körperempfindungen, Fantasien und Verhaltensweisen, und er hat seine eigenen Wünsche, Träume und Bedürfnisse.” (Frederick

2007, S. 19) Jeder Ich-Zustand hat eine Funktion in einem ganzheitlichen Sinn und erfüllt in einem System von Teilen eine konstruktive Aufgabe. Vereinfacht gesagt, kann jeder Teil als Helfer des Gesamtsystems betrachtet werden. Bei normaler Entwicklung sind die Ich-Zustände fast nahtlos verbunden und ihre Beziehungen untereinander sind relativ harmonisch. Neben bewussten Ich-Anteilen gibt es auch verborgene Ego-States, die uns gänzlich unbewusst sind. Diese können auch sehr belastende Erlebnisse beinhalten, die sich in gewissen Situationen immer wieder störend bemerkbar machen. Normalerweise besitzen die meisten Menschen fünf bis fünfzehn leicht aktivierbare States, die bei der Alltagsbewältigung hilfreich sind. Sie können leicht bewusst gemacht werden, sind relativ konfliktfrei und primär funktional. Daneben existieren noch etliche States, die wir in der Vergangenheit gebrauchten, die uns beim Nachdenken aber nicht bewusst sind - und solche, die wir nur wenig benutzten, die aber etwas ganz Wichtiges aus der Vergangenheit in sich tragen, z.B. auch ungelöste Traumaerfahrungen. Viele Ich-Zustände aus der Kindheit können mit Hypnose wieder aktiviert und bewusst gemacht werden.

Laut Peichl (2012) kann man als Ego-State-Therapeut mit zwei Kategorien von States arbeiten: Einerseits mit biografisch belegbaren Ego-States oder andererseits mit Funktionen und Qualitäten, die nicht an biografisch belegbare Ego-States gekoppelt sind. Ersteres wäre die Arbeit mit dem Ego-State eines traumatisierten Kindes, das Missbrauch erlebt hat; das Zweite die Arbeit in hypnotherapeutischer Trance, in der sich der Therapeut auf "die innere Stärke" oder "die innere Weisheit" als ein Ressourcen-Ego-State bezieht. Es ist gerade bei traumatisierten Menschen sehr heilsam ein inneres Kompetenzteam aufzubauen, das unterstützend wirkt und ressourcenorientiert "mitarbeitet".

### **Zwei Beispiele von Behandlungen**

Zwei kurze Falldarstellungen sollen das Vorgehen bei der traditionellen und der hypnosystemischen Methode veranschaulichen.

Der nachfolgenden Behandlung eines traditionellen afrikanischen Heilers, konnten wir als Zeugen beiwohnen. Die genauen Inhalte erfuhren wir erst im Nachhinein vom Assistenten des Heilers. Der apathisch wirkende Patient war von seinem jüngeren Bruder zur Behandlung gebracht worden. Seit längerer Zeit konnte er nicht mehr richtig schlafen, fuhr oft kurz nach dem Einschlafen mit einem Schrei auf, konnte sich aber an nichts Spezielles erinnern. Der Heiler hatte sich vor der Sitzung in seinem Behandlungslokal bereits vorbereitet und sich mit Räucherungen, Amuletten, sowie intensivem Rauchen von Tabak in einen Trancezustand versetzt. Offensichtlich war er von einem Spirit besetzt. Beim Eintreten des Patienten erhob er sich blitzschnell und blies diesem Rauch ins Gesicht.

Darauf setzte er sich wieder und schien den Patienten nicht weiter zu beachten. Aus einer Tasche holte er sein Diagnoseset hervor, einen Beutel voll kleiner Muscheln, die er mehrfach vor sich auswarf. Interessant war dabei die Reaktion des Patienten. Der anfänglich apathische Ausdruck wich mehr und mehr einem konzentriert-entrückten Ausdruck, wie man ihn bei einer Wachtrance sehen kann. Alle Äusserungen des Heilers, bzw. des Spirits, wurden vom Assistenten festgehalten, da Heiler nach der Behandlung jeweils eine Amnesie haben.

