

Jeffrey K. Zeig

Hypnotische Induktionen

Das Hervorrufen von Ressourcen
und Potenzialen in Trance

Aus dem Amerikanischen von Theo Kierdorf

2015

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Friedrichshafen)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Alfter bei Bonn)
Dr. Barbara Heitger (Wien)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Potsdam)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)
Tom Levold (Köln)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)
Dr. Burkhard Peter (München)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)

Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Dr. Wilhelm Rothaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Dr. Therese Steiner (Embrach)
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Karsten Trebesch (Berlin)
Bernhard Trenkle (Rottweil)
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)
Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Reihe »Hypnose und Hypnotherapie«,
hrsg. von Bernhard Trenkle
Umschlaggestaltung: Uwe Göbel
Umschlagfoto: Beate Ch. Ulrich
Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten
Printed in Germany
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Erste Auflage, 2015
ISBN 978-3-8497-0052-2
© 2015 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Die Originalausgabe ist erschienen unter dem Titel
»The Induction of Hypnosis.
An Ericksonian Elicitation Approach«
© 2014, Jeffrey K. Zeig. Alle Rechte vorbehalten.

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.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Vangerowstraße haben,
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. +49 6221 6438-0
Fax +49 6221 6438-22
info@carl-auer.de

1 Einleitung

Meine Abenteuer in der Welt der Hypnose begannen vor 40 Jahren. Ich war damals Graduate-Student im Masterprogramm des Fachbereichs Klinische Psychologie der San Francisco State University. Ich machte ein Praktikum in der psychiatrischen Abteilung eines städtischen Krankenhauses, die Charles O'Connor, M. D., leitete, und bat Dr. O'Connor eines Tages, mir etwas über Hypnose beizubringen. Er lud mich ein, am folgenden Samstag in seine Privatpraxis zu kommen; er werde mich dort durch ein konkretes hypnotisches Erlebnis mit der Hypnose bekannt machen. Ich saß an jenem Tag ziemlich ängstlich in seinem Behandlungsraum, denn ich hatte absolut keine Vorstellung davon, was auf mich zukam. Als Dr. O'Connor mit der Induktion begann, trommelte ich nervös und ohne es selbst zu merken mit meinen Fingern auf der Stuhllehne. Dr. O'Connor schlug mir vor, weiter mit den Fingern zu trommeln und mich dabei sehr aufmerksam auf das Muster ihrer Bewegung zu konzentrieren. Er erklärte mir, das Muster meiner Fingerbewegungen könne allmählich langsamer werden, und sobald es sich verändere, sei das für mich ein Signal, in Trance zu fallen. Die Fingerbewegungen wurden tatsächlich langsamer ... und ich auch.

Dieses Erlebnis war meine erste Bekanntschaft mit dem Konzept der Utilisation, das in der ericksonschen Hypnose und Psychotherapie eine wichtige Rolle spielt. Ich bat Dr. O'Connor um Lektüreempfehlungen, und er riet mir daraufhin, mich mit dem Werk Milton Ericksons zu befassen. Damals gab es eine von Jay Haley zusammengestellte Schriftenauswahl mit dem Titel *Advanced techniques of hypnosis and psychotherapy*. (Diese Sammlung von Schriften Milton Ericksons ist schon lange nicht mehr im Handel, doch an ihre Stelle sind die *Collected works of Milton H. Erickson* getreten, die unter www.Erickson-Foundation.org [22.04.2015] erhältlich sind.)¹ Der Name Milton Erickson sagte mir damals zwar noch nichts, aber weil ich neugierig auf Hypnose war, besorgte ich mir das Buch. Beim Lesen beeindruckte mich Ericksons tiefes Verständnis von Hypnose und Psychotherapie. Es war das wich-

¹ Die deutsche Ausgabe der *Gesammelten Schriften von Milton H. Erickson* (Rossi 2015) ist nicht mit der aktuellen amerikanischen Gesamtausgabe identisch; sie überschneidet sich teilweise mit ihr (Anm. d. Übers.).

tigste Buch über Psychotherapie, das ich jemals gelesen hatte. In der Folgezeit bemühte ich mich um eine Zusatzausbildung in Hypnose. Mit anderen graduierten Studenten vereinbarte ich mit Eric Greenleaf, Ph. D., ein privates Hypnoseseminar, das wir bei ihm zu Hause veranstalteten. Außerdem nahm ich an Workshops der American Society of Clinical Hypnosis (ASCH) teil, die Erickson gegründet hatte. Kay Thompson, D. D. S., und Bob Pearson, M. D., Studenten Ericksons der ersten Generation, waren zwei meiner wichtigsten ASCH-Lehrer.

