

ein Photo von ihm gemacht hatte, wie er sein 26. Enkelkind Laurel auf dem Arm hielt. Erickson ließ das Bild nicht machen, ehe er nicht auch die Eule aus Eisenholz hielt, die er Laurel am Tag ihrer Geburt zum Geschenk gemacht hatte. Man sollte sehen können, daß die Eisenholz-Eule ein symbolisches Geschenk sei. Roxanna, Laurels Mutter, gab ihr den Spitzname (Eulen)-"Schrei", weil Laurel gewaltig schreien konnte.

Während der Diskussion mit mir holte Erickson das Photo hervor. Er sagte, daß in 16 Jahren, wenn er schon lange tot sein würde, Laurel das Photo betrachten werde. Sie werde das Baby und die kleine Eisenholzeule sehen. Dies werde sich mit ihrem Empfinden vermischen, herangewachsen und in der High-School zu sein. Er sagte mir, ich solle merken, wie Erinnerungen strukturiert sind. Erickson bemerkte, daß die Eisenholzeule dem Bild eine gewaltige Portion Menschlichkeit gebe.

Da hat Erickson also eine Intervention geplant, die erst 16 Jahre später wirksam werden sollte. Das ist wahrlich Zukunftsorientierung.

Eine Aussaat trägt nicht unmittelbar Früchte, sie benötigt vielmehr Zeit zur Reife. Erickson als "Bauernsohn" verstand sich auf den Reifungsprozeß einer Aussaat.

Literatur:

- Araoz, D. (1985). *The new hypnosis*. New York: Brunner/Mazel.
- Behrs, J. O. (1971). The hypnotic psychotherapy of Milton H. Erickson. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 14, 73-90.
- Erickson, M. H. (1964a). Hypnosis in education (Cassette Recording). Phoenix, AZ: Archives of Milton H. Erickson Foundation.
- Erickson, M. H. (1964b). The confusion technique in hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 6, 183-207.
- Erickson, M. H., Rossi, E. L., & Rossi, S. I. (1976). *Hypnotic realities*. New York: Irvington.
- Haley, J. (1973). *Uncommon therapy: The psychiatric techniques of Milton H. Erickson, M.D.* New York: W.W.Norton.
- Haley, J. (1982). The contribution to therapy of Milton H. Erickson, M.D. In J.K. Zeig (Ed.), *Ericksonian approaches to hypnosis and psychotherapy* (pp. 5-25). New York: Brunner/Mazel.
- Lankton, C. H. (1985). Generative change: Beyond symptomatic relief. In J.K. Zeig (Ed.), *Ericksonian psychotherapy* (Vol 1: Structures, pp. 137-170). New York: Brunner/Mazel.
- Lankton, S., & Lankton, C. (1983). *The answer within: A clinical framework of Ericksonian hypnotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Ritterman, M. (1983). *Using hypnosis in family therapy*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Watzlawick, P. (1985). Hypnotherapy without trance. In J.K. Zeig (Ed.), *Ericksonian psychotherapy* (Vol 1: Structures). New York: Brunner/Mazel.
- Yapko, M. (1985). The Erickson hook: Values in Ericksonian approaches. In J.K. Zeig (Ed.), *Ericksonian psychotherapy* (Vol 2: Clinical applications). New York: Brunner/Mazel.
- Zeig, J. K. (1980a). A teaching seminar with Milton H. Erickson. New York: Brunner/Mazel.
- Zeig, J. K. (1980b). Symptom prescription and Ericksonian principles of hypnosis and psychotherapy. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 23, 16-33.
- Zeig, J. K. (1985). The clinical use of amnesia: Ericksonian methods. In J.K. Zeig (Ed.), *Ericksonian psychotherapy* (Vol 1: Structures). New York: Brunner/Mazel.

Keywords: *Ericksonian psychotherapy, indirect hypnotic techniques, responsiveness, resources*

Abstract: *This chapter presents some fundamental aspects of Ericksonian therapy. It is suggested that therapists assume a posture of influence toward their patients. This will entail using hypnosis and hypnotic technique. Two important issues are building responsiveness and accessing latent resources both in the patients and in the reality situation. Ten aspects of influence have been presented, many of which are based on indirect techniques that utilize patient values to accomplish strategic therapeutic goals.*

Anschrift des Autors:

Jeffrey K. Zeig, Ph.D., The Milton H. Erickson Foundation
3606 North 24th Street, Phoenix, Arizona 85016

Milton H. Ericksons Beitrag zur Psychotherapie¹

Jay Haley

Zusammenfassung: Der Autor beschreibt neben seinen persönlichen Erlebnissen mit Milton H. Erickson dessen besonderes Verständnis von Hypnose, seine spezifische Art, Symptome zu verändern und zu nutzen, sowie sein Verständnis des Unbewußten. Darüberhinaus werden Ericksons Vorstellungen von der Rolle des Psychotherapeuten und seine Beiträge zur Entwicklung der Kurzzeitpsychotherapie dargestellt. Der Autor schildert auch Ericksons Gebrauch von Metaphern in Therapie- und Lehrsituationen, seine Freude am spielerisch experimentierenden Umgang mit Menschen und Situationen sowie seinen Mut, neue therapeutische Wege zu beschreiten.

Ich werde einige meiner persönlichen Erfahrungen mit Milton Erickson vorstellen und versuchen, mein Verständnis dieses außergewöhnlichen Mannes und seiner Arbeit zu vermitteln. Ich habe meine Eindrücke von Ericksons Therapie ausführlich publiziert, dennoch bleibt er für mich eine mystische Persönlichkeit. Obwohl ich mich mit ihm jahrelang getroffen habe, habe ich ihn nie vollständig verstanden. In hunderten von Stunden gemeinsamer Gespräche erforschte ich sein Leben und seine Arbeit und dennoch, ich kenne ihn weniger als andere Menschen, die ich viel kürzere Zeit kenne. Über die Jahre studierte ich eine Reihe von Therapeuten und Erickson mehr als jeden anderen. Nachdem ich viele seiner Therapietechniken gelernt hatte, begann ich sie in meiner Praxis und meiner Lehrtätigkeit anzuwenden. Nicht ein Tag vergeht, wo ich nicht irgendetwas nutze, was ich von Erickson gelernt habe. Seine grundlegenden Ideen jedoch kann ich nur teilweise erfassen. Ich habe das Gefühl, wenn ich genauer verstehen würde, was Erickson über die Art und Weise, wie man Menschen verändert, zu erklären versuchte, dann würden für mich neue innovative Wege in der Psychotherapie sichtbar.

Erickson war in keiner Weise geheimnisvoll, was seine Arbeit betrifft. Wahrscheinlich war er der durchsichtigste Therapeut, den die Welt gekannt hat. Viele Jahre hielt er Seminare und Workshops vor einem großen Publikum in den USA und im Ausland. Er verfaßte über hundert Veröffentlichungen. Tausende von Besuchern kamen einzeln oder in Gruppen, um mit ihm zu sprechen. Seine Vorlesungen, Demonstrationen und Gespräche sind mehr als die eines anderen Therapeuten dokumentiert und festgehalten worden. Jedem, der interessiert war, gab er großzügig von sich und seinem Wissen. Obwohl Erickson gerne deutlich machte, daß man noch viel zu lernen hatte, versuchte er nicht, mysteriös oder undurchsichtig zu sein. Er war bemüht, seine Ideen zu vereinfachen und so zu erklären, daß jeder sie verstehen konnte. Oft war er frustriert, wenn seine Ideen von vielen von uns nur teilweise verstanden wurden. Ich weiß nicht mehr, wie oft ich ihn in den letzten Jahren gefragt habe, warum er dieses oder jenes in der Therapie mache, und er antwortete: 'Das ist doch offensichtlich', woraufhin ich sagte: 'Milton, es ist nicht offensichtlich', und ich hakte nach und ließ nicht locker, nur um auf eine weitere unerwartete Komplexität in seinem Denken zu stoßen.

Es war nicht nur die ungewöhnliche Natur seiner Ideen, die es so schwer machte, Erickson vollständig zu verstehen. Ein Problem war die Art, wie er mit Leuten sprach. Er hatte die Neigung, die Sprache der Person, mit der er sich unterhielt, zu übernehmen. Sein Therapie- und Unterrichtsstil war es, sich in der Sprache der anderen Person zu unterhalten. In diesem Rahmen schlug er neue Ideen vor. Dieser Stil, bei anderen das Gefühl von Gemeinsamkeiten zu schaffen, indem er ihre Sprache 'akzeptierte', erweckte bei Berufskollegen, die nicht zu vereinbarende Theorien vertraten, den Eindruck, Erickson bewege sich innerhalb ihrer

¹ Vortrag auf dem 'First International Congress on Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy', Dez. 1980 in Phoenix, Arizona. Erstveröffentlichung in J.K. Zeig (Ed.) *Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel, 1982. Copyright by The Milton H. Erickson Foundation. Nachdruck in deutscher Übersetzung mit freundlicher Genehmigung des Autors und der Milton H. Erickson Foundation. Übersetzung von Orwin Meiss und Manfred Prior.

Denkweisen. Er war in der Lage, in vielen ideologischen Sprachen zu sprechen, so daß Kollegen und Patienten die Illusion bekamen, seine Theorien zu teilen und zu verstehen, um dann später von einer unerwarteten Idee überrascht zu werden. Ericksons eigene Ansichten und Prämissen zur Therapie verstanden sich nicht von selbst. Befragte man ihn zu einer Theorie, war die Antwort oft ein Fallbeispiel, welches eine Parabel mit vielen Nebenbedeutungen war.

