

*Menschen*, auch von Menschenmassen. Die Gründe für die aktuelle Wirksamkeit von S.en sind sehr verschiedene. Die *Suggestibilität ist erhöht* 1) bei der Herabsetzung der kritischen Wachheit durch Erregung, 2) in Zuständen des Entbehrens und somit der erhöhten Bereitschaft, den Eintritt des erwünschten Ereignisses für wahrscheinlich zu halten, 3) bei Machtgefälle zwischen den Partnern des S. sVorgangs, vor allem wenn der Empfänger der S. das Bedürfnis hat, sich im Denken oder Handeln von einem Stärkeren bestimmen zu lassen, 4) bei Mehrdeutigkeit von Situationen und Reizkonstellationen, 5) in Sonderzuständen, wie bei Müdigkeit, im hypnotischen Zustand, nach Einnahme bestimmter Drogen sowie in manchen neurotischen Zuständen, 6) bei habitueller Suggestibilität, d. h. bei Leichtgläubigkeit als Charaktermerkmal. Ebenso gibt es mehrere Gründe beim anderen Partner des S.svorgangs. Die *Suggestivität des Suggestors* steigt, 1) wenn er als speziell informiert gilt, z. B. als Fachmann, 2) wenn er den Ruf einer bedeutenden Persönlichkeit hat, 3) wenn er äußerlich attraktiv erscheint, 4) wenn er sich im Tonfall und mit den Gebärden der Gewißheit äußert sowie Widerspruch überlegen zurückweist oder gar nicht erst aufkommen läßt, 5) wenn er in der Gruppe, der beide angehören, einen höheren Status hat, 6) in besonderen psychischen Zuständen, z. B. wenn er sich in extremer Konzentration oder in Erregung vom Typ Besessenheit befindet, 7) habituell, d. h., wenn er eine ungewöhnliche Selbstsicherheit als Charaktermerkmal hat und sein gesamtes Auftreten wie eine Kette von Behauptungen wirkt. Diese Form der S. wird als *Hetero-S.* bezeichnet, im Gegensatz zur *Auto-S.*, bei der man zuläßt, daß eine eigene, gewöhnlich affektbesetzte Vorstellung kritische Einstellungen und Vorsätze, die ebenfalls in der Persönlichkeit vorhanden sind, außer Kraft setzt. Vielleicht ist für die Wirksamkeit der Hetero-S. ein Hinzutreten von Auto-S. unentbehrlich, jedenfalls aber förderlich. Auto-S. kann positiven, neutralen oder negativen Charakters sein, wenn man ihren Inhalt und ihre Effekte berücksichtigt. *Negative Auto-S.en* haben lähmende und krankmachende Kraft, sogar bis hin zum psychisch bedingten Tod. Als neutral kann man es bewerten, daß Auto-S. zur Realisierung von Rollenverhalten, z. B. für Schauspieler, nützlich ist. Unter *positiven Auto-S.en* versteht man solche, die eingesetzt werden, um die Leistungsfähigkeit zu erhöhen. Merkwürdigerweise funktioniert die absichtliche Selbstbeeinflussung unterstellender, unterschiebender Art trotz kritischen Gegenwissens, allerdings meist erst mit Hilfe ständiger Wiederholung. Wenn man sich selbst etwas einreden, ein-„bilden“, wenn man sich schrittweise umstimmen und umstellen will, bedarf es oft und kontinuierlich angewendeter, formelhaft kurzgefaßter, positiv formulierter, schrittweise gesteigerter Auto-S.en. So wirkt es beruhigend, sich vorwegnehmend vorzustellen und

wiederholt formelhaft vorzusprechen, daß man ganz ruhig ist, obgleich man nebenher selbstkritisch weiß, daß man im Augenblick durchaus noch nicht ruhig ist. Zur Erklärung autosuggestiver Umschaltungen wird ein neuropsychischer Mechanismus, meist die Ideo-Realisation genannt, herangezogen.

Für die Versuche, *Suggestibilität zu diagnostizieren*, gibt es mindestens die vier Aufgabenstellungen, die aktuelle und die habituelle Bereitschaft bzw. Fähigkeit sowohl für Hetero- als auch für Auto-S. zu ermitteln. Dazu werden wohl dosierte Beeinflussungen angewendet, die meist entweder auf den Zusammenhang von Vorstellung und Bewegung gerichtet sind, wie beim Körperschwankungsversuch oder beim j Pendelversuch, oder auf die Wiedergabe vorhandener bzw. auf die Bestätigung nichtvorhandener Details von Testbildern. Das eine ist in der Psychotherapie wegen der Abschätzung der Hypnotisierbarkeit sowie des Lerntempos im autogenen Training gebräuchlich, das andere in der Forensischen Psychologie zur Beurteilung der allgemeinen Glaubwürdigkeit.

In der *Therapie* wird die S. in verschiedenen Formen genutzt: a) Auf der an einen *materiellen Träger* gebundenen S. beruhen die Erfolge mancher Drogen und anderer scheinbar "physischer Beeinflussungen, wie man damit beweisen kann, daß 30 % der Menschen sicher und weitere 40 % angedeutet auch auf Leertabletten, Plazebos genannt, eines in gutem Ruf stehenden Medikaments reagieren, b) Die S. kann gebunden sein an einen Ablauf, der streng eingehalten wird und damit nicht nur Übungsvorteile mit sich bringt, sondern auch im Sinne der Bindung an einen Ritus die Erfolgsgewißheit stiftet, c) Bei S. in *Gesprächsform* handelt es sich um psychagogische Gesprächstherapie, wenn ein gewisser Anteil an S. bewußt oder unbewußt überschritten wird. In ihrer ausgeprägtesten Form bezeichnet man diese S. als *Persuasion*, d) Zur S. gehören auch die auto-suggestiven und Selbsttrainierverfahren.

*S.therapie* ist besonders dann erfolgreich, wenn ein eingeschliffenes Symptom überdauert, ohne noch einen wesentlichen dynamischen Hintergrund zu haben. Vor Jahrtausenden hat man sich die oft überraschenden S.erfolge nur idealistischer Klären können und sie, z. B. als Wunderheilungen in religiösen Ideologien verwendet, im Christentum z. B. in der Erzählung, die mit der suggestiven Aufforderung endet: „Nimm dein Bett und gehe heim!“ Im 19. Jh. wurde von französischen Psychiatern und Neurologen begonnen, eine materialistische Begründung der S. wie auch der Hypnose zu erarbeiten. Im Zusammenhang damit machte man psychotherapeutisch viel Gebrauch von der S., und zwar von der *Hetero-S.*

Inzwischen ist ihr Indikationsbereich schärfer eingegrenzt, aber auch ihr Ansehen gesunken, und zwar wohl nicht nur wegen des eingangs angedeuteten moralischen Problems, denn dies wäre in der