

Stefan Hammel

# Therapie zwischen den Zeilen

Das ungesagt Gesagte in Psychotherapie,  
Beratung und Heilkunde



## ZU DIESEM BUCH

Der Begründer der modernen Hypnosetherapie, Milton Erickson, wusste bereits, dass bei Klienten oft das besonders nachhaltig wirkt, was in der Kommunikation nur »mitschwingt«, aber nicht ausgesprochen wird. Viele seiner originellen Interventionen bauen darauf auf. Doch wie funktioniert »Therapie zwischen den Zeilen«? Wie geht Mehrerebenen-Kommunikation in der Praxis? Das ebenso anschauliche wie detailreiche Buch von Stefan Hammel gibt darüber gründlich Auskunft. Zugleich vermittelt es die Kunst, die Dinge mitzuhören, die ein Klient sagt, ohne sie ausdrücklich zu formulieren – zum Beispiel durch Sprachbilder, Mehrdeutigkeiten, mit seiner Körpersprache und auf viele andere Weise. Diese Kompetenzen zu beherrschen, kann aber auch ein Schlüssel zum Erfolg der Therapie sein.

*Stefan Hammel* ist systemischer Psychotherapeut und Hypnosetherapeut; er ist Leiter des »Instituts für Hypnosystemische Beratung« in Kaiserslautern, Referent des Milton-Erickson-Instituts Heidelberg und weiterer hypno- und systemtherapeutischer Ausbildungsinstitute in Deutschland, Österreich und in der Schweiz.

Stefan Hammel

# Therapie zwischen den Zeilen

Das ungesagt Gesagte in Psychotherapie,  
Beratung und Heilkunde

Klett-Cotta

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© 2014 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Datenkonvertierung: le-tex publishing services GmbH, Leipzig

Printausgabe: ISBN 978-3-608-89153-9

E-Book: ISBN 978-3-608-10741-8

PDF-E-Book: 978-3-608-20250-2

Dieses E-Book entspricht der 1. Auflage 2014 der Printausgabe

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

Vorwort .....	13
<b>Einleitung .....</b>	<b>15</b>
1 Vielschichtige Begegnung – .....	15
Implikation und Mehrebenen-Kommunikation als therapeutische Kunst	
<b>Teil I: Die Seiten, die wir beschriften – Ethische Grundlagen</b>	
2 Worum geht's? – .....	23
Werte	
2.1 Liebe und Respekt – .....	24
Was steht im Mittelpunkt?	
2.2 Integrität – .....	28
Wo beginnt Manipulation?	
2.3 Hoffnung – .....	33
Sind Placebos ehrlich?	
<b>Teil II: Die Zeilen, die wir ziehen – Methodische Grundlagen</b>	
3 Landkarten der Seele – .....	35
Versuche der Kartierung einer unsichtbaren Welt	
3.1 Persönlichkeitsanteile oder Seinsmöglichkeiten? – ....	36
Räumliche und zeitliche Differenzierung von Identität	
3.2 Dimensionen des Erlebens – .....	39
Das Koordinatensystem des Denkens neu nutzen	

3.3	Probleme trennen, Lösungen verknüpfen! – .....	42
	Das Ich, das Schlimme und das Schöne neu in Beziehung setzen	
3.4	Wartezimmergespräche – .....	43
	Erlebtes trennen	
3.5	Im Zahnarztstuhl und anderswo – .....	50
	Erlebtes verknüpfen	
3.6	Das Leben als Trickfilm – .....	54
	Erlebtes formen	
3.7	Was macht mein Problem nur ohne mich? .....	55
	Stufen der Dissoziation – »Ich« und das Problem	
4	Wie man mehrere Gespräche gleichzeitig führt – .....	57
	Therapeutische Mehrebenen-Kommunikation	
4.1	Einer für alle, alle für einen – .....	58
	Mehrebenen-Kommunikation als Ausdruck von Rapport	
4.2	Sprechen zwei, so sprechen viele – .....	61
	Mehrebenen-Kommunikation als Netz von Implikationen	
4.3	Mit vielen Ohren hören, mit vielen Stimmen sprechen – .....	62
	Therapeutische Mehrebenen-Kommunikation lernen	

### Teil III: Begegnung zwischen den Zeilen – Fallbeispiele

5	Zwischen den Zeilen von Unterscheidung und Verknüpfung – .....	65
	Wie man Verbundenes trennt und Getrenntes verbindet	
5.1	Folien – .....	66
	Unterscheidung zum Zweck der Orientierung	
5.2	Der Aktenschrank – .....	68
	Unterscheidung zum Zweck der Diversifikation	