Durch den Einsatz von Geschichten in seinen Gesprächen gab Erickson Menschen mit verschiedenartigen Ansichten Metaphern, in denen sie ihre eigenen Ideen entdecken konnten. Jede Anekdote wurde so präsentiert, daß bei ganz unterschiedlichen Leuten der Eindruck erweckt wurde, sie sei nur für sie erdacht worden. Als einige meiner Trainees Phoenix besuchten und als Gruppe mit Erickson zusammentrafen, berichteten sie nach ihrer Rückkehr genau von dieser Erfahrung. Einer von ihnen erwähnte eine Geschichte, die Erickson über ihn erzählt hatte. Ein anderer bestritt dies und behauptete, die Geschichte sei für ihn gewesen. Und wieder ein anderer stellte die Behauptung auf, daß alle beide nicht verstanden hätten, daß die Geschichte sich genau auf seine Erfahrungen bezog. Es stellte sich heraus, daß alle aus der Gruppe glaubten, eine persönliche Metapher von Erickson erhalten zu haben, die speziell für sie entworfen worden sei. Jeder fühlte sich von Erickson verstanden und verstand ihn, obwohl jeder von ihnen eine Person mit ganz unterschiedlichem Hintergrund und unterschiedlichen Perspektiven war, die Parabeln aber Geschichten und Fälle waren, die Erickson schon oft erzählt hatte (obwohl seine Art Geschichten zu erzählen variierte). Einige der Geschichten hatte ich schon vor vielen Jahren gehört und wußte natürlich genau, daß sie eigentlich auf mich zugeschnitten waren.

Die Tatsache, daß Erickson auf vielen verschiedenen Bedeutungsebenen zur gleichen Zeit sprach, erschwerte es zusätzlich, einfache Äußerungen zu seinen Ansichten zu erhalten. Angesprochen darauf, was bei einem therapeutischen Problem zu machen sei, bot Erickson einen Rat und meist ein Fallbeispiel an, um zu beschreiben, wie er mit einem ähnlichen Problem verfahren war. Das Fallbeispiel war jedoch nicht nur die Beschreibung eines Falles. Es konnte auch eine Parabel sein, um einige der persönlichen Probleme der Person, mit der er sprach, zu ändern oder zu lösen. Das heißt, Erickson konnte in einer Weise von einem Fall sprechen, die eine Erkenntnis über die allgemeine Natur dieses Problems vermittelte, zudem erklärte, wie eine bestimmte Therapietechnik anzuwenden war und gleichzeitig eine Änderung des eigenen Lebens und der persönlichen Denkweise anregte.

Eine der größten Fähigkeiten Ericksons war, Menschen indirekt zu beeinflussen. Das ist der Grund, warum sich so viele Menschen in seiner Gegenwart unwohl fühlten. Wenn jemand mit Erickson sprach, konnte er nie sicher sein, ob er nur professionellen Rat anbot oder auf eine geschickte Art und Weise auf eine Änderung eines nicht angesprochenen persönlichen Problems aus war. Eine Geschichte oder ein Fallbeispiel ist eine Analogie, die eine Parallele zwischen zwei verschiedenen Dingen zieht. Obwohl das Fallbeispiel eine Therapietechnik und ein Problem in Beziehung setzt, kann es ebenso eine Analogie sein, die sich gleichzeitig auf die Person in dem Fallbeispiel und die Person bezieht, der die Analogie erzählt wird. Es gefiel Erickson, Leute zu verändern, ohne daß es ihnen bewußt wurde.

Waren sie auf der Hut vor seinem Einfluß und leisteten sie einer Idee Widerstand, die Erickson anbot, so war es normalerweise irgendeine andere Idee, die Erickson ihnen in Wirklichkeit nahebringen wollte. Oft präsentierte Erickson zuerst einen Gedanken, dem widerstanden werden konnte, um dann einen anderen folgen zu lassen, der beeinflusste.

Erickson erzählte dasselbe Fallbeispiel verschiedenen Leuten auf unterschiedliche Weise. Während das Wesentliche des Falles dasselbes blieb, so variierte das, was er in der komplexen Geschichte hervorhob, um dem Zuhörer eine bestimmte Botschaft zu vermitteln. Dieser komplexe Prozess metaphorischer Beeinflussung konnte routinemäßig auftreten, wenn sich Erickson unterhielt oder eine Fallberatung durchführte. Es war, als ob es ihn langweilte, nur eine Sache auf einmal zu machen, als ob er komplexere Wege der Kommunikation brauchte.

In dem, was Erickson sagte und tat, verfolgte er zahlreiche Absichten, und er lehrte mit Hilfe komplexer Analogien. Es ist deshalb problematisch, einfach zu sagen, daß er diese oder jene Sichtweise oder Technik vertrat. Seine Theorie präsentierte sich uns in vielschichtigen Parabeln, die in verschiedenen Analogien erzählt wurden, die auf unterschiedliche Weise auf unterschiedliche Menschen zugeschnitten und auf das jeweilige soziale Umfeld abgestimmt waren.

Ein Hauptproblem im Erfassen dessen, was an Ericksons Theorien neu ist, liegt im Problem der Sprache. Er sprach von neuen Vorstellungen über den Menschen und von Wegen, um ihn zu verändern, aber in einer Sprache, die dazu da war, vergangene Ansichten zum Ausdruck zu bringen. (Man fühlt sich an Harry Stack Sullivan erinnert, der sich bemühte, zwischenmenschliche Beziehungen mit Hilfe einer Sprache zu beschreiben, die dazu da war, Individuen zu beschreiben). Nach meiner Auffassung, bot Erickson etwas an, was auf der Welt neu war: eine Darstellung der Komplexität der zwischenmenschlichen Beeinflussung (das jedenfalls waren die Ideen, über die er mit mir sprach). Ihm stand jedoch nur eine Sprache zur Verfügung, die für eine andere Vorstellung vom Menschen entwickelt worden war. Mit der zur Beschreibung eines Individuums vorhandenen Sprache ist es einfach nicht möglich, Ericksons Therapie zu beschreiben.

Ich meine, die Sprache der Hypnose und Hypnotherapie ist zu primitiv und begrenzt, um die Komplexität vieler von Ericksons Tranceinduktionen und seinen Einsatz hypnotischer Beeinflussung in der Therapie umfassend darzustellen. Oder wie kann man über die komplexe zwischenmenschliche Beeinflussung einer in der Sprache des 'Unbewußten' gehaltenen konversatorische Tranceinduktion sprechen und das Wort 'Schlaf' benutzen, wenn die Person hypnotisiert ist und währenddessen im Zimmer auf und ab läuft? Oder wie kann man die komplexe zwischenmenschliche Beeinflussung bei einer beiläufigen in ein Gespräch eingeflochtenen Tranceinduktion mit dem Begriff des Unbewußten beschreiben? Ein Beispiel: Erickson versuchte, die Tatsache zu erklären, daß, wenn jemand der Anweisung folgen will, eine negative Halluzination zu haben, er diesen Gegenstand gesehen haben muß, um dann vermeiden zu können, ihn zu sehen. Um dieses Phänomen zu beschreiben, benutzte Erickson häufig den Begriff 'unbewußte Bewußtheit'. Der Begriff 'unbewußt' ist jedoch per Definition etwas außerhalb des Bewußten.

Es ist ganz offensichtlich, daß eine solche Terminologie zu unhandlich ist, um den subtilen Vorgang, an dem Erickson interessiert war, erklären zu können. Er erarbeitete einen neuen Weg des Denkens über Menschen, über Hypnose und über Therapie ohne eine beschreibende Sprache, die diese neuen Ansichten ausdrücken konnte. Es war so, als ob man versucht, über die Quantentheorie mit Begriffen wie Hebel und Gewichte zu sprechen. Ich glaube, daß er deshalb immer häufiger Parabeln benutzte. Auf diesem Wege wird eine Idee nicht eindimensional beschrieben, sondern man kann die Komplexität, die man vermitteln möchte, darstellen.

Viele Leute, die heute hier sind, sind Erickson nie begegnet. Andere sind so jung, daß sie ihn nur im hohen Alter kennenlernten. Ohne in Frage zu stellen, daß er selbst, als er alt und gebrechlich war und im Rollstuhl saß, ein hervorragender Mann war, möchte ich etwas von dem vermitteln, wie er im mittleren Alter gewesen ist, als er noch seine volle Tatkraft und Energie zur Verfügung hatte.²

Ich glaube, daß sein Erfolg als Therapeut zum Teil auf die persönliche Ausstrahlung zurückzuführen ist, die von ihm ausging. Nicht nur seine Persönlichkeit hatte eine Wirkung, seine Fähigkeiten wurden noch durch seinen Ruf als ein Therapeut, der die Leute unbewußt beeinflusst, verstärkt. Eine ganze Reihe von Personen hatte einfach Angst vor ihm.

Ich entdeckte Ericksons 'Power', als ich 1953 zum ersten Mal von ihm hörte. Während ich gerade bei George Batesons Forschungsprojekt über Kommunikation mitarbeitete, erzählte ich Bateson, daß ich gerne an einem Workshop teilnehmen würde, der von einem Hypnotiseur aus San Francisco angeboten wurde. Ich wollte mich mit den kommunikativen Aspekten der Hypnose beschäftigen. Bateson fragte, wer den Workshop leite, und ich sagte ihm, daß es Milton H. Erickson sei. 'Ich werde ihn anrufen und fragen, ob du teilnehmen kannst', sagte Bateson. Auf diesem Wege fand ich heraus, daß Bateson Erickson kannte, so wie er jeden zu kennen schien, der auf dem Gebiet der Sozialwissenschaften von Bedeutung war. Es stellte sich heraus, daß Bateson und Margaret Mead mit Herrn und Frau Erickson zusammengetroffen

² Viele Leute denken über Erickson als einen alten Mann, der schwach war und nur mit extremen Schwierigkeiten sprechen konnte. Ich denke, das ist bedauerlich. In seinen besten Jahren hatte er mehr Kontrolle über seine Stimme und seine Körperbewegungen als sonst irgend jemand, den ich kannte. Das war Teil seiner überragenden Fähigkeit, Leute zu beeinflussen. Er hatte außergewöhnliche Fähigkeiten, mit anderen zu kommunizieren. Es sind zu wenig visuelle Aufzeichnungen dieser Fähigkeiten vorhanden. Vor einigen Jahren fragte ich ihn, ob ich seine Arbeit auf Video aufnehmen könnte, und er antwortete, daß er das lieber nicht erlauben würde. Er wollte nicht in Erinnerung bleiben als ein hilfloser, alter Mann, der nur noch unter Schwierigkeiten kommunizieren konnte. Schließlich erlaubte er die Videoaufnahmen, und so kennen ihn viele Leute nur in seiner schwachen und gebrechlichen Phase und haben keine Vorstellung davon, wie er auf dem Höhepunkt seiner Kraft war. (Fußnote des Autors im Original)

waren, um über die Trancefilme zu sprechen, die sie auf Bali aufgenommen hatten. Sie wollten feststellen, wann die Tänzer mit den Masken in Trance gingen. (Es waren übrigens Bateson und Mead, die Erickson ermutigten, die außergewöhnliche Schilderung der Kommunikation zu veröffentlichen, die er in 'Eine Studie einer durch Hypnose induzierten experimentellen Neurose in einem Fall von vorzeitiger Ejakulation' niederschrieb.)