Im Jahre 1973 schickte ich meiner Cousine Ellen Landa, die in Tucson Krankenpflege studierte, eine Karte. Ich berichtete ihr über meine Beschäftigung mit Hypnose und insbesondere mit der Arbeit von Milton Erickson. Ich schrieb, Erickson lebe in Phoenix, und empfahl ihr, ihn wenn eben möglich zu besuchen, weil ich ihn für ein Genie hielt. Meine Cousine schrieb zurück, in ihrer College-Zeit habe Roxanna Erickson, Ericksons siebtes Kind, eine Weile mit ihr zusammen ein Zimmer bewohnt. Ellen erklärte, ich hätte Roxanna kennengelernt, als ich sie vor ein paar Jahren in San Francisco besucht hätte. Ich erinnerte mich noch vage, dass Ellen damals gesagt hatte, Roxannas Vater sei ein berühmter Psychiater; doch da mich Psychiatrie zu jener Zeit noch nicht sonderlich interessierte, hatte ich mir Ericksons Namen nicht gemerkt.

Schließlich schrieb ich an Erickson und bat ihn, bei ihm studieren zu dürfen. Wenn man bedenkt, wie schüchtern ich damals war, war dies eine unvorstellbare Kühnheit ... oder Naivität. Ich hatte einen Aufsatz geschrieben, den das *American Journal of Clinical Hypnosis*, eine von Erickson gegründete Zeitschrift, angenommen hatte. Der Aufsatz befasste sich mit einer ericksonschen Utilisationstechnik für die Behandlung schizophrener Patienten, die unter auditorischen Halluzinationen litten. Nachdem ich Erickson eine Satzprobe des Aufsatzes geschickt hatte, erhielt ich von ihm folgenden Brief:

9. November 1973
 Mr. Jeff Zeig
 1039 Ringwood
 Menlo Park, California 94025

Sehr geehrter Herr Zeig,

ich fühle mich durch Ihren Brief sehr geschmeichelt, und obwohl ich mich darauf freue, Sie kennenzulernen, wären die ein oder zwei Pati-

enten, die am Tag zu mir kommen, nicht der Mühe wert, die Arbeit mit ihnen zu nutzen, um Sie zu unterrichten. Außerdem ist mein allgemeiner körperlicher Gesundheitszustand so labil, dass ich nicht weiß, ob ich in der Lage wäre, an zwei Tagen in Folge jeweils eine Stunde mit Ihnen zu arbeiten.

Ich empfehle Ihnen, sich beim Lesen meiner Schriften auf die interpersonalen Beziehungen, die intrapersonalen Beziehungen und den bei einer Verhaltensänderung entstehenden Schneeballeffekt zu konzentrieren. Ich habe Ihren Aufsatz noch nicht gelesen, und ich weiß auch nicht, wann ich das tun werde. Roxanna hat seine Lektüre Freude gemacht.

Ich möchte Sie aber ausdrücklich auch noch auf etwas anderes hinweisen: Sie müssen erkennen, dass Muster, Wortwahl, Direktiven und Suggestionen ziemlich unwichtig sind. Wirklich wichtig sind die Veränderungsmotivation und die Erkenntnis, dass kein Mensch seine wahren Fähigkeiten jemals wirklich kennen wird.

Mit freundlichen Grüßen

Milton H. Erickson, M. D.

