

**Information zum Themenbereich**  
**„Formen der (therapeutischen) Hypnose“**

Grundsätzlich ist zwischen der „**therapeutischen Hypnose**“, der Hypnose zu therapeutischen Zwecken, und der „**Showhypnose**“, wie sie etwa in diversen Unterhaltungsvorführungen gezeigt wird, zu unterscheiden.

Die „**therapeutische Hypnose**“ unterteilt sich wiederum in verschiedene Formen, nämlich in die der „**Hypnosepsychotherapie**“, der „**Hypnotherapie**“ und der „**Hypnose**“.

## **1. Hypnosepsychotherapie**

### **1.1. Begriffserklärung**

Hypnosepsychotherapie ist ein tiefenpsychologisches Psychotherapieverfahren, in dem die Trancefähigkeit des Menschen zu Heilungszwecken genutzt wird.

### **1.2. Psychotherapeutenvorbehalt**

Bei der Hypnosepsychotherapie handelt es sich um eine in Österreich wissenschaftlich anerkannte psychotherapeutische Methode, die Psychotherapeutinnen (Psychotherapeuten) vorbehalten ist.

Gemäß § 13 Abs. 1 und 2 Psychotherapiegesetz, BGBl. Nr. 361/1990, handelt es sich bei den Berufsbezeichnungen „Psychotherapeutin“ und „Psychotherapeut“ um geschützte Berufsbezeichnungen. Als „Psychotherapeutin“ oder „Psychotherapeut“

darf sich nur bezeichnen, wer in die vom Bundesminister für Gesundheit geführte Psychotherapeutenliste eingetragen worden ist.

Dieser Grundsatz wird zusätzlich durch § 13 Abs. 3 Psychotherapiegesetz abgesichert, wonach jede Bezeichnung, die geeignet ist, die Berechtigung zur selbständigen Ausübung der Psychotherapie vorzutäuschen, untersagt ist. Dies gilt somit für alle Bezeichnungen, die zur Verwechslung mit den oben genannten Berufsbezeichnungen geeignet sind.

Diese Bestimmung dient im Interesse der Patientinnen (Patienten) einer sachgerechten Information und der Vermeidung irreführender oder nicht überprüfbarer Aussagen.

Vor Verwechslung sind auch jene Bezeichnungen zu schützen, die als Zusatzbezeichnungen gemäß § 13 Abs. 2 Psychotherapiegesetz von Psychotherapeutinnen (Psychotherapeuten) unter Hinweis auf ihre methodenspezifische Ausrichtung als wissenschaftlich anerkannte Psychotherapiemethoden geführt werden, worunter auch die Methode der „**Hypnosepsychotherapie**“ fällt.

Daraus folgt, dass im Kontext des Verbots von § 13 Abs. 3 Psychotherapiegesetz eine Bezeichnung wie „Hypnotiseur“ oder „Hypnosetrainer für Gesundheitsvorsorge“ geeignet ist, die Berechtigung zur selbständigen Ausübung der Psychotherapie vorzutäuschen und damit zur Berufsbezeichnung „Psychotherapeutin“ bzw. „Psychotherapeut“ in Verbindung mit der Zusatzbezeichnung „Hypnosepsychotherapie“ verwechslungsfähig ist.

Jede Verwendung dieser Wörter, die im sachlichen Kontext darauf schließen lassen, dass irgendeine Form von Behandlung von einer nicht ärztlich, klinisch-psychologisch oder psychotherapeutisch ausgebildeten Person angeboten wird, ist unzulässig und kann bei Verstoß verwaltungsstrafrechtliche Folgen nach sich ziehen.

### **1.3. Ablauf und Inhalt der Hypnosepsychotherapie**

Im Bereich der Psychotherapie zählt die wissenschaftlich-psychotherapeutische Methode der Hypnosepsychotherapie zu den sogenannten suggestiven Verfahren und Methoden der Trancearbeit.

Zentrales Konzept der auch auf tiefenpsychologische Grundlagen zurückgehenden Hypnosepsychotherapie ist die Annahme, dass der veränderte Bewusstseinszustand einen erleichterten Zugang zu unbewussten und primärprozesshaften Vorgängen schafft.

Gemäß neueren Erkenntnissen insbesondere von Milton Erickson wird das Unbewusste nicht nur als konflikthafter Bereich angesehen, sondern auch als Quelle von Ressourcen und Fähigkeiten, die in der Therapie erschlossen werden können. Auf der Basis einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung leitet die Hypnosepsychotherapeutin (der Hypnosepsychotherapeut), in verantwortungsvoller Anwendung von Suggestionen geschult, die Patientin (den Patienten) zu Erfahrung von hypnotischen Trancezuständen an, die eine positive Wirkung auf Körper und Psyche entfalten.

In der Hypnosepsychotherapie können bislang unbewusste Konflikte, Kindheitsereignisse und Traumata aufgespürt und bewältigt werden. Es kann aber auch direkt an aktuellen Problemen angesetzt und Lösungen erarbeitet werden.

Hypnotische Trance in verschiedenen Tiefengraden eröffnet vielfältige therapeutische Möglichkeiten. Die Patientin (der Patient) kann beispielsweise mit unbewussten Persönlichkeitsteilen in Dialog treten, innere Ruhe und Kraft sammeln und diese für bestimmte Situationen verfügbar machen, in Hypnose zu einem Problem oder einer Frage träumen und diesen Traum mit der Psychotherapeutin (dem Psychotherapeuten) analysieren oder in Trance Vorstellungen über die Zukunft entwerfen und daraus Perspektiven für die Gegenwart ableiten.

