



## Kapitel 2 – Kortfattet Historie

Hypnose har en lang historie, går let 200 år tilbage eller tidligere, begyndende med Franz Anton Mesmer i den vestlige verden. Dette er ikke en fyldestgørende beskrivelse af historien. Der findes et utal af gode bøger om hypnosens historie. Jeg nævner her nogle af de navne, som du bør have kendskab til. Men jeg vil gerne opmuntre dig til at læse mere om den fascinerende historiske hypnose og hypnoterapi baggrund.

Du får en forståelse for, hvordan man gjorde førhen, og hvilken indflydelse fortiden stadig har på nuværende teknikker, som de fleste hypnoterapeuter anvender.

På ethvert kursus i psykologi er det nødvendigt at give information om Freud, selvom man i teorien måske ikke finder det brugbart for en moderne psykolog. Enhver, som kalder sig selv for "hypnoterapeut", har brug for at have kendskab til gammeldags induktioner som pendul, plet på væggen osv. selvom de måske ikke bruges i praksis.

### Navne du bør kende

#### FRANZ ANTON MESMER (1734-1815)

Mesmer var en østrigsk læge, og kaldes ofte "Hypnosens Far", selvom mange af hans teorier og metoder slet ikke minder om den hypnose, vi kender i dag.

Mesmer begyndte sin rejse ved at se præsten Father Hell i Paris udføre en djævluddrivelse, hvor han bankede patienterne på hovedet med et jernkrucifiks, og derefter så ud til at være helbredt.

Han udviklede teorien om "**dyrisk magnetisme**". Han troede på, at mennesker havde en magnetisk væske indeni og rundt om kroppen, som kunne komme ud af balance og derfor resultere i sygdomme.

En udpeget kommission (herunder Benjamin Franklin) konkluderede, at Mesmer var en svindler, når han sagde: "Al helbredelse er baseret på forestillingsevnen".

Det virker som om, at Mesmer i virkeligheden fik sine klienter til at bruge forestillingsevnen, og på den måde skabte modtagelighed (heightened suggestibility). Moderne hypnotisører ville kalde det for "Vågen Hypnose".

#### JAMES BRAID (1796-1860)

Dr. Braid **opfandt betegnelsen "hypnose"**, fordi han troede på, at det var en form for søvn, og brugte det græske ord for søvn "hypnos" til at beskrive fænomenet.

Den skotsk-fødte læge studerede Mesmerism in 1840'erne, og afviste Mesmer's teori om dyrisk magnetisme. Efter flere års studier af hypnose indså han, at det ikke er søvn, og på det tidspunkt ville han omdøbe fænomenet og kaldet det for "Monoideism". Navnet blev aldrig accepteret, og vi bruger den originale betegnelse i dag. Siden da har hypnosefaget været spækket med misvisende betegnelser, som skulle beskrive forskellige dybder som f.eks. "somnambulism" og "coma-state".



# YOUR LIFE is YOUR BUSINESS™

Kend dine livslektier og dit livsformål og hjælp derigennem andre mennesker



## ESDAILE (1808-1859)

James Esdaile var endnu en skotsk-født læge. Esdaile var uddannet mediciner og kirurg. Mens hans praktiserede i Indien, lærte han "Mesmerism". Han anvendte Mesmer-lignende teknikker for at inducere trancen ved at stryge hænderne over sine patients krop. Det blev af og til udført af en assistent, og det kunne godt tage et pænt stykke tid, men langt om længe gled patienterne ned i hypnosetilstanden, hvor de var **upåvirkelige af smerte**. Processen lignede suggestionsprocessen i Mesmerism med det princip at patienten forventedes at opleve anæstesi, når lægen eller hans assistent strøg hænderne over ham eller hende, altså vågne suggestioner.

Esdailes journaler demonstrerer, at han udførte mere end 1.000 mindre lægelige procedurer, og mere en **250 større operationer smertefrit**. Han hævdede at ved at anvende denne nye mesmeriske anæstesi kunne man reducere dødelighedsprocenten med 45 %.



Foto Kilde: [HTTP://WWW.BLATNER.COM/ADAM/CONSCTRANSF/HISTORYOFMEDICINE/4-ANESTHESIA/HXANESTHES.HTML](http://www.blatner.com/adam/consctransf/historyofmedicine/4-ANESTHESIA/HXANESTHES.HTML)

## JEAN-MARTIN CHARCOT (1825-1893) – SELPETRIERE-SKOLEN

Dr. Charcot var neurolog født i Paris. **Han troede, at hypnose kun kunne induceres i personer, som led af hysteri**. Han anvendte induktioner noget lignende Dr. Braids øjefikseringsteknik.



## AMBROISE AUGUSTE LIBEAULT (1823-1904) OG H. BERNHEIM (1840-1919) – NANCY-SKOLEN

Dr. Libeault var født i Frankrig og praktiserede medicin i Nancy, Frankrig. Han troede på, at hypnose opnåedes ved brugen af suggestioner. Han anvendte ikke øjefiksering, men inducerede hypnose ved at placere sin hånd på patientens pande, og lod sin hånd glide ned foran øjnene, mens han gav suggestioner om at de ville falde i søvn.

Han testede for hypnosedybden ved at teste for fænomener som **armkatalepsi**, og



# YOUR LIFE is YOUR BUSINESS™

*Kend dine livslektier og dit livsformål og hjælp derigennem andre mennesker*



gav derefter suggestioner for de problemer, som patienten havde. Det ligner meget de moderne hypnotisører i dag.