Ich habe seine Antwort an mich wohl ein Dutzend Mal gelesen. Mich erstaunte, dass dieser Mann, den ich für ein Genie hielt, an einen Studenten wie mich, der ihn bewunderte, einen Brief schrieb. Ich schrieb zurück und erklärte diesmal, ich brauchte nicht sein Student zu sein, würde ihn aber dessen ungeachtet gerne besuchen. Er erklärte sich einverstanden, mich als Besucher zu empfangen und mich in seinem Haus zu beherbergen. Im Dezember 1973 brach ich zur ersten von vielen Pilgerreisen nach Phoenix auf, um von Erickson zu lernen. Im Juli 1978 zog ich in diese Stadt, um in seiner Nähe zu sein. Erickson hat mir für die Zeit, die ich mit ihm zusammen verbrachte, nie etwas berechnet, und das wusste ich sehr zu schätzen, weil meine finanziellen Mittel damals, gelinde gesagt, äußerst bescheiden waren. Manchmal holte Mrs Erickson mich vom Flughafen ab, weil ich mir kein Taxi hatte leisten können.

Ich habe aus meiner Liebe zu Erickson nie einen Hehl gemacht. Und einer der Gründe dafür, dass ich dieses Buch schreibe, ist, dass ich ihm für alles, was ich in seiner Nähe gelernt habe, etwas zurückgeben möchte.

Weil ich mich auch in die Hypnose verliebte, bin ich schließlich Lehrer für Hypnose geworden. Hypnose ist der Gipfel therapeutischer

Kommunikation. Diejenigen, die Hypnose studieren, lernen, alle Outputkanäle der Kommunikation gleichzeitig zu nutzen, um eine möglichst stark gebündelte Wirkung zu erzielen; dabei kommt es zu einem Transfer des Erlernten auf alle Kanäle. Durch das Erlernen hypnotischer Induktionstechniken können Psychotherapeuten die Effektivität ihrer Arbeit unabhängig von ihrer theoretischen Orientierung verbessern. Ein Therapeut, der sich mit Hypnose beschäftigt, kann unter anderem lernen, strategisch zu denken. Außerdem lernen Kliniker mithilfe der Hypnose, ein erlebnisbasiertes therapeutisches Drama, das die Veränderung fördert, zu kreieren. Sie erlernen eine Technik der Beeinflussung von »Zuständen«.

Ich erinnere mich, dass ich im Jahre 1977 erstmals selbst Hypnose lehrte. Stephen Lankton hatte mich eingeladen, mit ihm zusammen einen Workshop zu leiten. Ich kannte Stephen aus unserer gemeinsamen Zeit als Undergraduate-Studenten an der Michigan State University, und wir arbeiteten in The Listening Ear zusammen, einem der ersten Kriseninterventionszentren überhaupt. Später habe ich in über 40 Ländern Hypnosekurse für Kliniker geleitet – womit ich vielleicht Aussicht auf einen Eintrag ins *Guinnessbuch der Rekorde* habe.

Das vorliegende Buch ist ein Resümee dessen, was ich in einem Hypnosegrundkurs vermitteln würde. Mein guter Freund Manfred Prior würde wohl sagen: Dieses Buch vermittelt »Fortgeschrittenentechniken für Anfänger«.

Ein Buch über Hypnose zu schreiben ist eine Aufgabe, die beängstigen könnte; vielleicht könnte man es mit dem Schreiben eines Buches über Golf oder Schwimmen vergleichen. Man kann unmöglich das Golfspiel erlernen, ohne einen Schläger in der Hand zu haben; und man kann das Schwimmen kaum erlernen, während man auf einer Bank sitzt.

Die Grenzen dieses Buches werden dem ernsthaften Leser schnell offenkundig werden. Es ist eine Einführung in die Welt der Induktion, kein Buch über angewandte Hypnotherapie.

Glücklicherweise ist die Kunst der Induktion leichter zu erlernen als die Kunst der Hypnotherapie. Man könnte dies vergleichen mit dem Versuch herauszufinden, wie man vom eigenen Wohnort am besten nach Phoenix kommt. Für die Reise selbst braucht man sich nur die erforderlichen Transportmöglichkeiten zu sichern. Was man tut, nachdem man in Phoenix angekommen ist, ist schwerer zu sagen.