Bateson rief Erickson in seinem Hotel in San Francisco an (wir waren in Menlo Park) und fragte, ob ich am Workshop teilnehmen könne. Erickson sagte, ich sei willkommen. Sie plauderten eine Weile und dann legte Bateson den Hörer auf und sagte: 'Dieser Mann will mich manipulieren, daß ich nach San Francisco komme und mit ihm essen gehe.' Da ich an Manipulationen interessiert war, fragte ich: 'Was hat er zu dir gesagt?' Bateson antwortete: 'Er sagte zu mir: 'Warum kommst du nicht nach San Francisco und gehst mit mir essen?'. Sogar solch eine simple Äußerung Ericksons machte Bateson und andere Leute, die seine 'Power' fürchteten, argwöhnisch.

Ganz offensichtlich genoß Erickson seinen Ruf, eine machtvolle Person zu sein, die andere mit ihrem Wissen und ohne ihr Wissen beeinflussen konnte. Ich erinnere mich, daß im Rahmen unseres Projektes ein Abendseminar mit Erickson abgehalten wurde, bei dem auch Don D. Jackson anwesend war. Während wir über Hypnose sprachen, hielt Jackson einen Bleistift in der Hand und drehte ihn fortwährend. Jackson sagte: 'Ich kann nicht aufhören, diesen Bleistift zu drehen und, Milton, ich glaube, du hast etwas damit zu tun.' Erickson antwortete: 'Du kannst damit weitermachen, den Bleistift zu drehen.' Er gab Jackson noch ein paar weitere Suggestionen und ließ ihn dann mit dem Drehen aufhören. Später fragte ich Erickson unter vier Augen, was er zu Jackson gesagt habe, um diesen zu veranlassen, den Bleistift zu drehen. Ich wollte mehr Information darüber haben, wie er bestimmte Verhaltensweisen bei jemandem induzierte, während er sich scheinbar nur unterhielt. 'Ich habe damit nichts zu tun', antwortete Erickson. 'Aber Jackson dachte, ich würde etwas damit zu tun haben, und so habe ich die Gelegenheit ergriffen.'

Um einen weiteren Aspekt von Ericksons Fähigkeiten als Hypnotiseur und als Person darzustellen, möchte ich ein Ereignis schildern, das mich und John Weakland wirklich beeindruckte. Bei einem unserer Besuche gingen wir mit den Ericksons in ein mexikanisches Restaurant zum Essen. Es war ein echtes mexikanisches Restaurant, was ich bemerkte, als ich die übliche scharfe Soße über mein Essen tat. Ich schnappte nach Luft und meine Augen begannen unkontrolliert zu tränen. Erickson fing an, mich damit aufzuziehen. In der darauffolgenden Unterhaltung behauptete Erickson, er könne mit jeder scharfen Sause fertig werden die ihm serviert werde. Um das zu demonstrieren, rief er nach der Bedienung und fragte nach dem Küchenchef. Er forderte den mexikanischen Koch auf, die schärfste Sause zusammenzustellen, die er bereiten könne, und sie zu servieren. Der Koch schien erfreut über diese Herausforderung und kam nach kurzer Zeit mit einer kleinen Schüssel zurück und stellte sie vor Erickson. Er blieb mit einiger Erwartung am Tisch stehen, um ihm beim Essen zuzusehen. Erickson nahm einen Löffel, tauchte ihn in die scharfe Sauce, steckte ihn in den Mund und rollte ihn um seine Zunge. Weder wechselte sein Gesicht den Ausdruck, noch zeigten seine Augen die Tendenz zu tränen. 'Köstlich', sagte er. Ich war beeindruckt und dies um so mehr, als ich das Erstaunen des mexikanischen Kochs bemerkte.

Neben seinen Fähigkeiten, Leute zu beeinflussen, hatte Erickson irgendetwas, was es schwer machte, sich ihm zu widersetzen. Ich erinnere einen Psychoanalytiker, der über ein Experiment mit Erickson in Phoenix berichtete. Der Psychoanalytiker war ein reifer, verantwortungsvoller Mann mit einer bedeutenden Position auf seinem Gebiet. Er erzählte, daß Erickson einen Acht-Stunden-Tag mit ihm verbrachte, ohne daß er einmal die Gelegenheit gehabt hatte zu essen, weil Erickson auch nichts aß. Er berichtete, daß er furchtbaren Hunger bekam. Ich fragte ihn, warum er Erickson nicht gesagt habe, daß er hungrig sei und Mittagessen wolle. Er antwortete, daß er irgendwie das Gefühl hatte, es ihm nicht sagen zu können, da Erickson ihn die ganze Zeit über in Psychotherapie unterwies hatte. Monate später war er immer noch verärgert über diesen Vorfall. Ich sagte ihm, daß Erickson ihn für sehr bedeutend eingeschätzt haben mußte, denn es käme nicht oft vor, daß er acht Stunden mit einem einzigen Besucher verbringe, und das sei doch ein ziemliches Kompliment. Dies erfreute den Psychoanalytiker und half ihm über das verlorene Essen hinweg.

Erickson fühlte sich immer ziemlich wohl mit seiner Macht. Er scheute sich nicht, sie auszuüben oder zu gebrauchen. Ich erinnere seine Worte, daß er in einer Podiumsdiskussion war,

und 'da war niemand, der die Leitung übernehmen wollte, so übernahm ich sie.' Ich denke, es ist ein glücklicher Umstand, daß er bei seiner Bereitschaft, Macht auszuüben und Einfluß zu nehmen, ein wohlwollender Mann war. Wenn diese Fähigkeit, Einfluß auf andere auszuüben, zu destruktiven Zwecken benutzt worden wäre, wäre das sehr nachteilig gewesen. Erickson war nicht nur wohlwollend sondern auch beständig in seiner Hilfsbereitschaft gegenüber anderen Leuten in seiner Praxis und auch außerhalb.

Ich verbrachte meine Zeit damit, Therapeuten davon abzuhalten, hilfsbereit zu sein. Ich glaube nicht, daß gütige Hilfsbereitschaft den Leuten aufgedrängt werden sollte, und Therapie sollte nicht durchgeführt werden, bevor die Leute wirklich danach verlangen. Aber irgendwie war dies für mich bei Erickson nie ein Problem. Er begann jeden zu verändern, von dem er dachte, er brauche Veränderungen, egal ob er danach verlangte oder nicht. Weder hatte ich je Zweifel an seiner Ethik oder seinen guten Absichten, noch war ich jemals besorgt darüber, daß er jemanden für irgendeinen persönlichen Vorteil ausnützen könnte.

Ein ähnliches Problem entsteht bei der Frage, ob man einzelne Personen oder Familien zu Demonstrationszwecken vor einem Publikum heranziehen sollte. Ich war immer dagegen, Menschen für Lehrzwecke zu benutzen, weil ich meine, man beutet sie dabei aus. Und dennoch hatte ich bei Erickson damit nie Schwierigkeiten. Er benutzte bei Workshops nicht nur Leute für Demonstrationen vor großen Menschenansammlungen, er führte vor dem Publikum auch hilfreiche Therapien mit ihnen durch, während er Hypnose demonstrierte. Er gestaltete es immer so, daß die Versuchsperson einen fairen Ausgleich dafür bekam, daß sie für Demonstrationen herangezogen wurde. Er schützte auch die Person, so daß von ihm induzierte Veränderungen vom Auditorium nicht bemerkt wurden. Durch seinen außergewöhnlichen Gebrauch der Sprache war er in der Lage, während einer öffentlichen Demonstration einen vertraulichen Austausch mit der Versuchsperson zu haben.

Obwohl Erickson Bühnenhypnose verabscheute, war er selbst ein großer Künstler in der Durchführung von Hypnosedemonstrationen. Er war in der Lage, gleichzeitig eine Technik der Hypnose zu lehren, eine Therapie mit einer Person durchzuführen, einen strittigen Punkt mit einem Kollegen zu erläutern und das Publikum zu unterhalten. Um die Geschwindigkeit, mit der er arbeitete, hätte ihn jeder Bühnenhypnotiseur beneiden können. Beispielsweise erinnere ich eine Demonstration, die Erickson einmal vor einem großen Auditorium durchführte. Er bat um einen Freiwilligen, und ein junger Mann kam auf die Bühne und setzte sich neben ihn. Ericksons einzige Tranceinduktion war, den jungen Mann zu bitten, seine Hände auf seine Knie zu legen. Dann sagte er: 'Sind sie bereit ihre Hände weiter auf ihren Knien zu sehen?' Der junge Mann bejahte das. Während er sich weiter mit ihm unterhielt, gab Erickson einem Kollegen auf der anderen Seite des jungen Mannes ein Zeichen, und der Kollege hob einen Arm des Mannes in die Höhe, und der Arm verharrte schwebend in der Luft. Erickson fragte den jungen Mann, 'Wieviele Hände haben Sie?' und dieser antwortete 'Zwei natürlich'. 'Ich möchte, daß Sie sie zählen, wenn ich auf sie zeige', sagte Erickson. 'In Ordnung', sagte der junge Mann in einer ziemlich herablassenden Weise. Erickson zeigte auf die Hand auf dem einen Knie, und der junge Mann sagte: 'Eins'. Erickson zeigte auf das leere andere Knie, wo seine Hand zu sehen er ja zugestimmt hatte; und der junge Mann sagte: 'Zwei'. Dann zeigte Erickson auf die Hand oben in der Luft. Verdutzt startete der junge Mann sie an. 'Wie erklären Sie sich diese andere Hand', fragte Erickson. 'Ich weiß nicht', antwortete dieser, 'vielleicht sollte ich zum Zirkus gehen.' Diese hypnotische Induktion dauerte ungefähr so lange, wie ich benötigte, sie hier zu beschreiben.