Die Sitzung endete unspektakulär, indem der Heiler aus seinem Trancezustand zurückkehrte und der Assistent dem Patienten mitteilte, was er zu tun hatte. Dieser, ältester Sohn der Familie, war offenbar in eine Stadt gezogen und hatte sich seither nicht mehr um seine Familie und die Ahnen gekümmert - bis ihn die Schlafstörungen erreichten und ihn sein Bruder zurückholen musste. Der Heiler/Spirit hatte ihm jetzt aufgetragen, eine Woche lang jeden Tag einen ihm lieben Gegenstand am Familienalter zu opfern. Sein Bruder musste es überwachen.

Das folgende Beispiel stammt aus unserer Praxis: Ein verheirateter Mann meldete sich auf Drängen seiner Frau bei uns, da er seit Wochen kaum mehr schlafen konnte. Bei der Anamnese berichtete er,

dass sein Onkel und Pate, mit welchem er viele gute Zeiten verbracht hatte, seine Familie besuchen wollte und auf der Hinfahrt bei einem Autounfall ums Leben gekommen sei. Seitdem machte er sich ständig Vorwürfe, dass er ihn eingeladen hatte – sonst würde er noch leben. In seiner Familie konnte er mit niemandem über den Todesfall reden, da das Thema Onkel dort tabu war. Der Therapeut fragte ihn nun unvermittelt, ob er (der Therapeut) mit seinem Onkel reden dürfe. Diese überraschende Frage versetzte den Mann spontan in einen Trancezustand. Der Therapeut bat den Mann, nur zuzuhören.

Er sprach nun den Onkel (in Form seines Egostates) an und fragte ihn, ob er mit ihm reden könne und sein Neffe zuhören dürfe. Der Onkel war einverstanden. Auf die Frage nach der Einladung antwortete er, dass es sein Wunsch gewesen sei, die Familie zu besuchen. Er sei traurig, dass die Familie jetzt nichts mehr von ihm wissen wolle. Nachdem der Therapeut den Onkel-Egostate verabschiedet hatte, bat er den Mann aus der Trance zurückzukommen. Dieser konnte sich an die Aussagen erinnern, und es war ihm erstmals möglich, seine Trauer zuzulassen. Zuhause stellte er ein Bild des Verstorbenen auf. Nach anfänglichem Widerstand der Ehefrau – sie hatte befürchtet, er könnte durch seine zwanghafte Beschäftigung mit dem Onkel die Familie zerstören - war es dann auch möglich, mit allen darüber zu reden. Seine Schlafstörungen verschwanden nach kurzer Zeit.

### **Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Hypnotherapeuten und traditionellen Heilern**

Beide, Traditionelle Heiler und Hypnosystemische Psychotherapeuten haben als vorrangiges Ziel, kranken Menschen zur Heilung zu verhelfen. Wir sagen absichtlich nicht „zu heilen“, denn jede Heilung ist letztlich eine Selbstheilung. Das Wort Heilung stammt von heil - unversehrt, ganz - ab. Heilung bedeutet somit im Grunde Ganzwerdung. Dazu passt das Wort Therapeut sehr gut, stammt es doch vom griechischen Wort Therapeutos ab, was einen Weggefähr-

ten bezeichnet. Traditionelle Heiler und Hypnosystemische Psychotherapeuten sind Weggefährten zur Ganzwerdung oder Gesundung. Beide Ansätze sind systemisch orientiert, d.h. der ganze therapeutische Prozess findet real oder auf der Vorstellungsebene in einem grösseren System oder Verband statt. Traditionelle Heiler beziehen vielfach ganze Familien oder Clans in die Behandlung ein. Bei uns ist dies oft nicht möglich oder in Einzeltherapien auch nicht gewünscht.