Ich hoffe, Sie werden dieses Buch genießen. Ich habe mich bemüht, den Humor darin nicht zu kurz kommen zu lassen. Erickson war einer der Ersten, die der Auffassung waren, Humor habe in einer Psychotherapie seinen legitimen Platz. Ganz sicher war er der Erste, der die Nutzung des Humors in einer Psychotherapie legitimierte. Und sicher war er auch der Erste, der die Nutzung des Humors in der Hypnose für legitim hielt.

6 Salvador Dalí trifft Milton H. Erickson – Eine experientielle Einführung

Milton H. Erickson ist der Vater der modernen Hypnose. Er brach mit der Tradition und entwickelte einen völlig neuen Zugang zu Hypnose und Hypnotherapie. Um Ericksons Innovationen in der Theorie und Praxis hypnotischer Methoden zu veranschaulichen, werden wir uns mit einer vergleichbaren Transformation in der Geschichte der Malerei beschäftigen.

Obwohl die Zahl der Malstile und Maltechniken grundsätzlich unbegrenzt ist, muss jeder Maler mit gewissen Einschränkungen und Traditionen zurechtkommen, beispielsweise damit, dass er sein Bild auf einer Leinwand unterbringen muss, die ein bestimmtes Format hat. Innerhalb dieses Rahmens steht ihm jede Ausdrucksmöglichkeit offen. Ein Teil des »Dramas« der bildenden Kunst ist die Spannung zwischen Einschränkungen und künstlerischem Ausdruck. Im Laufe der Zeit wurden neue Maltechniken erfunden und perfektioniert, althergebrachte Einschränkungen verloren an Bedeutung, und neue Ausdrucksmöglichkeiten wurden erschlossen.

Die Entwicklung von der klassischen Malerei zum Impressionismus, zum Surrealismus und zur modernen Kunst beleuchtet die Entwicklung verschiedener künstlerischer Dimensionen: Die Nutzung der Perspektive hat zu einer erheblichen Verbesserung räumlicher Darstellungen geführt, Farben setzt man heute kühner ein als in früheren Zeiten, und die Kunstwerke sind viel abstrakter geworden. Und nicht nur die künstlerischen Techniken haben sich im Laufe der Geschichte verändert, sondern auch die Zielsetzungen der Künstler. In früheren Zeiten spiegelten Gemälde dem Betrachter in der Regel ein Bild der Realität. Sinn und Zweck dieser Kunstwerke war es, eine statische Sicht der Geschichte zu vermitteln – das zu beleuchten, was war.

Später wurde die Malerei abstrakter, und gegenüber der bloßen Spiegelung von Bildern einer statischen Vergangenheit gewann der Ausdruck an Bedeutung. Mit dem Aufkommen des Impressionismus zwang der Künstler sein Publikum, das unmittelbare Kunsterlebnis im gegenwärtigen Augenblick mitzuschaffen. Die Beleuchtung und Konservierung der Geschichte wurde unwichtiger, und die Interaktion zwischen Gemälde und Betrachter trat in den Vordergrund. Das

Gemälde wechselte in die Gegenwart über, statt weiter die Vergangenheit zu besingen. Monet beispielsweise konnte den Betrachter seiner Bilder durch bloße Andeutungen dazu bringen, Seerosen zu sehen. Doch das Produkt der künstlerischen Arbeit blieb weiterhin auf die Leinwand beschränkt.

Es liegt in der Natur des Menschen – zumindest einiger Menschen –, gegen Einschränkungen und Verbote aufzubegehren. Dies kann zu einer regelrechten Rebellion führen – was nicht unbedingt schlecht sein muss, weil eine Rebellion helfen kann, bestehende Grenzen zu überwinden. Die Vorarbeit, die der Impressionismus geleistet hat, ebnete den »rebellischen« Avantgardemalern den Weg. Um kühnere und machtvollere Aussagen machen zu können und ihre expressive Kunst zu beleben, bemalten diese Künstler statt der Leinwand die Rahmen ihrer Bilder oder gleich die Wand statt des Rahmens und der Leinwand; usw. Und dann kam Salvador Dalí. Ich habe mir eine Dalí-Ausstellung im Musée National d'Art Moderne angeschaut, das im Centre Pompidou in Paris untergebracht ist. Diese Ausstellung zeigt, dass Dalí äußerst innovativ gegen den Rahmen rebellierte. Zwei Leinwände von ähnlicher Größe waren nebeneinander aufgehängt, und beide bestanden aus einer Art Schachbrett mit kleinen, farbigen Quadraten. Viele dieser winzigen Quadrate waren in sich vollständige Kunstwerke; sie enthielten »dalieske« Bilder und Symbole, beispielsweise geschmolzene Uhren und in die Länge gezogene Körperteile von Tieren.