Es war immer ein Vergnügen, Erickson bei einer seiner Bühnendemonstrationen zu beobachten. Einige seiner interessantesten Demonstrationen waren die, in denen er zeigte, wie man mit Widerstand gegen die Hypnose umgeht. Meistens begann er damit, daß er nach einem Freiwilligen fragte und ihn aufforderte, vor das Auditorium zu kommen und Widerstand zu zeigen. Wie immer arrangierte es Erickson so, daß dieser, wenn er Widerstand zeigte, kooperierte.

Für Erickson war es ein Vergnügen zu zeigen, daß eine Tranceinduktion nicht auf einfache Weise beschrieben werden konnte. Er zeigte die vielen verschiedenen Wege, wie man es machen konnte. Ich erinnere eine Demonstration, in der er zeigte, daß man eine Trance induzieren kann, ohne ein Wort zu sprechen. Er bat eine Widerstand zeigende Versuchsperson auf die Bühne und ein junger Mann kam nach vorn. Erickson stand da und sagte und tat nichts. Ich konnte sehen, wie der junge Mann in eine Trance ging. Später fragte ich Erickson, welche

subtilen Dinge er gemacht habe, um dies zustande zu bringen. Er antwortete, daß er die Trance induzierte, indem er nichts tat. Der junge Mann kam nach vorne vor all diese Leute, um hypnotisiert zu werden, und Erickson tat nichts. 'Irgend jemand mußte etwas tun', sagte Erickson, 'also ging der junge Mann in eine Trance.'

Ich erinnere mich an die Tage, in denen ich lernte, Hypnose in meinen Therapien anzuwenden. Ich ließ meinen Patienten sich setzen und durchlief eine Induktionsprozedur. Ich bemerkte, daß ein Teil meiner Patienten in Trance gingen, sobald sie sich auf den Stuhl in meinem Büro setzten und ich mußte sie aufwecken, um sie hypnotisieren zu können. Ich begann zu verstehen - und ich glaube, es war nach dieser Demonstration von Erickson -, daß man bei Leuten, die kommen, um hypnotisiert zu werden, nichts weiter zu tun braucht, als aus dem Weg zu gehen, den sie von alleine gehen. Erickson nutzte den sozialen Kontext, wenn er Hypnose verwendete und dachte immer in größeren Einheiten als nur an sich und die Person. Hypnotisierte Versuchspersonen sind oft bessere Versuchspersonen, wenn sie sich in einem Dreiecksverhältnis mit dem Auditorium befinden als in dem Zweierverhältnis alleine mit dem Hypnotiseur.

Neben seiner Fähigkeit, Leute außerhalb ihres Bewußtseins zu beeinflussen, hatte Erickson eine weitere Begabung, die bewirkte, daß manche Leute sich in seiner Gesellschaft unsicher fühlten. Er war ein außergewöhnlich guter Beobachter und konnte über die Körperhaltung und Körperbewegungen einer Person deren Gedanken erschließen. Er betonte sehr, daß ein Therapeut ein genauer Beobachter sein müsse, und daß Körperhaltung und Körperreaktionen als eigenständige Sprache zu betrachten seien.

Erickson verbessert gerne die Beobachtungsgabe derer, die er ausbildete. Als John Weakland und ich ihn einmal besuchten, rief er uns in sein Büro, um einen kurzen Blick auf einen Patienten zu werfen. Es war eine Frau, die mit geschlossenen Augen auf einem Stuhl saß. Später, als die Frau gegangen war, fragte Erickson uns, was wir beobachtet hatten. Die Frage war so allgemein, daß es uns schwer fiel, sie zu beantworten. Wie gaben kluge Kommentare, wie die Tatsache, daß es eine Frau war und daß sie zudem in einer Trance gewesen war. Erickson wies unsere Bemerkungen zurück und hob hervor, daß eine Gesichtshälfte der Frau etwas größer war als die andere und die rechte Hand größer als die Linke. Er sagte, daß dies für eine Diagnose offensichtlich wichtig sei und wir mußten zustimmen.

Normalerweise wählen sich Leute keine Situation aus, in der sie genau beobachtet werden. Ericksons Schüler fühlten sich unbehaglich, wenn sie seinen Beobachtungsfähigkeiten ausgesetzt waren. Einmal unterhielt ich mich mit einem Psychoanalytiker, der als Krankenhaus-Psychoanalytiker vor vielen Jahren an einem Training mit Erickson in Michigan teilnahm. Er erzählte von dem Respekt, um nicht zu sagen von der Angst, die die Krankenhausärzte vor Erickson hatten. Er sagte, daß Erickson hohe Erwartungen an seine Studenten hatte. Er stellte eine Frage und starrte dann auf den betreffenden Arzt mit seiner, wie sie es nannten, 'Augenfixierung'. Seine Beobachtungsgabe war legendär und er bestand darauf, daß die Ärzte sie ebenfalls entwickelten. Zum Beispiel erzählte der Psychoanalytiker, daß eines Tages seine Frau über das Krankenhausgrundstück ging und Erickson sie anhielt. 'Sie sind schwanger, nicht wahr?' sagte er. 'Ja', antwortete sie überrascht, denn sie hatte es selbst gerade erst erfahren. 'Woher wissen sie das?' fragte sie. 'Ihre Stirn hat ihre Farbe verändert', antwortete Erickson.

Erickson stellte hohe Ansprüche an sich als Kliniker und hatte dieselben Erwartungen an seine Schüler. Er hielt es für wichtig, daß ein Therapeut ein guter Beobachter war, aber noch mehr als das erwartete er ein weites Spektrum von Fähigkeiten. Er betonte, daß ein Therapeut seine Bewegungen und Körperhaltungen einsetzen sollte, um den Patienten zu beeinflussen. Oft erläuterte er, wie man einer Idee besonderen Nachdruck durch eine Kopfbewegung oder eine andere Körperbewegung verleihen kann. Ebenso erwartete er von einem Therapeuten, daß dieser seine Stimme kontrollieren konnte, um Worten einen bestimmten Nachdruck zu verleihen, wenn eine Idee kommuniziert werden sollte. Während er sprach, gab er bestimmten Wörtern gerne eine besondere Betonung, damit ein neuer Sinnzusammenhang entstand. Als wir besprachen, wie er etwas für einen Patienten formulierte, machte er die Betonung nach, die er bei seinen Worten benutzt hatte. Manchmal waren die Unterschiede, die er benutzt hatte, so fein, daß sie kaum zu erfassen waren.

Erickson erwartete von einem Therapeuten ein fundiertes Wissen über Psychopathologie, ein breites Verständnis von Menschen und deren normalen sozialen Gegebenheiten, genaue Beobachtung und die Fähigkeit, sich unterschiedlich zu verhalten, von autoritär bis hilflos. Er erwartete zudem von einem Therapeuten, wie ein Schauspieler Kontrolle über den Einsatz von Körperbewegungen und Stimme zu haben. Nachdem ich Erickson beobachtet hatte, begann ich zu verstehen, welche Fähigkeiten nötig waren, um ein Meister-Therapeut zu werden. Zu dieser Zeit dachte ich darüber nach, mich einem Beruf zuzuwenden, der weniger Exaktheit erforderte wie z.B. Supervisor oder Lehrer.

Eine der wichtigsten Eigenschaften Ericksons, die in seiner ganzen Arbeit zu finden waren, war sein Sinn für Humor. Er entdeckte Humor überall und liebte einfache Witze und Rätsel genauso wie Wort- und Satzspiele. Ich glaube, es war sein Humor, der ihn davor bewahrte, in seinem Einfluß übermächtig zu werden. Irgend etwas an der absurden Natur des Menschen und seiner Probleme nahm er als gegeben hin. Lassen sie mich ein Beispiel geben. Einmal fragte ich ihn um Rat wegen eines jungen Paares. Die Frau wurde von ihrem Mann zur Verzweiflung getrieben, weil er ihr überall hin folgte, besonders an Wochenenden, wenn sie ihrer Hausarbeit nachging. Wenn sie in die Küche ging, ging er auch in die Küche, wenn sie hinaus ging, ging er auch hinaus. Ihr Hauptproblem war, daß er ihr, wenn sie staubsaugte, von Zimmer zu Zimmer folgte und ihr zusah. Sie hatte sich bei ihm beschwert, und er sagte, daß er versucht habe, damit aufzuhören, aber irgendwie klappte es nicht. Er ertappte sich dabei, wie er ihr folgte und ihr beim Staubsaugen zusah.

Ich fragte Erickson, was ich tun könnte, um das Problem dieses Ehepaares zu lösen. Erickson antwortete, die Lösung läge auf der Hand. Ich solle mit der Frau alleine sprechen und sie dazu bewegen, meinen Anweisungen zu folgen. Am nächsten Samstag solle sie wie gewöhnlich staubsaugen, und wenn ihr Mann ihr dabei von Zimmer zu Zimmer folge, solle sie es ignorieren. Wenn sie dann mit Staubsaugen fertig sei, solle sie den vollen Staubsaugerbeutel nehmen, in jedes Zimmer gehen, in dem sie gesaugt habe und einen Haufen Staub auf den Fußboden streuen. Sie solle sagen: 'So, das wars', und den Staub nicht mehr anrühren, bis sie am nächsten Samstag wieder staubsaugt, sodaß er die gesamte Woche liegen bleibe. Ich instruierte die Frau, wie Erickson es mir empfohlen hatte. Ihr Ehemann hörte daraufhin auf, ihr im Haus hinterher zu laufen.

Ericksons therapeutischer Ansatz scheint uns mehr als der irgendeines anderer Therapeuten zu zwingen, darüber nachzudenken, ob die logische Landkarte über die Welt geeignet ist, das Verhalten und die Probleme der Menschen zu erklären. Erickson fühlte sich wohl mit Paradoxien, während die meisten Menschen sie zu vermeiden suchen. Wenn es ihm möglich war, präsentierte er sein Vorgehen auf paradoxe Weise. Lassen sie mich ein Beispiel aus einem der sozialen Experimente Ericksons anführen.