Gemeinsam ist Hypnotherapeuten und traditionellen Heilern das Nutzen von veränderten Bewusstseinszuständen. Beide Heilverfahren setzen Trance ein. Bei Hypnotherapeuten wird primär der Patient in Trance versetzt. Die traditionellen Heiler gehen dagegen selbst in Trance und induzieren dabei auch einen Trancezustand beim Klienten. Bei beiden Verfahren ist die Erwartung des Patienten an eine wirkungsvolle Behandlung besonders gross, da veränderten Bewusstseinszuständen auch eine magische Wirkung zugeschrieben wird. Menschen erwarten eine Heilung und dies löst zentrale Heilfaktoren wie Glaube, Hoffnung und Ermutigung aus. Letztlich heilt sich der Patient jedoch immer selbst; dazu sind diese Elemente allerdings unabdingbar.

Systemische Hypnotherapeuten, die mit Ego-states arbeiten und traditionelle Heiler gehen von einem Polypsychismus der menschlichen Persönlichkeit aus: Die einen erklären diese Multiplizität mit verschiedenen Ego-States, die anderen mit einer Vielfalt von spirituellen Wesen, die bei einem Menschen wirken. Auch in unserer christlichen Kultur finden sich Beispiele dafür; so kann eine Seele sowohl vom Teufel besetzt, aber auch vom Heiligen Geist oder von Engeln erfüllt sein.

Interessanterweise deckt sich der Polypsychismus mit neusten Forschungsergebnissen. So sagte der führende Neurowissenschaftler David Eagleman unter dem Titel "Das Ich ist ein Märchen" gegenüber dem Spiegel: "Sie müssen sich das Gehirn als ein Team von rivalisierenden Gegenspielern vorstellen. Es besteht aus konkurrierenden, parallelen Untersystemen. Wegen dieser wider-

streitenden Vielheiten trägt das Gehirn ständig innere Konflikte aus." (Eagleman 2012). Auf die Frage wer lenkt oder den Vorsitz hat antwortete Eagleman: "Es gibt keinen Vorsitzenden ... Hinter dem Ich gibt es ein Wir. So können wir uns über uns selbst ärgern, uns selbst Vorwürfe machen. Und die erstaunliche Folge ist, dass wir mit uns selbst in Verhandlungen treten können. Da es sich um einen Wettstreit unterschiedlicher Neuronen handelt haben wir einen gewissen Einfluss auf den Ausgang. Mehr nicht."

Wie bereits oben beschrieben liegt der traditionellen Therapie und Medizin ein holistisches und damit spirituelles Weltbild zugrunde. Dies steht im Gegensatz zur westlichen, auf dem Individuum basierenden Medizinverständnis. Dies zeigt sich besonders deutlich bei der „Berufswahl“. Während bei einem traditionellen Heiler eine spezielle Berufung normalerweise als Voraussetzung für seine Tätigkeit angesehen wird, hängt eine Therapieausbildung im Westen nicht davon ab.

Bedeutende Unterschiede finden sich auch in den therapeutischen Zielen, die stark von der jeweiligen Weltanschauung abhängen. So unterscheiden sich unsere westlichen therapeutischen Wertvorstellungen stark von denjenigen anders sozialisierter Menschen (Yilmaz 2006). Während unsere psychotherapeutische Ansätze auf Individuation, Selbständigkeit und Selbstverwirklichung basieren, sind in vielen anderen Kulturen Selbstkontrolle, Loyalität und Erfüllung der zugeteilten sozialen Rolle grundlegende Werte.

Während in früheren Zeiten die meisten Menschen in ihrem Kulturkreis blieben, fanden sie in diesem auch Heiler, Ärzte, Therapeuten oder Seelsorger, die ihre Weltanschauung teilten und von denen sie sich verstanden fühlten. In der heutigen Zeit ist dies aber immer weniger der Fall. Nach neuem UNO-Bericht von 2013 migrierten 232 Millionen Menschen weltweit - dies entspricht rund drei Prozent der Weltbevölkerung! Somit wird transkulturelles Denken und Handeln immer bedeutsamer. Aus dieser Erkenntnis hat sich in den letzten Jahren auch ein neuer Behandlungsansatz, die transkulturelle Therapie, entwickelt, auf die im nächsten Kapitel eingegangen wird.