Etwa fünf Meter vor den beiden großen Leinwänden hatte Dalí auf einem Stativ ein Stereoskop aufgebaut. Betrachtete man die Leinwände durch das Stereoskop, sah man ein einziges Gemälde. Allerdings befand sich im Zentrum dieses verschmolzenen Bildes etwas, das man nur als »sichtbare Konfusion« beschreiben kann. Um dieses verwirrende Bild aufzulösen, musste der Betrachter geduldig warten, bis sein Gehirn in einen »höheren Gang« geschaltet hatte. Bewusste geistige Anstrengung half dabei nicht weiter. Ließ man dem Geist genügend Spielraum, sich in einem Prozess mühelosen Gegenwärtigseins mit diesem Problem zu beschäftigen, entdeckte er schließlich eine Möglichkeit, die verworrenen Bilder neu zu organisieren. Gab man der unangenehmen Verwirrung die Möglichkeit, sich »automatisch« aufzulösen, produzierte der Geist eine neue Dimension. Dann tauchte aus der Ebene der Gemälde plötzlich ein weiteres Quadrat auf. Es schwebte vor dem Bild der miteinander verschmolzenen Leinwände

im Raum. Man hätte meinen können, dies sei eine Illusion, aber es war keine. Es war da.

Aber ... ein Rest von Konfusion blieb im Zentrum des im Raum schwebenden Quadrats zurück. Setzte sich ein Betrachter der verwirrenden Wirkung noch länger erwartungsvoll aus und gab er, ohne sich zu verkrampfen, seinem Gehirn die Möglichkeit, in einen *noch* höheren Gang zu wechseln, löste sich auch dieser letzte Rest an Konfusion schließlich auf, und ein weiteres Quadrat tauchte auf, das vor dem ersteren im Raum schwebte.

Durch das Zusammenwirken von Komplexität, expressiver Rebellion und technischer Meisterschaft war es Dalí gelungen, eine mehrere Dimensionen umfassende Kunstform zu entwickeln, die aus den ursprünglichen beiden separaten Gemälden, den kleinen »Gemälden« in den Schachbrettquadraten, den durch das Stereoskop verschmolzenen Gemälden und den beiden auf verschiedenen Ebenen im Raum schwebenden Quadraten bestand.

Statt ein Manifest gegen die traditionelle Einschränkung von Gemälden auf eine Leinwand in einem Rahmen oder auf eine Wand zu formulieren, entdeckte Dalí eine Möglichkeit, seiner Malerei dramatische neue Dimensionen zu erschließen. Durch die Nutzung neuer technischer Möglichkeiten gelang es ihm, traditionelle Grenzen zu durchbrechen – mithilfe jenes Prinzips der visuellen Wahrnehmung, dem zufolge das binokulare Sehen ausreicht, um eine Tiefenwahrnehmung zu kreieren. Dalí machte den Betrachter zum aktiven Mitschöpfer dessen, was er sah. Er war nicht mehr nur ein passiver Betrachter, sondern konnte den dargebotenen Reiz unbewusst mit Energie versorgen und so das Kunstwerk lebendig werden lassen. Weil die Situation durch die Mitwirkung des Betrachters belebt wird, ist sie eindrucksvoller. Dalí beförderte den Betrachter aus dem gewohnten Paradigma des Sehens in ein unmittelbares Erleben von Tiefe, Illusion und neuen wahrnehmbaren Realitäten. Dies gelang ihm, obwohl er im traditionellen Rahmen blieb.