Eine ganz einzigartige Seite Ericksons war sein Interesse an Experimenten mit Menschen und Situationen. Er führte nicht nur Experimente im Labor durch sondern, trotz seiner Beschäftigung mit Laborsituationen, auch in natürlichen sozialen Situationen. Es war typisch für ihn, daß er, egal in welcher Gesellschaft er sich befand, ein Experiment machte, um zu sehen, wie jemand auf dieses oder jenes reagierte. Er erzählte mir manchmal, daß er gelegentlich sich bei einer Party jemanden auswählte, und seine Augenfixation anwendete, um zu sehen, wie die Person reagierte. Oder er stellte sich die Aufgabe, jemanden dazu zu bewegen, von einem Stuhl auf einen anderen zu wechseln, ohne die Person direkt dazu aufzufordern. Manchmal schien das für ihn ein Weg zu sein, sich in Situationen nicht zu langweilen, die sein aktiver Geist als zu routinemäßig empfand. Bei anderen Gelegenheiten machte er stärker strukturierte Experimente in sozialen Situationen.

Ich erinnere ein Experiment, wo Erickson sagte, er wolle demonstrieren, daß man eine Person dazu bringen könne, etwas zu vergessen, indem man sie ständig daran erinnert. Erickson war ein Meister in der Aktivierung von Amnesie, und er arbeitete sowohl in der Hypnose als auch in normalen sozialen Situationen damit. Das Experiment, das er beschrieb, war folgendes: Er hielt ein Seminar mit einer Gruppe von Studenten und arrangierte die Situation so, daß ein junger Mann, der Kettenraucher war, zu seiner Rechten ohne Zigarette saß. Während sie das wichtige akademische Thema des Seminars diskutierten, wandte sich Erickson dem jungen Mann zu und bot ihm eine Zigarette an. Als der junge Mann nach der Zigarette griff, wurde Erickson von jemandem zu seiner Linken etwas gefragt. Während er sich umdrehte, um die Frage zu beantworten, zog Erickson scheinbar unabsichtlich die Zigaretten weg, bevor der

junge Mann eine nehmen konnte. Die Gruppe fuhr mit der Diskussion fort, und Erickson schien sich daran zu erinnern, daß er eine Zigarette angeboten hatte. Er drehte sich um, bot dem jungen Raucher nochmals eine Zigarette an und wieder stellte jemand zu seiner Linken eine Frage, so daß er unbeabsichtigt die Zigaretten wieder von dem jungen Mann wegdrehte, um die Frage zu beantworten. Natürlich waren diese Unterbrechungen vorher abgesprochen. Allen Studenten bis auf den Raucher war klar, worum es bei dem Experiment ging. Nachdem diese Prozedur mehrere Male wiederholt worden war, verlor der junge Mann das Interesse an der Zigarette und griff nicht mehr danach, als sie ihm angeboten wurde. Am Ende des Seminars wurde er von den anderen Studenten gefragt, ob er eine Zigarette bekommen habe. Er konnte sich nicht erinnern, daß ihm eine angeboten worden war; er hatte also eine Amnesie für das, was geschehen war. Erickson erklärte, bedeutsam seien das Angebot, das scheinbar unabsichtliche Abwenden und die Frustration gewesen. Der junge Mann konnte Erickson nicht vorwerfen, ihm etwas vorenthalten zu haben, da es augenscheinlich nicht Ericksons Schuld war; dennoch war er frustriert worden. Auf diese klassische Doppelbindung reagierte er, indem er einfach die gesamte Sequenz vergaß.

Es war dieses fortwährende Experimentieren, welches Erickson, wie ich glaube, nicht nur sein Wissen über menschliches Verhalten gab sondern ihn auch zu neuen therapeutischen Techniken führte. Zum Beispiel hatte Erickson ein Verfahren, um Personen zu helfen, die abhängig von Medikamenten wie z.B. Tranquilizern waren. Wenn er sich weigerte, der Person ein derartiges Medikament zu verschreiben, würde diese Person einfach zu einem anderen Arzt gehen, der es ihr verschreiben würde. Deshalb stimmte Erickson zu, ein Rezept zu schreiben, wenn es verlangt wurde, und begann seinen Rezeptblock zwischen den Dingen auf seinem Schreibtisch zu suchen. Während er dannach suchte, begann er ein Gespräch mit dem Patienten, welches zunehmend interessanter wurde. Das Gespräch hielt an, bis die Sitzung beendet war. Erst nach dem Ende der Sitzung begann die Person zu realisieren, daß das Rezept vergessen worden war. Die Person ging nicht zu einem anderen Arzt, weil die Angelegenheit mit Erickson unerledigt geblieben war. Die Person konnte Erickson nicht vorwerfen, ihr das Rezept verweigert zu haben, da er ja bereit gewesen war, es auszustellen, es aber unabsichtlich nicht getan hatte. Genau wie mit den Zigaretten hatte er es freundlich angeboten und war dann abgelenkt worden. Er war der Meinung, die Person würde so beginnen, das Interesse an der Medikation zu verlieren und sie zu vergessen.

Viele von uns haben Schwierigkeiten, Ericksons Techniken zu übernehmen, wegen der zur Durchführung nötigen Fähigkeiten. Das Training in sozialen Fertigkeiten war nicht Teil der akademischen Ausbildung eines Therapeuten. Ein Nutzen der Hypnose ist, daß man lernt, wie man Anweisungen gibt. Bei einem Training in Hypnose lernt man, wie man Leute motiviert, wie man sie zu bestimmtem Verhalten bewegt und wie man auf die Reaktion eingeht, usw. Dieses Lernen ist wichtig, wenn man eine Therapie durchführt, die auf den Erwerb von Fähigkeiten aufbaut. Was Erickson von anderen Hypnotisuren unterschied, war sein Interesse und seine Beschäftigung mit zwischenmenschlichen Prozessen der Tranceinduktion, und nicht nur die Beschäftigung mit standardisierten Verfahren. Er war der Ansicht, daß eine hypnotische Induktion auf die Eigenart des Hypnotiseurs, auf die Besonderheit der zu hypnotisierenden Person und die besondere Situation, in der sich beide befinden, abgestimmt sein muß. Jede hypnotische Beziehung wie auch jede Therapie war für ihn einzigartig.

Die heute³ hier anwesenden jungen Leute werden es sich kaum vorstellen können, wie es war, Erickson zu einem Zeitpunkt zu hören, wo die Vorstellungen auf diesem Gebiet noch ganz anders waren. Hierfür ein Beispiel: in den 50er Jahren arbeitete ich in Gregory Batesons Forschungsprojekt in einem Veteranen-Krankenhaus. Ich untersuchte den Kommunikationsstil eines als psychotisch diagnostizierten 40jährigen Mannes und führte die Therapie durch. Neben anderen Dingen sprach er davon, Zement in seinem Bauch zu haben, und er schien das manchmal wirklich zu glauben. Er beklagte sich ständig über seine Verdauung und dasurchbare Gefühl in seinem Magen. Zu dieser Zeit hatte die Avantgarde der Psychiatrie einen Schritt nach vorn oder in die Tiefe gemacht, in das Unbewußte. Bei der Beschäftigung mit der genitalen Phase und dem Ödipus-Konflikt war man beim Studium der Psychosen bei der oralen Phase angelangt. Damals wurde behauptet, die Brust sei die 'Traumprojektionswand', und die Ursache der Störung wurde mit der steinernen Brust der Mutter zusammengebracht, von der John Rosen sprach, und auf das Gift in der Muttermilch. Da ich der Avant-

garde angehörte, unterbreitete ich dem armen Kerl Ideen über seine Mutter und seine orale Fixierung und so weiter, von denen ich annahm, sie seien die Ursache seiner Wahnvorstellung, Zement im Bauch zu haben. Die Logik in der Symbolik war unwiderlegbar.

Ungefähr zu dieser Zeit fing ich an, mit Erickson Gespräche zu führen, und ich fragte ihn, wie er mit diesen Wahnvorstellungen des Patienten, Zement im Bauch zu haben, umgehen würde. Erickson antwortete: 'Ich würde mit dem Patienten in die Krankenhauskantine gehen und das Essen probieren'. Ich war über die oberflächliche Herangehensweise an das Problem erstaunt. Erickson fuhr fort, daß er dem Patienten Erklärungen zur Verdauung geben würde, welche Speisen leicht verdaulich und welche schwerverdaulich seien. Ich hatte das Gefühl, Erickson habe keine Ahnung, wie man psychotische Vorstellungen dieser Art angehen kann. Erst einige Zeit später ging ich zufällig in die Krankenhauskantine und entdeckte die Qualität des Essens. Von da an wählte ich einen praktischeren Ansatz, und ich gelangte zu der Ansicht, daß Therapie wirkungsvoller sein könnte, wenn der Patient aus dem Krankenhaus in die reale Welt ginge, statt auf einer Station zu sitzen und sich über seinen Magen zu beklagen.

Jahre später, als unser Forschungsprojekt große Fortschritte gemacht hatte, war Erickson uns immer noch voraus. Ich kann mich erinnern, daß ich 1958 einige Zeit mit Psychotikern ganz praktisch in der realen Welt gearbeitet habe und sogar Therapien mit der ganzen Familie gemacht habe. Wir hatten den 'Kommunikationsansatz' entdeckt und klärten die Kommunikation zwischen Kind und Eltern, indem wir ihre Gefühle und Gedanken übereinander zur Sprache brachten. Unser Ziel war es, mehr Harmonie und eine engere Beziehung zwischen den Familienmitgliedern aufzubauen. Zu dieser Zeit sprach ich mit Erickson über unseren Ansatz und er meinte, daß der Versuch, Nähe zwischen jungen Psychotikern und ihren Eltern herzustellen, ein Fehler sei. 'Das ist keine Zeit für Nähe', sagte er, 'es ist die Zeit, wo sich der junge Mensch von der Familie lösen muß'. Ich hatte natürlich das Gefühl, Erickson verstehe nicht die Bedeutung der Kommunikationstheorie und habe keine Ahnung von diesem neuen Ansatz, den wir entwickelten. Ein paar Jahre später wurde mir klar, daß die Problematik junger, psychotischer Erwachsener nicht in der Verbundenheit mit seiner Familie besteht, sondern es wichtig ist, den Eltern und Heranwachsenden zu helfen, sich voneinander zu lösen, und der Familie zu ermöglichen, diese Veränderung zu bewältigen.