Die Hypnosepsychotherapie führt somit zu einer fremderzeugten und -geleiteten Änderung der Bewusstseinslage (d.h. heterosuggestiv durch die Psychotherapeutin oder den Psychotherapeuten) bzw. zu einer anderen Bewusstseinslage, die therapeutisch indiziert einerseits absenkend und einengend, andererseits aber auch hoch konzentrativ wirkt und Aufmerksamkeit und bildhaftes Denken fördert.

Hypnosepsychotherapie wird im Einzelsetting als Langzeittherapie oder als lösungsorientierte Kurztherapie eingesetzt, bei einer Frequenz von durchschnittlich einer Sitzung pro Woche. Hypnosepsychotherapie ist für alle Altersstufen anwendbar, ebenso für Paare und Gruppen.

#### **1.4. Abgrenzung zur nicht therapeutischen Hypnose**

Diese wissenschaftlich fundierte Hypnosepsychotherapie ist strikt zu unterscheiden von nicht therapeutischer Hypnose, wie sie beispielsweise in Shows durch Hypnotiseurinnen (Hypnotiseure) vorgeführt, zum scheinbaren Willensverlust der hypnotisierten Personen führt, oder von jenen Hypnoseangeboten, die als erlernte Techniken angewandt werden.

Studien zu Wirksamkeit und Wirkungsweise liegen nur im Hinblick auf die wissenschaftlich anerkannte Hypnosepsychotherapie vor.

Daraus ergibt sich, dass auch die auf wissenschaftlicher Ausbildung gründende Hypnosepsychotherapie nur im Hinblick auf die Nutzung der Trancefähigkeit des Menschen zu Heilungszwecken wissenschaftlich belegt ist und bei psychischen Erkrankungen Minderung der Leidenszustände erzielt.

Bei nicht ausreichend qualifizierter Anwendung von Hypnosetechniken ist auf mögliche Gefahren zu verweisen und zu bedenken, dass im hypnotischen Zustand gespeicherten Erinnerungen, also Inhalte des Unbewussten, ins Bewusstsein kommen können, die normalerweise durch Schutzmechanismen (Abwehrmechanismen) verdrängt worden sind.

Die Folgewirkungen sind nicht abschließend einschätzbar. Es kann zu einer Gefühlsüberflutung (Intrusion) der betreffenden Person kommen. Werden nun beispielsweise unverarbeitete traumatische Ereignisse wieder an die Oberfläche gebracht, kann es zu einer Gefühlsüberflutung, was bis zur Dekompensation führen kann. Diese Personen müssen unmittelbar danach durch psychotherapeutische und/oder ärztliche Hilfe aufgefangen werden, um schwere Folgeschäden zu vermeiden.

Darüber hinaus ist nicht einmal bei Anwendung einer auf wissenschaftlicher Ausbildung gründenden Hypnosepsychotherapie und daher noch weniger bei sonstigen Anwendungen von Formen der Hypnose nach dem Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse hinreichend belegt, dass Heilerfolge bei somatischen Erkrankungen mittels Hypnose herbeigeführt werden.

Die Angebote unterscheiden sich vordergründig sowohl in der beruflichen Herkunft der Veranstalter (Psychotherapeuten, klinische Psychologen, Ärzte, Supervisoren, Showmaster etc.) als auch durch die Begrifflichkeiten, unter denen die Angebote angekündigt werden (vgl. etwa „Shows durch Hypnotiseure“, „Selbsthypnose“, „Hypnotherapie“, „Hypnose“ etc.).

Zum Schutz von interessierten Personen wird empfohlen, die Qualifikation eines Anbieters besonders sorgfältig zu prüfen.

Der Schutzbedarf erfordert es somit, dass die Behandlung von Personen mit krankheitswertigen Störungen im Bereich der psychischen Erkrankungen und Verhaltensstörungen, wie insbesondere bei Alkohol- oder Drogensucht, Depressionen, Angststörungen etc. ausschließlich durch dafür berufsberechtigte Psychotherapeuten (Psychotherapeutinnen) auf Grundlage der psychotherapeutischen Wissenschaft, durch klinische Psychologen (klinische Psychologinnen) auf Grundlage der psychologischen Wissenschaft oder durch Fachärzte (Fachärztinnen) für Psychiatrie oder für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin auf Grundlage der medizinischen Wissenschaft erfolgt.

Körperliche Erkrankungen sind jedenfalls der Behandlung durch Ärztinnen (Ärzte) und weitere gesetzlich geregelte medizinische Gesundheitsberufe auf Grundlage der medizinischen Wissenschaft vorbehalten.

Diese Beschränkungen der Behandlung krankheitswertiger Störungen bestehen im Hinblick auf die Gefahrenbeherrschung und der für Krankenbehandlung notwendigen ausreichenden Entscheidungsgrundlage, die nur aufgrund einer wissenschaftlichen Ausbildung der Gesundheitsberufe als gegeben zu erachten ist.

## **2. Hypnotherapie und Hypnose**

Während „Hypnosepsychotherapie“ eine wissenschaftlich anerkannte Psychotherapiemethode darstellt, die Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten vorbehalten ist, stellen demgegenüber „Hypnotherapie“ und „Hypnose“ Weiterbildungen für bestimmte Gesundheitsberufe dar.

Derartige Weiterbildungen sind grundsätzlich nicht nur für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, sondern auch für klinische Psychologinnen (klinische Psychologen), Gesundheitspsychologinnen (Gesundheitspsychologen), Ärztinnen (Ärzte) und Zahnärztinnen (Zahnärzte) möglich.

Umgekehrt sind Personen, die keinem der genannten Berufe angehören, auch von einer bloß punktuellen Ausübung ausgeschlossen.

„Hypnotherapie“ und „Hypnose“ unterscheiden sich insofern, als die Weiterbildung „Hypnotherapie“ in Ablauf und Aufbau umfangreicher ausgestaltet ist.