## DR. HIPPOLYTE BERNHEIM (1840-1919)

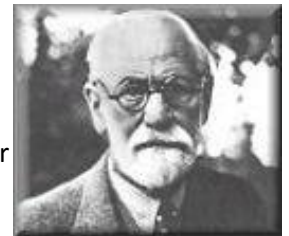
Dr. Bernheim var også en dygtig læge, som først blev associeret med Libeault for at så tvivl om hans metoder. Han blev dog overbevist af den brugbare hypnose, og han **slog sig sammen med førnævnte Libeault og grundlagde Nancy-skolen**. Dr. Bernheim fik æren for at skrive den første bog om disse moderne hypnoseteknikker. Bogen hed "Suggestive Therapeutics, in 1884: A treatise on the Nature and Uses of Hypnotism". Dr. Bernheim troede ikke på, at hypnose krævede en hysterisk patient. **Han demonstrerede, at hypnose var en tilstand, som kunne induceres ved normale og sunde mennesker.**



## DR. SIGMUND FREUD (1856-1939)

Den berømte Dr. Freud blev født i Østrig, og praktiserede neurologi efter han havde studeret på Nancy-skolen samt Selpetriere-skolen.

Dr. Freud **inducerede hypnose ved at anvende talende induktioner, hvor han ikke skulle røre patienterne**. Han anvendte hypnose som et redskab til at fjerne symptomer af neurotisk herkomst. Han lærte hypnose af Dr. Breuer, men Dr. Freud blev aldrig betragtet som en dygtig hypnotisør.



Dr. Freud udviklede hans psykologiske teori baseret på forholdet mellem psykiateren og patienten. Senere blev den autoritære tilgang afvist af mange psykologer, og blev afløst af den mere "klient-centrerede" tilgang med "ikke-direkte" induktioner.

## DAVE ELMAN (1900-1967)

Dave Elmans navn er ikke listet i de fleste bøger om hypnosens historie (faktisk ingen, så vidt jeg ved), men hans bidrag til moderne hypnose, og især kursister på denne uddannelse, skal anerkendes.

Hr. Elman **var hverken læge eller psykolog**. Han blev født i Park River, North Dakota. Han blev interesseret i hypnose, da han som barn så, hvordan en hypnotisør var i stand til at lindre hans fars smerte forårsaget af kræft – og som medicin ikke kunne lindre!

I sin teenageår begyndte at arbejde med show business i skoleferierne, mest som komiker. **I en sæson arbejdede han som scene hypnotisør, men opgav, fordi han oplevede, at forældre protesterede mod at lade ham date deres døtre**, fordi han måske ville hypnotisere dem.



Elman blev en dygtig musiker, og publicerede oprindelige sange. Han arbejdede også i radiobranchen i et stykke tid som medvirkende og forfatter. Men **da han gik med til at lave et hypnoseshow for velgørenhed, blev han opdaget af en gruppe læger**, som fik øjnene op for hans evner inden for hypnose. Han **blev bedt om at undervise en gruppe læger**, og droppede sin show business for at undervise i hypnose især for læger og tandlæger.



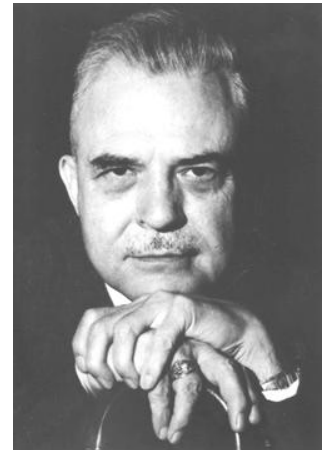
Mens han underviste, optog han kurset på bånd, og langt om længe skrev han, sin nu berømte bog, oprindeligt kaldt *"Findings in hypnosis"*, som nu har titlen *"Hypnotherapy"*.

Hans hovedbidrag til moderne hypnoterapi inkluderer brugen af hurtige og effektive induktioner samt alders regression teknikker.

## Milton Erickson (1901-1980)

En amerikansk psykiater med speciale i at integrere hypnose i psykoterapeutisk behandling og familierapi. Han var i 1957 stiftende formand for *American Society for Clinical Hypnosis*. Han er kendt for sin tilgang til det underbevidste sind som kreativ og løsningsgenererende. Han er endvidere kendt for at have påvirket blandt andet Neurolingvistisk Programmering (NLP).

Han har gennem sit liv hjulpet 60.000 patienter med at udnytte deres ubevidste ressourcer. Han har altid sagt til de mennesker, han guidede: *"Uanset hvad du tror du er, er du altid meget mere end det. Og derfor Kan du stole på dit ubevidste sind. Dit bevidste sind tror, det er smart, klogt og dygtigt, men dit ubevidste sind er flere milliarder gange klogere. Det er visdomsfuldt, det ved alt om dig og om dine behov og er villig til at støtte dig."*



**Ericksoniansk hypnose** har fået sit navn efter Milton. Da han var i live anvendte han en meget speciel teknik til hypnose, som var unik for hans tid. Du har muligvis hørt om **Ericksoniansk hypnose under navnet "tilladende hypnose"**. I stedet for traditionelle direkte suggestioner, så lod Erickson klienternes ubevidste sind give mening til de ord han brugte. Han var kendt for at kunne vende alle umiddelbare udfordringer til fordele for forandring.

Fordi Erickson havde så stor succes med at afhjælpe så mange forskellige problemer, begynde en række personer at studere hans teknikker. Gregory Bateson, en anerkendt antropolog, anbefalede på et tidspunkt Richard Bandler og John Grinder at modellere Ericksons teknikker. Dette studie resulterede i bøger med titlen *"Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson"*. Disse bøger er klassikere indenfor NLP. **Milton H. Ericksons succes er formentligt grunden til at NLP og hypnose er så tæt forbundet i dag.**