### **Transkulturelle Psychotherapie**

Krankheiten sind immer auch Konstrukte der jeweiligen Kultur. Diese definiert, was normal und was abweichend - oder anders gesagt, was gesund und was krank ist (Richter & Richter 2007). Wie die Krankheitskonzepte, sind auch die Heilungskonzepte in einen soziokulturellen Kontext mit entsprechenden Wertvorstellungen eingebunden. Unterscheiden sich letztere markant von unseren Werten, kann dies starke Auswirkungen auf den Gesundungsprozess haben. So führt die Negierung von Loyalität und der Erfüllung sozialer Erwartungen bei Migranten oft zu Scham- und Schuldgefühlen – und in einigen Fällen sogar zum Ausschluss aus der Familie oder Gruppe. Aufgrund der sozial- und familienorientierten Lebensweise von Patienten aus nicht westlichen Gesellschaften sind Familienangehörige zentral und somit die systemische Frage "Ohne wen läuft nichts?" sehr wichtig. So ist für ein Gelingen der Therapie die Erfassung der hierarchischen Struktur in der Familie und der gewohnten Problemlösestrategien besonders bedeutsam. Jede Kultur bringt eigene Bewältigungsstrategien mit und bietet Werte und Weisheiten, die für den therapeutischen Prozess sehr hilfreich sein können. Zudem sind normalerweise in jedem System Personen zu finden, die Flexibilität, Weisheit oder Kompromissbereitschaft verkörpern. Das Miteinbeziehen solcher Personen ermöglicht es, Loyalitätskonflikte und Krisen besser zu bewältigen.

Der gleiche Respekt gilt traditionellen Therapien. Diese sind wirksame Methoden und Techniken, die den Menschen dieses Kulturkreises zur Heilung helfen. In vielen Kulturen gehören Spirits/ Geister zum Alltag und haben wichtige soziale Funktionen - in unserer Gesellschaft dagegen wird bei der Erwähnung von Geistern oder dem Gefühl von fremden Wesen beeinflusst zu werden sehr schnell an eine Psychose gedacht. So werden viele Menschen aus anderen Kulturen fälschlicherweise als psychotisch/schizophren diagnostiziert und dementsprechend falsch medikamentös behandelt - mit schlimmen Folgen! Dagegen könnte es hilfreich sein, diese

Menschen als Experten für kulturspezifische Heilmethoden ihrer Erkrankungen, und nicht einfach als hilfeschekende Bittsteller im westlichen biomedizinisch orientierten System zu sehen (Oestereich 2001, Nathan 2006). Ein transkultureller/ ethnopsychiatrischer Behandlungsansatz ist entscheidend, um zu einer Entpathologisierung beizutragen (Wohlfart et al. 2006) und nach Peters (2012) ist Ethnomedizin auch darum so wichtig, weil sie ihrem Grundverständnis nach nicht dem naturwissenschaftlichen Krankheitsbild verpflichtet ist. Alle Kulturen vermitteln den jeweils darin lebenden Menschen eine Grundlage für ihr Handeln, Denken und Fühlen. Individuen können nur dann verstanden werden, wenn die Kontexte, in denen sie leben oder gelebt haben, ihre Beziehungen und vor allem auch ihre kulturellen, sinnstiftenden Deutungsmuster erkannt werden (Krause 2001).