Ähnlich hat Milton Erickson der Hypnose und der Psychotherapie insgesamt neue Tiefen und Dimensionen erschlossen. Im Gegensatz zum traditionellen Hypnoseansatz, der auf standardisierten autoritären Suggestionen basierte, die der Patient passiv aufnahm, entwickelte Erickson eine individualisierte Hypnotherapie, die schlafende Ressourcen wecken und nutzen sollte. Außerdem war sein Ansatz deutlich interaktiver als die vor ihm gebräuchliche Hypnotherapie. Erickson

nutzte die Mehrebenenkommunikation, die zu einer Destabilisierung führt und den Empfänger des Kommunizierten so zwingt, die Destabilisierung aufzulösen. Die von Erickson entwickelten Techniken zielen nicht darauf, zu deuten, zu erklären oder den Empfänger der Kommunikation mit einer »realistischen« Repräsentation des Gewesenen zu konfrontieren. Vielmehr verändert dieser Ansatz die Grundgestimmtheit, die Perspektive, das Verhalten und den »Zustand«.

Eine Intervention, deren Empfänger ich war, veranschaulicht sehr prägnant, wie Erickson eine generative Wirkung erzielte (Zeig 1980, dt. 1995, 1985). Ein Anwalt, der einen Klienten verteidigen sollte, nahm wegen eines Mordfalls Kontakt zu Erickson auf, weil er glaubte, die Erinnerung eines Zeugen sei mithilfe von Hypnose verzerrt worden. Erickson hatte einigen mit Spezialaufgaben betrauten Beamten der Polizei von Phoenix Unterricht in investigativer Hypnose gegeben, und wahrscheinlich hatte er auch den Beamten, der in diesem Fall die Hypnosesitzung durchgeführt hatte, ausgebildet. Der Anwalt fragte Erickson, ob er sich die Hypnosesitzungen anschauen und anschließend als Zeuge aussagen könne. Erickson antwortete, er sei dafür zu alt, und empfahl dem Anwalt, stattdessen mich mit dieser Aufgabe zu betrauen.

Ich erklärte dem Anwalt der Verteidigung, ich sei angehender Psychologe und sei bisher noch nie vor Gericht als Zeuge aufgetreten, aber ich sei natürlich gerne bereit, meine Meinung dazu zu äußern, ob die Hypnose im vorliegenden Fall die Erinnerung des Zeugen verzerrt habe. Der Anwalt antwortete, er müsse dem Gericht meine Referenzen vorlegen, bevor er mich als Experten zu einer Verhandlung hinzuziehen könne. Er erklärte dem Gericht, ich sei von Milton Erickson, der weltweit angesehensten Autorität auf dem Gebiet der Hypnose, ausgebildet worden. Aufgrund dieser Referenz wurde ich als Gutachter zugelassen.

Etwas später wendete sich der Staatsanwalt an Erickson und erklärte ihm, dies sei ein wichtiger Fall, in dem es um die Validität der Hypnose als Methode der Forensik gehe. Erickson teilte dem Staatsanwalt mit, er sei wegen seines schlechten Gesundheitszustandes nicht in der Lage, als Zeuge vor Gericht aufzutreten; schließlich erklärte er sich dann doch zu einer eidesstattlichen Aussage bereit, die vor Gericht verlesen werden könne.

Als der Staatsanwalt sich zu Ericksons Referenzen äußerte, sagte er: »Da die Verteidigung anerkannt hat, dass Milton Erickson die weltweit

angesehenste Autorität auf dem Gebiet der Hypnose ist, würden wir ihn gern seine Meinung zu diesem Fall vortragen lassen.« Natürlich wurde Erickson vom Gericht akzeptiert. Trotz seiner gesundheitlichen Probleme ließ er sich in einem Polizeiwagen zum Revier fahren, um sich dort die Videoaufnahme anzuschauen – ein Hinweis darauf, dass er dem Fall große Bedeutung beimaß.