5.3	Betäubung durch Malen und Bogenschießen – . . . . .	74
	Unterscheidung und Verknüpfung zum Zweck der Anästhesie	
5.4	Allergien zerlegen, Gesundheit zusammensetzen – ...	80
	Unterscheidung und Verknüpfung zum Zweck der Heilung	
5.5	Zauberbrause – . . . . .	86
	Verknüpfungen zur Neu-Konditionierung von Verhalten	
5.6	Ungeschoren – . . . . .	89
	Verknüpfungen zur Überwindung negativer Erwartungen	
5.7	Das Spiel gegen die Langeweile – . . . . .	94
	Funktionierendes als neue Grundlage für Nicht-Funktionierendes	
6	Zwischen den Zeilen der Zeiten – . . . . .	97
	Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft im Dialog	
6.1	Der gute Anfang und das gute Ende – . . . . .	98
	Den Bildausschnitt von Lebensgeschichten neu wählen	
6.2	Als Sie Ihren Sohn umarmten – . . . . .	100
	Das gute Ende der früheren Vergangenheit in der späteren	
6.3	Fortsetzung im Himmel – . . . . .	101
	Das gute Ende im ewigen Leben	
6.4	Die Welt der Träume – . . . . .	104
	Das gute Ende in der Zukunft	
6.5	Die Ahnen aus der Steinzeit – . . . . .	107
	Das gute Ende mithilfe der Vorzeit	
6.6	Die Delfine des nie Dagewesenen – . . . . .	112
	Das gute Ende ohne guten Anfang	
6.7	Der Korb, der durch die Zeiten geht – . . . . .	124
	Das gute Ende der Gegenwart in der Vergangenheit	



6.8	Große Schwester, kleine Schwester – .....	129
	Das gute Ende der Vergangenheit in der Gegenwart	
6.9	Auftauen – .....	135
	Das gute Ende auf dem Weg zur Zukunft	
7	Zwischen den Zeilen sprachlicher Bilder – .....	140
	Vorhang auf für das Leben!	
7.1	Ritzen – .....	141
	Mehrdeutiges zur Anknüpfung für Metaphern nutzen	
7.2	Der Stilleaufzug – .....	144
	Den Widerspruch des Klienten vermeiden	
7.3	Das Leben entschlammen – .....	151
	Innerpsychische Prozesse und Zeiterleben räumlich anordnen	
7.4	Gottes Garderobe – .....	155
	Die radikale Wirkung von Bildern und Ritualen erkennen	
7.5	Die Ekelleute – .....	159
	Die Ambivalenzen des Klienten respektieren	
7.6	Die Laserpointerscheibe – .....	165
	Unerwünschte Implikationen des Therapeuten entkräften	
7.7	Die Hölle! – .....	169
	Unerwünschte Implikationen des Klienten entkräften	
8	Zwischen den Zeilen von Wirklichkeit und Unwirklichkeit – .....	171
	Mach aus dem Leben einen Film und aus einem Film das Leben!	
8.1	Einmal angenommen ... – .....	172
	Vermeintlich Unwirkliches wirklich werden lassen	
8.2	Wer war schon in der Zukunft ... – .....	174
	Vermeintlich Wirkliches unwirklich werden lassen	

8.3	Grüßen Sie Ihr Traum-Ich! – .....	190
	Der Weg vom Wahn zur Wirklichkeit	
9	Zwischen den Zeilen des Körpers – .....	197
	Den Körper auf neue Arten hören und mit ihm reden	
9.1	Torticollis – .....	197
	Das Verhältnis von Körpersprache und verbaler Sprache	
9.2	Die Sache mit dem Daumen – .....	199
	Der Umgang mit Sucht- und Gewohnheitsstörungen	
9.3	Augenreiben – .....	202
	Körpersprache als Körpererinnerung	
9.4	Trichotillomanie – .....	205
	Körpersprache als Ausdruck von Protest und Kooperation	
10	Zwischen den Zeilen von Bedeutung und Bewertung – .....	211
	Wie wir Bedeutung schaffen und verändern	
10.1	Lass dich nicht verbären! – .....	212
	Implikationen bei der Vermischung von Subjekt und Objekt	
10.2	Der doppelte Geburtstag – .....	213
	Implikationen bei der Interpunktion von Ereignissen	
10.3	Spinnenphobie – .....	216
	Implikationen beim Gebrauch von Trickfilmtechniken	
11	Zwischen den Zeilen des Paradoxen – .....	226
	Das Unvereinbare vereinbaren, neue Wirklichkeiten erfinden	
11.1	Was ist nichts? – .....	226
	Nichts als etwas – paradoxer Umgang mit dem Sein	
11.2	Der Schachspieler – .....	229
	Stille hören, Töne sehen – paradoxe Formen der Wahrnehmung	

11.3	Blinder Alarm am Blinddarm – .....	234
	Du und dein Körper – paradoxe Unterscheidungen	
11.4	Die hochsensible Frau – .....	238
	Es stört ja nicht, wenn's stört – paradoxer Umgang mit Emotionen	
11.5	Das Ende des Lateins – .....	242
	Wissen, was man nicht weiß – paradoxer Umgang mit Gedanken	