### **Universelle Wirkfaktoren aller Therapieformen**

Nach Torrey (1986) und Stöckigt (2011) sind vier Faktoren für die Effizienz von traditionellen Heilern, wie auch von Psychotherapeuten universell bedeutsam:

1. Eine ähnliche Weltanschauung von Klient und Therapeut
2. die professionellen Fähigkeiten des Behandelnden
3. eine positive Erwartenshaltung des Klienten
4. die aus dem Prozess entstehenden Bewältigungsstrategien

Nach Machleidt (2003) gibt es in der Therapie noch vier weitere, kulturübergreifende Wirkfaktoren, die erfolgreiche Heiler und Psychotherapeuten erfüllen:

1. Aktivierung heilfördernder Ressourcen
2. Entwicklung von Problembewältigungsstrategien
3. Aktualisierung von konfliktreichen Gefühlen und Erkenntnissen
4. Analyse der emotionalen Dynamik im biografischen Kontext

Dabei ist zu beachten, dass die Inhalte oft stark variieren, wie z.B.

Weltbild, Krankheitsursache, affektives Verhalten etc. Laut Machleidt finden aber auch in schamanischen Heilritualen Problemaktualisierungen und Motivklärungen statt (Punkt 3+4). Erstere werden vor allem in den expressiven und emotionalen Heilritualen evoziert, während letztere im gesamten Heilprozess integriert sind. So werden sowohl Krankheiten, wie auch die Besessenheit von Geistern in einem biografischen Kontext betrachtet.

Eine weitere wichtige Ergänzung universeller Heilfaktoren vermittelt der Hypnotherapeut Gary Schmid (2010) in seinem Buch "Selbstheilung durch Vorstellungskraft":

1. Gesundheitsmythos: Eine klare Geschichte der Erreichbarkeit und Aufrechterhaltung von Gesundheit (Glaube, heilsame Orte, Schutzengel, Krafttier etc.)
2. Heilsame Massnahmen oder Rituale: Vorbehaltlose Akzeptanz der zur Genesung eingesetzten Elemente (Autorität, Objekte, Ort, Medikament)
3. Heilungsbeginn: Eine bewusste Vorstellung, dass der Gesundungsprozess vor sich geht, die heilsamen Massnahmen wirken
4. Umfassende Entspannung und freudige Erwartung, die durch den Heilungsbeginn ausgelöst wurde
5. Genesungsprozess: Unerschütterlicher Glaube an den Heilungsprozess in dieser oder einer metaphysischen Welt (z.B. durch Gott, Spirits)
6. Läuterungsprozess: Sieg über die Krankheit und subjektive Sicherheit, was dabei gewirkt hat. Bestätigung der Heilung durch Dritte

Zusammengefasst kann man dies so formulieren: Patienten, die an

ihre Heilung glauben entwickeln eine Selbstheilungskraft und fördern damit ihre Heilung.

### **Diskussion und Ausblick**

Eine gute Zusammenarbeit von traditionellen Heilern und westlichen Therapeuten ist sinnvoll und sollte gefördert werden. Die Auseinandersetzung mit anderen Heilsystemen kann den eigenen kulturellen Horizont erweitern. Jeder kann vom anderen lernen und sehen, dass die eigenen Heilmethoden und -praktiken nur eine Form eines grossen Spektrums von Behandlungsmöglichkeiten darstellen. Dies schafft Raum für neue Erkenntnisse, eine verbesserte Zusammenarbeit und eine Erweiterung des therapeutischen Spektrums. Ein umfassenderes Verständnis und eine Würdigung traditioneller Weltbilder und Heilmethoden dient ebenfalls zu einer besseren Versorgung psychisch kranker Migranten (Machleidt, Calliess 2004). Trotz der Wichtigkeit transkultureller Ansätze in Zeiten grosser Migrationsströme, möchten wir doch folgendes festhalten: Am meisten Heilerfolg hat ein Therapeut in seiner eigenen Kultur, bei Menschen mit dem gleichen Wertsystem und derselben Sprache. Dies zeigt sich auch klar bei sämtlichen Untersuchungen zu universellen Wirkfaktoren von Therapien.