Nun sagte also Erickson für die Staatsanwaltschaft und Dr. Zeig für die Verteidigung aus. Man wird sich vorstellen können, dass ich ein wenig nervös war. Ich fragte Erickson, warum er sich zu dieser Aussage entschlossen habe. Er antwortete in neckendem Ton: »Ich glaube, Sie müssen noch ein paar Dinge lernen, nicht wahr?« Ich antwortete: »Klar doch!« Dann dachte ich einen Moment nach und fügte hinzu: »Erickson, diese Zeugenaussage macht mich nervös. Können Sie mir eine Therapie dagegen empfehlen?«

Er schaute einen Moment zögernd auf den Boden. Ich wusste, dass da etwas im Entstehen begriffen war und dass es mit hoher Wahrscheinlichkeit in Form einer Geschichte zum Ausdruck kommen würde. Erickson leitete die Geschichte mit einem Rat ein: »Sie müssen wissen, wie der Anwalt der Gegenseite drauf ist.«

Er erklärte, er habe vor vielen Jahren einmal an einem Sorgerechtsprozess als Gutachter für den Ehemann teilgenommen. Er habe damals den Eindruck gehabt, die Frau leide unter schweren psychischen Problemen und sei zu Misshandlungen fähig. Nach seiner Auffassung sei der Mann am besten geeignet gewesen, das primäre Sorgerecht zu übernehmen, doch in jener Zeit sei es eher üblich gewesen, das Kind in der Obhut seiner Mutter zu lassen. Erickson sagte, er habe die Anwältin der Gegenseite als schwierig eingeschätzt, weil der Anwalt des Mannes ihm bei einem Treffen vor dem Gerichtstermin keinerlei Informationen über diese Frau gegeben habe. Als der Tag kam, an dem Erickson seine Begutachtung vortragen sollte, war die Anwältin der Frau offenbar gut vorbereitet, denn sie hatte 14 Schreibmaschinenseiten mit Fragen zusammengestellt, um Ericksons Stellungnahme zu entkräften. Sie begann ihre Befragung mit einer ziemlich unverhohlenen Kampfansage: »Erickson, Sie bezeichnen sich als Experten auf dem Gebiet der Psychiatrie. Auf wessen Autorität berufen Sie sich!?«

»Ich bin selbst eine Autorität«, antwortete er. Erickson war klar, dass die Anwältin, hätte er sich auf einen bestimmten Namen berufen, versucht hätte, seine Sachkenntnis infrage zu stellen, indem sie sich auf einen Experten mit bekanntermaßen gegenteiliger Auffassung berufen hätte, und dass sie die Tatsache der Existenz solcher Kon-

troversen außerdem genutzt hätte, um ganz grundsätzlich auf den spekulativen Charakter der vorherrschenden psychiatrischen Theorien hinzuweisen.

Die Anwältin fuhr gereizt mit folgender Frage fort: »Erickson, Sie bezeichnen sich als Experten für Psychiatrie ... Was ist Psychiatrie?« Darauf gab Erickson folgende Antwort: »Ich kann Ihnen das an einem Beispiel erklären: Jeder, der Experte für amerikanische Geschichte ist, würde etwas über Simon Girty wissen ... auch ›Dirty Girty‹ genannt. Jeder, der kein Experte für amerikanische Geschichte ist, würde nichts über Simon Girty wissen ... der auch ›Dirty Girty‹ genannt wird. Jeder Experte für amerikanische Geschichte sollte etwas über Simon Girty wissen ... auch ›Dirty Girty‹ genannt. Und jeder Experte für amerikanische Geschichte würde etwas über Simon Girty wissen ... der auch ›Dirty Girty‹ genannt wird.«

Erickson sagte mir, während dieser Erklärung habe er zum Richter geschaut, und der habe den Kopf in seinen Händen verborgen; der Gerichtsschreiber habe unter seinem Schreibtisch nach einem Stift gesucht; und der Anwalt des Ehemanns habe sich verzweifelt abgemüht, ein hemmungsloses Lachen zu unterdrücken.

Danach legte die Anwältin der Frau ihr vorbereitetes Konzept zur Seite und sagte: »Keine weiteren Fragen, Erickson.«

Nachdem Erickson die Geschichte zu Ende erzählt hatte, schaute er mich an und sagte: »Und der Name der Anwältin der Frau ... war Gertie.« Dann berichtete er, dass er auch in späteren Situationen, in denen der Anwalt des Ehemannes in einem anderen Zusammenhang mit Gertie konfrontiert war, stets eine Möglichkeit gefunden habe, die Geschichte über »Dirty Girty« einzuflechten.