Ich möchte damit nicht sagen, daß Erickson uns immer voraus war, oder daß er alles wußte und selbst nicht lernte. Wir hatten ebenso unseren Einfluß auf ihn, wie ich zu meiner Überraschung eines Tages feststellte. Erickson hatte seine eigene Vorgehensweise bei der Therapie einer als schizophren diagnostizierten Person. Zum Beispiel behandelte er eine Lehrerin, die manchmal ziemlich durchdrehte. Er bewegte sie dazu, ihre Wahnvorstellungen in seinem Büro im Schrank einzuschließen, wo sie sicher waren und ihrer Lehrtätigkeit nicht im Wege standen. Sie tat das und suchte Erickson in unregelmäßigen Abständen auf. Dann war sie im Begriff, in eine andere Stadt zu gehen und machte sich Sorgen, daß sie dort verrückt werden könnte und Erickson nicht zur Verfügung stünde. Erickson sagte ihr daraufhin, 'Wenn sie eine psychotische Episode haben, warum stecken sie sie nicht in einen Briefumschlag und schicken sie mir'. Die Frau stimmte zu und kam in der anderen Stadt gut zurecht. Ab und zu schickte sie Erickson eine psychotische Episode in einem Briefumschlag. Was mich an diesem Fall faszinierte, war nicht nur die Idee, die Frau zu bewegen, ihre psychotischen Episoden in Briefumschläge zu stecken, sondern daß Erickson alle Umschläge sammelte. Er wußte, daß sie eines Tages zurückkommen würde und sie zu sehen wünschte. Und genau das tat sie.

Wenn man diese Therapie genauer betrachtet, so hat es den Anschein, daß Erickson annahm, daß die Frau nicht verändert sondern nur stabilisiert werden könnte. Später, als ich Erickson besuchte, stellte er mir eine junge Frau vor, die ihm ihre Hochzeitsbilder zeigte. Nachdem sie gegangen war, erzählte er mir, daß sie schizophren gewesen sei und sich gut erholt habe. Ich hob hervor, daß es ehemals den Anschein gehabt habe, er vertrete die Ansicht, eine schizophrene Person könne nur stabilisiert aber nicht geheilt werden. Ich fragte ihn, ob das nicht ein Abrücken von seiner früheren, traditionellen Sicht der Schizophrenie sei. Er antwortete, daß dem so sei, und fügte hinzu: 'Schließlich habe ich auch etwas von euch gelernt.'

Ericksons größte Stärke war seine Bereitschaft, seine Vorgehensweise zu ändern und mit neuen Techniken zu experimentieren. Er war Pragmatiker. Aus gewissem Abstand betrachtet, scheint Erickson in seiner Pragmatik und in anderer Hinsicht sehr amerikanisch in seinem Weltbild gewesen zu sein. Die Geschichten und Beispiele, die er gebrauchte, stammten aus dem Farmleben und enthielten die Wertvorstellungen der Kleinstädte. Erzählte er vom Ap-

³ auf dem Kongreß 1980 in Phoenix (Anmerk. d. Hrsg.)

felstehlen aus den Vorgärten, vom Schwimmengehen, oder drückte er seinen Enthusiasmus über das Collegeleben aus, seine Äußerungen kamen aus der Mitte Amerikas. Er besaß ein festes Verständnis über die Art des Aufwachsens in den Vereinigten Staaten, welches für ihn die verschiedenen Familienstadien und die Vorgänge des normalen Lebens verdeutlichte. Er kannte die verschiedenen Regionen des Landes und ihre Vorstellungen, Stile und Vorurteile. Er verstand andere Kulturen so gut, weil er seine eigene so gut kannte und die Unterschiede erkennen konnte.

Erickson vertrat eine andere Tradition als die, die ihre Wurzeln in Europa hatte und sich mehr auf die Klassifikation und Diagnostik psychischer Störungen konzentrierte. Obwohl Erickson an Diagnostik interessiert war, lag sein Hauptinteresse in der Aktivierung von Veränderung. Seine Aufmerksamkeit war auf die Therapie gerichtet als eine eigenständige Kunstform und er entwickelte die praktischen Fähigkeiten, um diese zu verwirklichen. Er war pragmatisch und veränderte das, was er tat, wenn es nicht funktionierte und übernahm lieber eine andere Methode, als an einer festzuhalten, bloß weil sie üblich war, die aber nicht funktionierte. Erickson beschäftigte sich nicht mit philosophischen Schulen, er richtete seine Aufmerksamkeit vor allem auf die reale Welt und reale Probleme. Er empfahl Therapeuten, jene Techniken zu benutzen, die funktionierten, und diejenigen, die nicht funktionierten, unabhängig von den traditionellen Vorstellungen zu verwerfen. Er riet nicht dazu, sich eine berühmte Persönlichkeit auszusuchen, um seine Praxis danach auszurichten, sondern die eigene Arbeit durch ihre Ergebnisse zu rechtfertigen. Diese Ideen sind ebenso charakteristisch für den amerikanischen Pragmatismus wie Ericksons Forderung, doch besser selbst tätig zu werden, als nur Beobachter zu sein und auf Veränderungen zu warten.

In den 50er Jahren gab es in den Vereinigten Staaten eine Explosion von innovativen Therapien. Die Frage, wie man Menschen verändern kann, bekam mehr Bedeutung als das Bemühen, wie man sie untersucht und klassifiziert. Die Verhaltenstherapien entwickelten sich ebenso wie die Familientherapien. Jeder wurde weniger philosophisch und zunehmend pragmatischer und interessiert an sozialen Veränderungen. Erickson war seiner Zeit voraus, und als diese Veränderungen zum Tragen kamen, hatte er sie schon vollzogen. Eine Möglichkeit, seinen Beitrag zur gegenwärtigen Revolution im Bereich der Therapie zu beschreiben ist, darauf hinzuweisen, daß seine Position über das, was man in Therapie tun solle, genau das Gegenteil dessen war, was traditionelle Therapeuten taten. Es ist schwer zu glauben, daß er so eine gegenteilige, extreme Position gegenüber der Hauptströmung der Therapie einnahm. Es ist ebenso schwer zu glauben, daß die therapeutischen Hauptrichtungen so falsch gelegen haben, daß es richtig war, das Gegenteil zu tun. Lassen sie mich einige Aspekte seiner Beiträge zusammenfassen, indem ich sie den vor einigen Jahren vorherrschenden Meinungen gegenüberstelle.

Hypnose

In den 40er und 50er Jahren war im Psychotherapiebereich der Einsatz von Hypnose verpönt. Psychoanalytikern wurde Hypnose nicht vermittelt und Sozialarbeiter hätten wahrscheinlich Berufsverbot bekommen, wenn sie versucht hätten, einen Klienten zu hypnotisieren. In klinischen Trainings wurde Hypnose so wenig gelehrt, daß man herumreisen mußte, um sie überhaupt zu vermitteln. Während dieser Zeit der Ablehnung von Hypnose hat Erickson Hypnose in der Psychotherapie benutzt, ein breites Spektrum von Techniken entwickelt und sich dafür eingesetzt, daß sie als grundlegende Fertigkeit Klinikern gelehrt wird.

Symptome

Zu jener Zeit war der Therapiebereich nicht symptomorientiert. Es wurde argumentiert, daß Symptome unwichtig seien und daß die eigentliche Probleme ihre Wurzeln in Charakterstruktur und Persönlichkeit habe. Daraus folgte, daß Klinikern nicht nur nicht wußten, wie man Symptome ändern konnte sondern auch noch argumentierten, daß man sie nicht ändern sollte. Es mußte zu einem Desaster kommen. Erickson nahm die entgegengesetzte Position ein und baute seine Therapie besonders auf den Symptomen auf. Er argumentierte, daß man die Charakterstruktur dadurch ändert, daß man die Therapie auf das spezifische Problem konzentriert. Nach seinen Worten ist das Symptom wie der Griff eines Topfes; wenn man den Griff gut in der Hand hat, kann man eine Menge mit dem Topf machen. Er lehrte, daß man

ein Symptom nicht ignorieren sondern sämtliche Details erfassen sollte. Während man die Häufigkeit, Intensität und so weiter untersuche, würde das Symptom zu etwas werden, was man in der Art bewundern könne, in der es mit allen Aspekten des Lebens einer Person verbunden sei. Die Therapeuten, die Symptome ignorierten und sagten, daß man sich nicht um sie kümmern solle, lernten nie die Komplexität von Symptomverhalten zu schätzen. Sie lernten auch nie zu verändern, was der Patient verändert haben wollte.

Erickson ging vor allem in den Fragen der Einsicht und der Natur des Unbewußten andere Wege. In den 40er und 50er Jahren gewannen die Befürworter von Einsichtstherapie ihren größten Einfluß. Zu dieser Zeit machten die Therapeuten nur Interpretationen. Es wurde allgemein angenommen, daß das Problem einer Person nur das Produkt einer Verdrängung sei, und daß die Vorstellung bewußt gemacht werden müsse. Erickson, der ausgiebig mit unbewußter Verdrängung, Versprechern, Erinnerungen und Träumen experimentiert hatte, hatte schon in den 40er Jahren offensichtlich diese Vorstellung als für die Therapie unwichtig aufgegeben. Damals dachte man, daß ein Therapeut seichte Therapie mache, wenn er keine Einsicht wecke. Erickson dagegen vertrat die Position, daß Einsichtstherapie keine Veränderung hervorrufe; und er implizierte gar, daß Interpretationen über innere Dynamiken eine wirkliche Veränderung verhindern könne.