Früher ist der Austausch zwischen westlichen Therapeuten (vielfach Ärzten) und Heilern anderer Kulturen oft sehr einseitig verlaufen. Wir brachten den „unterentwickelten“ Kulturen unsere westlichen Segnungen und verkannten die Leistungen derer Gesundheitssysteme. Dabei können auch wir viel lernen! Das grosse Interesse an Heilverfahren aus anderen Kulturen deutet auch auf eine Unzufriedenheit mit unserem System hin. Vielen Menschen fehlen in unserer naturwissenschaftlich geprägten Medizin spirituelle Erfahrungen und ganzheitliche Heilverfahren. Diese finden sich bei traditionellen Heilern und Schamanen. Auch wenn die Verfahren kulturell bedingt nicht 1:1 übernommen werden können, enthalten sie vieles, was wir bei unseren rationalen Heilmethoden vermissen: Die Verbindung zu etwas Grösserem, sinnstiftende Rituale und eine ganz-

heitliche Sicht auf unser gesamtes Sein.

Die Heilung mit veränderten Wachbewusstseinszuständen ist weltweit sehr verbreitet, in der westlichen Schulmedizin aber - ausser in der Hypnotherapie oder transpersonalen Therapieansätzen (Grof 2008) - kaum vertreten. Andere Heilsformen werden von der heutigen naturwissenschaftlich geprägten Medizin oft ausgegrenzt, da sie nach deren Vorstellung nicht nachvollziehbar sind. Es ist darum eine Aufgabe unserer Zeit, die Erkenntnisse der Naturwissenschaft mit den Kenntnissen und Erfahrungen aus traditionellem Wissen zu ergänzen. Die heutige Naturwissenschaft sieht alles nur durch das empirische Auge, und was dieses nicht sehen kann, existiert nicht. Laut Wilber kam niemand auf die Idee, dass dieses Auge "das, was es nicht sehen kann, eben einfach nicht sehen kann." (Wilber 1987, S. 250). Traditionelle Heiler und Hypnosystemische Psychotherapeuten sind Weggefährten zur Ganzwerdung oder Gesundheit. In der modernen Medizin wird dies leider oft verkannt. Insbesondere die Pharmaindustrie sieht sich gern als Heilsbringerin für jegliche Art von Störung. Dabei können Medikamente sehr wohl hilfreich sein, aber sie heilen Krankheiten genauso wenig wie Ärzte, Psychotherapeuten oder Heiler. Letztlich ist jede Heilung eine Selbstheilung, die von kompetenten Weggefährten unterstützt und begleitet werden kann – mehr nicht.

### **Zusammenfassung**

Menschen zur Heilung zu verhelfen ist das gemeinsame Ziel beider Behandlungsansätze. So sind die Verwendung von veränderten Bewusstseinszuständen und viele Techniken gleichartig. Verschieden sind vor allem die zugrunde liegenden Weltbilder: Die traditionelle Medizin ist vorwiegend holistisch, d.h., das Individuum wird in Beziehung zu anderen Menschen, zur Natur und zum Universum betrachtet; Krankheit wird als ein Ungleichgewicht wahrgenommen. In der westlichen Medizin wird Krankheit als Resultat biologischer oder psychologischer Störungen aufgefasst. Schwierigkeiten entstehen, wenn Menschen aus traditionellen Kulturen auf unser Heils-

system treffen, in dem sie sich kaum verstanden fühlen. Ein hypnosystemischer Zugang – insbesondere der Ego-State Ansatz - mit interkulturellem Verständnis kann hier hilfreich sein und Tore öffnen.