Obgleich Ericksons Anekdote fesselnd gewesen war, spürte ich gleichzeitig eine deutliche somatoforme Konfusion. Was wollte er mir sagen? Was war der Inhalt der an mich gerichteten Botschaft?

Um seinen »Rat« zu verstehen, musste ich meinem Gehirn die Möglichkeit geben, in einen höheren Gang zu wechseln; ich musste sein »Geschenk« auspacken und die darin enthaltenen impliziten Botschaften erkennen: »Traue dir zu, dass du das Richtige tun kannst! Nutze, was du kennst und kannst! Manchmal stellt dein Unbewusstes dir, wenn du es am dringendsten brauchst, eine Ressource zur Verfügung! Lass dich nie durch eine Situation einschüchtern! Du kannst immer etwas Unerwartetes tun! Lass dich nicht durch vorab festgelegte Rollen und Verhaltensweisen einschränken! Du kannst

Methoden aus dem Bereich der Hypnose nutzen, darunter auch eingebettete Befehle!»

Hätte Erickson mir auf meine Bitte um Hilfe hin die im vorigen Absatz formulierten Direktiven offen verbal präsentiert, hätte ich ihm für die Ratschläge gedankt und sie wahrscheinlich sofort wieder vergessen. Weil er mir die Direktiven jedoch abstrakt und indirekt in Form einer Geschichte präsentierte, blieben sie lebendig. Die Geschichte wirkte leicht destabilisierend auf mich. Und die Direktiven darin waren durch die Mühe, die ich aufwenden musste, um ihre impliziten Bedeutungen zu erschließen, für mich zum Leben erwacht.

Jedes Mal wenn ich einen Gerichtssaal betrete, schwebt mir ein bestimmtes Bild vor Augen. Es ist nicht »wirklich da«, aber ich sehe es. Es ist ein mentales Bild von Erickson und mir in seinem Wohnzimmer. Er erzählt mir von »Dirty Girty«, und wir lachen. Er lacht so heftig, dass er außer Atem kommt. Ich lache, weil er lacht. Aus den Tiefen meines Geistes tauchen mühelos dieses Bild und die damit verbundene Emotion auf, die beide mit einem gehörigen Schuss Humor verbunden sind. Ich sehe den Gerichtssaal durch den Filter dieses »illusionären« mentalen Bildes und der damit verbundenen Emotionen, die meine Sicht und meinen »Zustand« für immer verändert haben.

Ericksons Geschichte hat mir geholfen, eine Ressource für die angemessene Bewältigung einer Aufgabe zu entwickeln, die ich vorher als beängstigend empfunden hatte, und dies war ohne jede formelle Hypnose geschehen. Während des gesamten Vorgangs war keine Trance induziert worden. Erickson hatte angewandt, was er eine »naturalistische« Methode zu nennen pflegte.

Im beschriebenen Fall nutzte Erickson eine naturalistische Trance statt einer formellen Hypnose. Wenn man die Grundlagen der Induktion erlernt hat, kann man solche erlebensbasierten Methoden auch im Zusammenhang mit anderen Formen von Psychotherapie nutzen. Ich habe die Geschichte über »Dirty Girty« hier vorgestellt, um dem Leser eine Orientierung zu geben: Wenn Sie weiterlesen, dann behalten Sie im Blick, ob es Möglichkeiten gibt, hypnotische Mittel zu nutzen, um nichthypnotische Interventionen wirksamer zu machen. Das Studium der Hypnose kann zu neuen Erkenntnissen hinsichtlich der erfolgreichen Durchführung einer Therapie verhelfen. Um einem besseren Verständnis der Hypnose den Boden zu bereiten, werden wir uns zunächst mit dem traditionellen Modell beschäftigen.

Anmerkung: Nachdem der Fall damit abgeschlossen war, sprach ich mit Erickson über unsere Erkenntnisse. Wir waren uns einig darüber, dass die Hypnose in diesem Fall nicht sachgerecht angewandt worden war. Nach Ericksons Auffassung konnte die Hypnose kaum auf den Hypnotisierten gewirkt haben, weil der Beamte eine standardisierte Hypnosetechnik benutzt hatte.