Ericksons Sichtweise des 'Unbewußten' war das Gegenteil der psychodynamischen Sichtweise jener Zeit. Einsichtstherapie gründete auf der Idee, daß das Unbewußte ein Ort voller negativer Kräfte und Ideen sei, so unannehmbar, daß sie verdrängt werden müßten. Nach dieser Sichtweise mußte sich eine Person vor seinen unbewußten Ideen hüten und den feindlichen und aggressiven Impulsen mißtrauen, die danach strebten sich auszudrücken. Erickson vertrat den entgegengesetzten Standpunkt und akzeptierte die Idee, daß das Unbewußte eine positive Kraft sei, die mehr Wissen in sich barg als das 'Bewußte'. Wenn eine Person einfach sein Unbewußtes arbeiten ließe, würde es sich um alles auf eine positive Art kümmern. Erickson hob hervor, man solle seinem Unbewußten trauen und erwarten, daß es von größtem Nutzen sei. Beispielsweise sagte er, daß, wenn er etwas verlegt habe und vergessen habe, wo es sei, er nicht aufgeregt versuchen würde, es zu finden. Er nahm an, sein Unbewußtes habe es beiseite gelegt und würde es zum rechten Augenblick wieder hervorbringen.

Folglich finden Sie in Ericksons Therapie nie Bemerkungen wie: 'Haben Sie bemerkt, daß Sie nach Ihrem Mann Ihren Vater erwähnen?' oder 'Haben Sie sich gefragt, ob Sie einen unbewußten Wunsch haben, dieser Therapie Widerstand zu leisten?' Erickson ging nicht davon aus, daß Einsicht in unbewußte, unterdrückte Ideen für Veränderung wichtig sei. Das ist der Grund, warum seine Therapie einem Einsichtstherapeuten so merkwürdig vorkam. Wie konnte so ein Therapeut beispielsweise das Arrangement verstehen, daß eine depressive Frau jede Woche einen bestimmten Zeitraum festsetzt, um depressiv zu sein. Oder wie konnte ein Einsichtstherapeut verstehen, daß man ein Symptom paradox verstärkt?

Erickson bot wie immer das Gegenteil von Einsicht an, indem er Amnesie verstärkte und die Menschen außerhalb ihres Bewußtseins veränderte. Lieber veränderte er die Menschen so, daß sie anders träumten und fantasierten, als daß er ihnen helfen würde, die in Träumen und Fantasien verborgene Bedeutung zu verstehen. Er betrachtete eine 'Interpretation' als eine absurde Reduktion einer komplexen Kommunikation. In ähnlicher Weise machte er Therapie - anders als die Therapeuten seiner Zeit - mit Analogien und Parabeln. Erickson führte eine neue Theorie der Veränderung ein, indem er analoge Kommunikation benutzte. In der Vergangenheit hatten Klinikern mit Analogien von Patienten gearbeitet, um Information zu gewinnen indem sie zum Beispiel den Patienten nach Fantasien und Träumen fragten. Oder sie dachten, daß es zu Veränderung führte, wenn man dem Patienten die metaphorische Bedeutung seiner Analogien bewußt mache, indem man die Parallele zwischen dem Inhalt einer Fantasie und einer realen Lebenssituation diskutierte.

Erickson sah das genau andersherum; dadurch daß man dem Menschen seine analogen Darstellungen bewußt machte, würde man keine Änderung hervorrufen sondern sogar eine Änderung verhindern. Das Bewußtsein reduziere die Komplexität des zu verändernden Problems. Wenn er zum Beispiel vom Essen und Trinken sprach als eine Art und Weise, jemanden dahingehend zu beeinflussen, daß er mehr Spaß beim Sex hat und weniger gehemmt ist, dann würde er darauf achten, daß diese Person sich nicht der Parallele zwischen Essen und Sex bewußt wird. Wenn sie anfinge, sich dessen bewußt zu werden, so sollte man, so drückte er es aus, 'schleunigst das Thema wechseln'. Was er wohl vorschlug war, daß solche Therapie zwei

Bedingungen erfüllen sollte: erstens müsse man über etwas reden, das dem analog ist, was der Patient zu ändern wünsche. Man rede also, wenn A und B sich ähnlich sind, über A, um B zu verändern. Sobald die Analogie hergestellt sei, müsse der Therapeut auch Stellung darüber beziehen, wie A in Ordnung sein solle, um B zu ändern. Nur über A zu reden und die Analogie herzustellen, wäre nicht ausreichend und die Analogie bewußt zu machen würde die Veränderung zerstören. Zum Beispiel ist es nicht ausreichend über Essen als analog zu Sex zu reden. Der Therapeut muß auch noch die Position einnehmen, daß Essen genossen werden solle. Zum Beispiel könnte er sagen, daß man an den Vorspeisen Freude haben sollte, damit die Verdauungssäfte vor dem Hauptgericht geweckt werden. Das heißt, während man über den analogen Bereich spricht, der die Ursache der Veränderung ist, sagt man etwas darüber, wie etwas sein sollte. Ich denke, das ist es, was Erickson so oft die Qualität eines ethischen Referenten gab; er betonte, wie die Dinge in einem Bereich sein sollten, um einen anderen Bereich zu verändern.

Betrachten wir ein weiteres Beispiel dafür, wie Erickson außerhalb des Bewußtseins arbeitete. Wenn man eine Person in einem sich wiederholenden Verhaltenszyklus gefangen sieht, so ist der traditionelle Ansatz, der Person diesen Zyklus bewußt zu machen, wobei man annimmt, daß sie dadurch, daß sie sich dessen bewußt wird, aufhören kann, ihr Verhalten zu wiederholen. Erickson schaffte kein Bewußtsein des Zyklus sondern ging einfach daran, ihn zu ändern. Er induzierte dabei vielleicht sogar Amnesie für Verhalten in dem Zyklus, so daß die Person etwas tut und vergißt, daß sie es tat, weswegen sie es dann wieder tut. Diese Wiederholung zwingt dann die anderen Menschen in dem Zyklus anders zu reagieren und so ändert sich dann das eingeschlossene Muster.

Obwohl Erickson nicht die übliche Einsicht anbot, war er ein Erzieher. Dadurch, daß er Rätsel und Puzzles benutzte, brachte er seinen Patienten bei, daß das Leben komplexer ist als sie dachten. Oft lehrte er explizit medizinische und andere Dinge. Er belehrte sie über ihre Sexualorgane und instruierte sie in spezifischen Sexualpraktiken lange bevor 'Sexualtherapie' erlaubt und modisch wurde. Auch das trug zu der Kontroverse um ihn bei.

Haltung des Therapeuten

Herkömmlicherweise war der Therapeut dem Patienten ein objektiver Berater. Er oder sie war ein Beobachter, der zurückspiegelte, was vorgebracht wurde und der Person half, ihre Probleme und Motive zu verstehen. Der Therapeut nahm eher eine Position außerhalb als nicht-teilnehmender Beobachter ein, als in das Leben einer Person einzugreifen. Gefragt, ob es sein Job sei, jemanden zu ändern, würde er nein sagen, seine Aufgabe sei es, den Menschen zu helfen, sich selbst zu verstehen, so daß sie sich entscheiden konnten sich zu ändern, wenn sie das wollten. Der Therapeut war nicht wirklich für die Änderung verantwortlich, daher war es die Schuld des Patienten, wenn die Therapie fehlschlug. Therapeuten nahmen Geld von Patienten dafür, daß sie sie änderten, während sie es ablehnten, Verantwortung dafür zu übernehmen sie zu ändern. Ein merkwürdiges Paradox der Branche.

Wenn wir fragen, was das Gegenteil der traditionellen therapeutischen Haltung ist, treffen wir auf Erickson. Er ging davon aus, daß es seine Verantwortung sei, den Patienten zu ändern. Wenn sich keine Veränderung einstellte, hatte er versagt. Ich kann erinnern, wie er - oft in grimmigem Ton - sagte: 'Dieser Fall besiegt mich noch immer.' Er war kein objektiver Beobachter oder Berater; er griff aktiv in das Leben einer Person ein. Er ging davon aus, daß das, was er tat und sagte, die Ursache der Änderung war, nicht irgendein objektives Bewußtsein, das der Patient erlangt hat. Er besuchte das Haus oder Büro eines Patienten und begleitete sie zu Plätzen, die sie fürchteten.

Sogar Psychoanalytiker, von denen man dachte, sie seien zu sehr mit ihren Patienten involviert, dachten, daß Erickson zu sehr in das Leben des Patienten eintrat. Ich erinnere Frieda Fromm-Reichmanns Bemerkung. Sie hatte den Ruf, eine Therapeutin zu sein, die mit den Patienten, die sie in intensiver Therapie hatte, einen sehr persönlichen Umgang hatte. Als wir sagten, wir beschäftigten uns mit Erickson, sagte sie: 'Hätten Sie sich keinen Therapeuten aussuchen können, der weniger mit seinen Patienten involviert ist?'

Aber obwohl Erickson mit seinen Patienten ein sehr persönliches Verhältnis hatte, war er kein Kumpel, wie es viele humanistische Therapeuten sind. Er hielt seine berufliche Distanz, während er ein Freund und Vertrauter war. Er sagte, er könne mit einem Patienten über et-

was emotional bewegendes sprechen und dabei seine Schuhe wegstrecken. Dann würde er die Schuhe wieder anziehen und später den Patienten über diese Aktion befragen. Der Patient würde sich an dieses Geschehen nicht erinnern. Obwohl Erickson über Konzentration und Amnesie gesprochen hatte, dachte ich über ihn nach. Er konnte eng genug mit dem Patienten involviert sein, um etwas emotional bewegendes hervorzubringen und gleichzeitig war er distanziert genug, um mit dem Wegstrecken seiner Schuhe zu experimentieren.

Kurztherapie

Zu jener Zeit wurde angenommen, daß Langzeittherapie nötig sei, um Veränderungen hervorzubringen. Kurztherapie war einfach etwas, wo man weniger tat als in Langzeittherapie; man vermittelte einfach weniger Einsicht. Erickson arbeitete auf ziemlich entgegengesetzte Art und Weise, indem er Therapie so kurz wie möglich machte. Wenn er Langzeittherapie machte, dann war das dann, wenn er das Problem nicht kürzer lösen konnte. Anstatt sich regelmäßig einige Male pro Woche zu treffen, arbeitete er intermittierend und unterschiedlich lange.