### **Stichworte**

Veränderte Bewusstseinszustände/ Hypnosystemische Psychotherapie/ Ego-States/ Traditionelle Methoden/ Holistische Medizin/ Westliche Medizin/ Transkulturelle Therapie/ Heilung

### **Abstract**

The common goal of both treatment approaches is supporting people in their curing process. Thus, the use of altered states of consciousness and many techniques are similar. Differences exist mainly in the underlying worldviews: Traditional medicine is mainly holistic, ie, the individual is considered in relation to other people, nature and the universe; disease is perceived as an imbalance. In Western medicine, disease is seen as a result of biological or psychological disorders. Difficulties arise when people from traditional cultures meet our healing system in which they feel poorly understood. A hypnosystemic access - especially the ego-state approach - and intercultural understanding can be helpful and open gates.

### **Keywords**

Altered States of Consciousness / hypnosystemic Psychotherapy / Ego-States / Traditional methods / Holistic medicine / Western medicine / Transcultural therapy / healing

### **Literatur**

Eagleman D (2012) Das Ich ist ein Märchen. Der Spiegel Nr. 7 vom 13.2.2012, S.113  
Frederick C (2007) Ausgewählte Themen der Ego State Therapie. In: Hypnose Band 2(1+2), Okt., S.5-100  
Grof S (2008) Impossible. Wenn Unglaubliches passiert. Das Abenteuer aussergewöhnlicher Bewusstseinsereignisse. Kösel Verlag,

München

- Krause I-B (2001) Anthropologische Modelle für die multikulturelle psychiatrische Arbeit. In: Hegemann, Salman. Transkulturelle Psychiatrie. Konzepte für die Arbeit mit Menschen aus anderen Kulturen. Psychiatrie-Verlag, Bonn; S.89-100
- Machleidt W (2003) Cultural Psychotherapy - are there Common Factors? In: Psychiatria et Neurologia Japonica. Annus 105, Numerus 5; S.561-566
- Machleidt W, Calliess IT (2004). Psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung von Migranten und transkultureller Psychiatrie. In: Berger (Hrsg). Psychische Erkrankungen - Klinik und Therapie. Urban & Fischer, München
- Nathan T (2006) Die Ethnopsychiatrie, eine Psychotherapie für das 21. Jahrhundert. In: Wohlfahrt, Zumseil (Hrsg). Transkulturelle Psychiatrie - Interkulturelle Psychotherapie. Interdisziplinäre Theorie und Praxis. Springer, Heidelberg; S. 114-126
- Oestereich C (2001) Interkulturelle Psychotherapie in der Psychiatrie. Eine professionelle Herausforderung. In: Hegemann, Salman. Transkulturelle Psychiatrie. Konzepte für die Arbeit mit Menschen aus anderen Kulturen. Psychiatrie-Verlag, Bonn; S. 152-165
- Peichl J (2012) Hypnoanalytische Teilarbeit. Ego-State-Therapie mit inneren Selbstanteilen. Klett-Cotta, Stuttgart
- Pessoa F (1932) Das Buch der Unruhe. Fischer Taschenbuch, Frankfurt a. M. 2006
- Peters U (2010) Ethnomedizin - an der Grenze zwischen Ethnologie und Medizin oder übergreifend? In: Curare Vol. 35(2012) 1+2 Doppelheft; S. 9-16
- Richter K, Richter K (2007) Probleme der Integration von schamanischen Heilkulturen in die westliche Psychotherapie. In: Curare Vol. 30(2007); S. 49-58
- Scharfetter C (1983) Der Schamane - Das Urbild des Therapeuten. In: Praxis der Psychotherapie und Psychosomatik (28): S. 81-89
- Scharfetter C (1995) Welten des Bewusstseins und ihre Kartographien. In Curare 18 (1): S. 161-171