#### Teil IV: Botschaften zwischen den Zeilen – Ebenen der Implikation

12	Das ungesagt Gesagte der sichtbaren und hörbaren Welt – .....	245
	Alles Wahrnehmbare nutzen!	
12.1	Ein gutes Lied braucht mehr als Worte – .....	246
	Implikationen des Nonverbalen in der Sprache	
12.2	Das Auge isst immer mit – .....	249
	Implikationen von Handlungen und Gesten	
12.3	Die Glocken freuen sich mit – .....	253
	Implikationen der Dinge um uns	
13	Das ungesagt Gesagte in der Welt der Fragen – .....	255
	Wie Schloss und Schlüssel – Antworten und ihre Fragen	
13.1	Was wir sagen, wenn wir fragen – .....	256
	Implikationen verschiedener Fragen	
13.2	Tut's schon weh? – .....	257
	Implikationen von Fragen nach Symptomen	
13.3	Kopfschmerzen – .....	259
	Implikationen von Fragenserien	
13.4	Waren Sie schon in Hypnose? – .....	262
	Fragenserien als Tranceinduktion	
13.5	So ist es, oder nicht? – .....	270
	Implikationen von Fragen, die mit Aussagen verschmelzen	

14	Das ungesagt Gesagte bei der Interpretation des Problems – .....	272
	Unlösbare Probleme deuten und als lösbar neu erfinden	
14.1	Geht's Ihnen nur schlecht oder wirklich nicht gut? – ..	273
	Implikationen bei der unmerklichen Veränderung von Information	
14.2	Was bin ich? – .....	275
	Implikationen von Diagnosen und Prognosen	
14.3	Keine Angst vor Haifischzähnen! – .....	282
	Implikationen des Negativen	
14.4	Momentan geht's gut – .....	286
	Implikationen von Einwänden gegen die Besserung	
14.5	Bei mir ist das so – .....	288
	Implikationen von Erinnerung, Erfahrung und Erwartung	
14.6	Die schöne Welt der Grüße – .....	289
	Implikationen in der Wahl der angesprochenen Person	
15	Das ungesagt Gesagte im Ablauf der Therapie – .....	293
	Die Reihenfolge zählt!	
15.1	Merken Sie's schon? Gleich geht's los! – .....	294
	Implikationen der therapeutischen Dramaturgie	
15.2	Das Gute zuerst! Oder besser am Schluss? – .....	297
	Implikationen der Satzkonstruktion	
16	Wozu die Goldwaage? – .....	299
	Schlussgedanken	

## Anhang

17	Verzeichnisse .....	303
17.1	Stichwortverzeichnis .....	303
17.2	Literaturverzeichnis .....	313



## Vorwort

»Kannst du uns ein Handout machen mit den Regeln, wie man Sätze formuliert, um Probleme von Klienten zu verändern?« – »Darüber müsste man ein ganzes Buch schreiben, und ich weiß nicht, ob das reichen würde.« Seit diesem Dialog mit einer Seminarteilnehmerin fragte ich mich, wie man das Wichtigste zur Mehrebenen-Kommunikation und zu Implikationen in der Therapie in Regeln fassen könnte, um es lern- und lehrbar zu machen. Ich dachte an ein »Handbuch der therapeutischen Implikation«, aber das Gebiet (einschließlich Körpersprache und Metaphorik) ist so komplex, dass eine Darstellung in Fallbeispielen und Themenschwerpunkten realistischer ist.

Mehrebenen-Kommunikation ist die gleichzeitige Kommunikation auf mehreren Ebenen, wenn verschiedene Instanzen des Erlebens mit unterschiedlichen Botschaften gleichzeitig angesprochen werden. Bei dieser Art der Kommunikation spielt der Gebrauch von Andeutungen und Mehrdeutigem, von bildhafter Sprache und Körpersprache eine Rolle. Indirekte, implizit vermittelte Botschaften rücken verstärkt in den Blick.

Mitausgedrücktes wirkt in der Therapie oft stärker als das direkt Gesagte. Das liegt wohl daran, dass das direkt Gesagte vom Bewussten mit seinen Restriktionen (geht nicht, darf nicht, kann nicht, will nicht) bearbeitet wird. Indirekt Gesagtes wird eher vom Unbewussten mit seinen umfassenderen Möglichkeiten bearbeitet. Um eine therapeutische Strategie zu erarbeiten, ist es nützlich, unbewusste Botschaften der Klienten mitzuhören und unbeabsichtigt schädliche Implikationen des Therapeuten zu entschärfen.

Bei »Therapie zwischen den Zeilen« geht es darum, Dinge wahrzunehmen, die ein Klient äußert, ohne sie ausdrücklich zu formulieren, und die oft den Stand der Therapie genauer widerspiegeln als alle ausdrücklichen Worte – und darum, eine solche Sprache auch aktiv zu gebrauchen, um die Ziele des Klienten möglichst schnell, sicher und nachhaltig zu erreichen.

Eine Klientin, die von dem Vorhaben dieses Buches hörte, schrieb: »Lesen zwischen den Zeilen gefällt mir. Die Zeilen sind Kopf und Ver-

stand, Wissen und Bekanntes. Die Leere zwischen den Zeilen ist Stille, Herz und Seele. Stille, aus der alles entstehen kann. Als Sie mir erzählt haben, dass Sie sich für das interessieren, was zwischen den Zeilen steht, ist mir ›Der kleine Prinz‹ von Antoine de Saint-Exupéry eingefallen: ›Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar!‹<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Saint-Exupéry 2001, S. 72.