Selbst die Art und Weise, in der er über Kurztherapie sprach, war paradox. Er sagte, die Art und Weise, mit der man eine schnelle Veränderung erzielen könne, sei langsam vorzugehen. Er sagte zum Beispiel des öfteren, man hat eine ziemlich große Veränderung bewirkt, wenn man eine Sekunde lang eine Veränderung erzielt bei einem Symptom, das 24 Stunden am Tag auftritt. Oft pflegte er mit Hypnose eine Ein-Sekunden-Veränderung durch geometrische Progression zu verstärken - von einer zu zwei zu vier und so weiter. Die kleine Veränderung führt unweigerlich zu einer größeren. Erickson meinte: wenn du eine große Veränderung willst, bitte um eine kleine.

Ericksons Kurztherapie fand auch in der wirklichen Welt statt. Er praktizierte eine Therapie des gesunden Menschenverstandes dadurch, daß er Ressourcen in der Gemeinde hatte, die seinen Klienten halfen, wie zum Beispiel ein Friseur, ein Kleiderverkäufer, ein Kellner in einem Restaurant oder was auch immer man vielleicht brauchte. Er war mit den tagtäglichen Handlungen des normalen Lebens vertraut, wußte, wie Durchschnittsfamilien waren und verstand, was Kinder während verschiedener Entwicklungsstufen taten. Er war vertraut mit den Problemen des Altwerdens und kannte sehr genau die Schwierigkeiten beim Umgang mit Schmerz und physischer Krankheit.

Direktive Therapie

Herkömmlicherweise war ein Therapeut nicht-direktiv. Es wurde als falsch angesehen, jemandem zu sagen, was er tun solle - sei es in großen Dingen oder in dem, worüber man sprechen sollte. Es gab die naive Annahme, daß man mit einem Patienten monatelang, ja sogar jahrelang reden könne ohne ihn in dem, was er tun oder sagen würde, zu beeinflussen.

Erickson vertrat die gegenteilige Position. Er argumentierte, daß Veränderung dadurch bewirkt werde, daß der Therapeut direktiv sei. Er war der Ansicht, daß alles direktiv sei, was man in Gegenwart eines Klienten sage oder tue. Die Frage ist nur, wie geschickt man hierbei ist; man solle aber nicht annehmen, daß man nicht direktiv sei.

Familienmitglieder mit einbeziehen

Herkömmlicherweise gehörte es sich nicht, den Angehörigen eines Patienten zu treffen; viele Therapeuten sprachen nicht einmal telefonisch mit einem, aus Angst davor, daß der Therapie irgendein schrecklicher Schaden zugefügt würde. Wie immer war Erickson ganz im Gegenteil dazu gewillt, Angehörige zu treffen und er war einer der ersten Therapeuten, der Familienmitglieder in einem Interview zusammenbrachte. Manchmal sprach er mit Eltern und Kind zusammen, manchmal getrennt, ebenso wie er mit Paaren sowohl zusammen als auch getrennt arbeitete. Er war einer der ersten, der spezifische Vorgehensweisen ausgearbeitet hatte, um sich sträubende Verwandte dazu zu überreden hereinzukommen, wenn sie es ablehnten. Wenn beispielsweise ein Ehemann trotz einer Einladung nicht mit seiner Frau zur Therapie kam, fing Erickson an zu arrangieren, daß er doch kommt. Wenn er mit der Frau sprach, sagte Erickson dann: 'Ihr Mann würde wahrscheinlich diese Angelegenheit so verstehen,' und an einem anderen Punkt sagte er vielleicht: 'Ich bin sicher, Ihr Mann würde diese

Sichtweise haben.' Jedes Mal würde er eine Sichtweise oder ein Verständnis suggerieren, das falsch und nicht die Sichtweise des Mannes war. Wenn die Frau dann heimging, fragte der Ehemann sie über die Therapiesitzung aus. Sie erzählte dann von den Mißverständnissen, die Erickson zum Ausdruck gebracht hatte. Bald sagte dann der Ehemann, daß er einen Termin wollte, 'um diesen Psychiater zurechtzurücken' und kam in die Therapie.

Erickson fühlte sich mit Familien recht wohl. Während Freud sagte, er wußte nicht, was er mit Verwandten von Patienten tun sollte, sagte Erickson, das wisse er schon. Mehr als irgend-ein anderer Therapeut seiner Zeit, definierte Erickson Symptome als Vereinbarungen zwischen Verwandten - nicht nur als Ausdruck eines Individuums. Auch war er gewillt, Therapie mit Freunden und Kollegen zu machen. Da ihm nicht daran gelegen war, eine mystische Beziehung mit einem Patienten aufrechtzuerhalten, konnte er mit einer Person sowohl privaten als auch beruflichen Umgang haben. Kurz zusammengefaßt: herkömmliche Therapeuten waren nicht-direktive Berater des individuellen Patienten. Wenn sie äußerst aktiv waren, ermutigten sie Patienten, zu sprechen und sich auszudrücken. Sie setzten keine Hypnose ein, gaben keine Direktiven, vermieden Verwandte, interviewten keine Familien und befaßten sich nicht mit Symptomen. Sie verließen sich nahezu völlig auf Interpretationen, um sowohl im Individuum als auch in der Gruppentherapie Veränderungen zu bewirken.

Erickson entwickelte in all diesen Variablen gegenteilige Ansätze. Er war ein aktiver Teilnehmer am Leben seiner Patienten, setzte Hypnose ein, gab sowohl paradoxe als auch direkte Verschreibungen, bezog Verwandte in die Therapie ein, machte keine einsichtsvollen Interpretationen oder Gruppentherapie, förderte Amnesie und konzentrierte sich besonders auf Symptome. Wenn wir die zahlreichen Therapieschulen heute und die allgemeine Entwicklungstendenz in diesem Bereich anschauen, so erhält man den Eindruck, daß die meisten sich Ericksons Position zugewandt haben. Sein Therapieansatz wird jetzt akzeptiert und gelehrt, während die Position seiner Opponenten eine historische Kuriosität wird. Wenn Erickson jetzt 50 Jahre alt und auf der Höhe seiner Kraft wäre, würde er meiner Meinung nach den Therapiebereich dominieren. Man könnte denken, es ist traurig, daß er seiner Zeit 20 Jahre voraus war und deshalb in seinen jüngeren Jahren nicht voll anerkannt war. Ich denke jedoch, es ist besser, darüber nachzudenken, wie er unsere Zeit schaffen half. Wenn Erickson nicht seine Arbeit getan und so viel gelehrt hätte, hätten wir nicht die therapeutischen Ideen und Möglichkeiten, die wir heute haben.

Wenn man irgendeinen Aspekt Ericksons auswählt, um darüber zu sprechen, so bedeutet das, daß man irgendeinen anderen Aspekt vernachlässigt. Die Komplexität, die er an den Menschen schätzte, kam bei ihm selbst gut zum Ausdruck. Wenn man Ericksons Interesse an Menschen in der realen Welt betont, so muß man sich daran erinnern, daß er auch ziemlich vollständig die Welt der Fantasie entwickelt hat. Für Erickson war der menschliche Geist ein Raum mit vielen Kammern mit Eingängen und Ausgängen, die oft unabhängig voneinander funktionierten. Man kann genauso gut anderen Menschen wie sich selbst gegenüber Geheimnisse haben. Erickson fühlte sich mit dem Inneren von Menschen und ihren Traumzuständen genauso wohl wie mit den Schwierigkeiten eines Kindes mit dem Rechnen in der Schule.

Schlußbemerkung

In diesem Vortrag habe ich versucht, einige allgemeine und spezielle Themen abzudecken, die Erickson betreffen. Nun bin ich mit Ericksons Sichtweise konfrontiert, daß man ein komplexes Thema zu einer Übervereinfachung reduziert, wenn man irgendeine Vorstellung über menschliches Leben explizit und bewußt macht. Dieses Problem trifft auch auf das zu, was ich hier über diesen außerordentlichen Menschen und sein Werk gesagt habe. Ich denke, daß mit der Zeit andere Menschen ihn besser verstehen werden, als wir das jetzt tun. Lassen Sie mich deswegen eine Bemerkung zitieren, die A. N. Whitehead einmal über einen Redner gemacht hat. Ich hoffe, ich habe Sie in diesem Vortrag in dem großen Dunkel der Person Milton Erickson unverdunkelt gelassen.

Keywords: Erickson, symptoms, unconscious, directive therapy, family-therapy

Abstract: The author describes his own experiences with Milton H. Erickson and then covers the following topics: Erickson's understanding of hypnosis, his particular way to change and utilize

symptoms, his concept of the unconscious, his ideas concerning the role of psychotherapists, his contributions to the development of short term psychotherapy, his use of metaphors in therapeutic and teaching situations, his playfully experimenting approach to people, and his courage in following new roads to psychotherapy.

Anschrift des Autors:

Jay Haley, M.A.
Family Therapy Institute of Washington D.C.
5850 Hubbard Drive
Rockvill, MD 20852
USA

pfeiffer

Erickson, Milton H./Rossi
Ernest L./Rossi, Sheila L.

Hypnose

Induktion — Psychotherapeutische
Anwendung — Beispiele
360 Seiten, DM 42,—
Leben lernen 35
ISBN 3-7904-0265-6

Erickson, Milton H./Rossi, Ernest L.

Hypnotherapie

Aufbau — Beispiele — Forschungen
560 Seiten, DM 58,—
Leben lernen 49
ISBN 3-7904-0328-8

Peter, Burkhard (Hrsg.)

Hypnose und Hypnotherapie nach Milton H. Erickson

Grundlagen und Anwendungsfelder
296 Seiten, DM 34,—
Leben lernen 58
ISBN 3-7904-0424-1

Erhältlich in Ihrer
Buchhandlung.
Fordern Sie unseren
Sonderprospekt an!

J. Pfeiffer Verlag

Zweigniederlassung der G. J. Manz AG
Anzinger Straße 1 · 8000 München 80

Leben
lernen