- Scheidegger P, Degonda M (2008) Connecting: Die therapeutische Arbeit von traditionellen Heilern in Uganda. In: CH-Hypnose, 2008; 18(2): S. 20-21
- Scheidegger P , Degonda M (2014) Die therapeutische Arbeit von traditionellen Heilern in Uganda. In: Herrera Krebber C (Hrsg). Weisheit des Heilens. Von der Ethnomedizin zur Ganzheitsmedizin. Bod, Norderstedt; S. 213-236
- Schmid GB (2010) Selbstheilung durch Vorstellungskraft. Springer, Wien/New York
- Schmidt G (2005) Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung. Carl-Auer-Verlag, Heidelberg
- Stöckigt B (2011) Begeisterte Welten. Traditionelle Psychosen in Ostafrika. Peter Lang, Frankfurt a. M.
- Torrey EF (1986) Witch Doctors and Psychiatrists. Harper and Row, San Francisco.
- Turner E (2004) Shamanism: An encyclopedia of world beliefs, practices and culture. In: Walter et al (Hrsg). Overview Africa. ABC-Clio, Oxford; S. 885-889
- Watkins JG, Watkins HH (2003) Ego-States. Theorie und Therapie. Carl- Auer-Verlag, Heidelberg
- Wilber K (1987) Auge in Auge: Wissenschaft und Transpersonale Psychologie. In: Walsh, Vaughan (Hrsg). Psychologie in der Wende. Scherz, Bern/München/Wien
- Wohlfahrt et al (2006) Transkulturelles Denken und transkulturelle Praxis in der Psychiatrie und Psychotherapie. In: Wohlfahrt, Zumseil (Hrsg). Transkulturelle Psychiatrie - Interkulturelle Psychotherapie. Interdisziplinäre Theorie und Praxis. Springer, Heidelberg; S. 144-166
- UN-Studie: Migration weltweit so hoch wie noch nie zuvor. In: [www.unric.org/de/uno-schlagzeilen](http://www.unric.org/de/uno-schlagzeilen)
- Yilmaz TA (2006) Grundlagen der kultursensitiven Krisenintervention. In: Wohlfahrt, Zumseil (Hrsg). Transkulturelle Psychiatrie - Interkulturelle Psychotherapie. Interdisziplinäre Theorie und Praxis. Springer, Heidelberg; S. 280-284

## Autoren



DR. PHIL. MARTINA  
DEGONDA SCHEIDEGGER  
Nachdem Studium der Psychologie und Geschichte absolvierte Martina Degonda Ausbildungen in Gestalttherapie, lösungsorientierter Therapie und klinischer Hypnose. Mehrere Jahre arbeitete sie als Forschungsassistentin in der Psychiatrischen Universitäts-

kl. in Zürich und publizierte u.a. auch für den Nationalfonds. Seit 20 Jahren führt sie zusammen mit ihrem Mann Paul Scheidegger eine psychotherapeutische Praxis in Brugg. Frühe Erfahrungen in der Arztpraxis des Grossvaters führten zu einem grossen Interesse an Heilverfahren. Sie beschäftigte sich auch schon in der Jugendzeit mit spirituellen Wegen, Weisheitslehren und Divinationen, was später zu Kontakten mit Heilern und spirituellen Lehrern verschiedener Kulturen führte. Der heutige Fokus der gemeinsamen Forschungstätigkeit mit ihrem Mann liegt auf übergeordneten, globalen Heilungsprinzipien.



DR. PHIL.  
PAUL SCHEIDEGGER  
Nachdem Studium der Psychologie und Ethnologie absolvierte Paul Scheidegger Ausbildungen in Daseinsanalyse, Psychodrama, klinischer Hypnose und Cranio-sacral-Therapie. Viele Jahre arbeitete er als Oberassistent der Forschung in der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und

gleichzeitig als Psychotherapeut in verschiedenen Institutionen. Seit 20 Jahren führt er zusammen mit seiner Frau Martina Degonda eine psychotherapeutische Praxis in Brugg. Familiär bedingt interessiert er sich schon früh für traditionelle Heilverfahren und Schamanismus. Dies hat schliesslich zu Kontakten mit Heilern und spirituellen Lehrern verschiedener Kulturen geführt. Der heutige Fokus der gemeinsamen Forschungstätigkeit mit seiner Frau liegt auf übergeordneten, globalen Heilungsprinzipien.