

# 1 Typisch Erickson

2 Ein Auszug (S. 22 – 25)

3  
4  
5 Über Erickson aus Wikipedia: [http://de.wikipedia.org/wiki/Milton\\_H.\\_Erickson](http://de.wikipedia.org/wiki/Milton_H._Erickson)

6 ...

7  
8 Obgleich Dr. Erickson sein Kanu nicht über ein Stauwehr tragen konnte, brauchte  
9 er nie um Hilfe zu bitten. „Ich kletterte dann auf einen jeder Pfähle, die immer an  
10 Stauwehren zu finden sind. Schon bald sammelten sich dann jedes Mal Neugierige  
11 um mich, während ich dort oben in einem deutschen Buch las, das ich mit auf die  
12 Reise genommen hatte, um mich auf mein Studium vorzubereiten. Irgendwann  
13 fragte mich dann gewöhnlich einer der Neugierigen, was zum Teufel ich denn  
14 eigentlich dort oben auf dem Pfahl machen würde. Dann schaute ich von meinem  
15 Buch auf und sagte, ich würde darauf warten, dass mir einflie1e, wie ich mein Kanu  
16 über das Stauwehr befördern konnte. Und dann fanden sich immer ein paar  
17 freiwillige Helfer.“

18 Erickson gelang die lange Kanureise mit Hilfe freiwilliger Helfer und indem er dann  
19 und wann irgendwo am Fluss für einen Tag eine Arbeit annahm. Sein  
20 Gesundheitszustand verbesserte sich durch diese Reise erheblich. Nach seiner  
21 Rückkehr war sein Brustkorb 15 cm grösser geworden, er konnte eine Meile weit  
22 schwimmen, und er konnte nun von morgens bis abends stromaufwärts gegen eine  
23 6,5 km/h schnelle Strömung anpaddeln. Ausserdem war es ihm mittlerweile auch  
24 möglich, sein Kanu über einen Staudamm zu tragen.

25 Viele Jahre später, 1952, erlitt Dr. Erickson einen erneuten Polio-Ausbruch, was  
26 wirklich äusserst selten vorkommt. Dadurch wurden sein rechter Arm und seine  
27 rechte Körperseite stark beeinträchtigt. Doch nicht einmal ein Jahr nach diesem  
28 Vorfall machte er sich, auf zwei Krücken gestützt, auf eine schwierige Wanderung in  
29 die Berge von Arizona.

30 Als Dr. Erickson Eloise verliess und sich in Phoenix niederliess, tat er dies  
31 hauptsächlich um seiner Gesundheit willen. Er betreibt seine Privatpraxis in einer  
32 einzigartigen Umgebung. Das Büro, in dem er seine Patienten empfängt, liegt in  
33 dem Haus, in dem er wohnt, einem kleinen Ziegelhaus mit vier Zimmern, das in  
34 einer angenehmen Wohngegend liegt. Sein Wartezimmer ist das Wohnzimmer der  
35 Familie, und seine Patienten haben all die Jahre an seinem Familienleben und an  
36 der Entwicklung seiner acht Kinder teilgenommen. Er empfängt seine Patienten in  
37 einem Büro, das gerade so gross ist, dass sein Schreibtisch, ein paar Stühle und  
38 einige Regale darin Platz finden. An einer Wand hängt ein Bild von seinen Eltern,  
39 die über neunzig Jahre alt wurden, und im ganzen Raum verteilt sind  
40 Familienerinnerungen zu sehen, darunter ein ausgestopfter Dachs. Dieser  
41 „Behandlungsraum“ ist in fast absurder Weise bescheiden für einen Psychiater vom  
42 Ansehen eines Dr. Erickson, doch hält er dieses Ambiente nun einmal für passend.  
43 Einer seiner Schüler, der ebenfalls in Phoenix eine Praxis eröffnete, suchte dafür  
44 nach geeigneten Räumlichkeiten, und er machte Dr. Erickson einmal Vorhaltungen,  
45 dass sein Behandlungsraum doch wirklich unzureichend sei. Erickson entgegnete

46 daraufhin, der Raum sei anfangs sogar noch viel karger gewesen, denn damals  
47 hatte nur ein Kartenspieltischchen und zwei Stühle darin gestanden. Dann setzte er  
48 hinzu: „Aber *ich* war darin.“

49  
50 Neben seiner Privatpraxis erledigt Dr. Erickson noch viele andere berufliche  
51 Aktivitäten von zu Hause aus. Unter anderem übt er von dort unter Mithilfe seiner  
52 Frau seine Funktion als Herausgeber von *The American Journal of Clinical Hypnosis*  
53 aus. Elizabeth Erickson hat im Laufe der Jahre in vielen Bereichen mit ihrem Mann  
54 zusammengearbeitet, und sie ist auch Co-Autorin vieler seiner Schriften. Beide  
55 lernten einander kennen, als sie an der Wayne State University Psychologie studierte  
56 und dort ausserdem als Labor-Assistentin tätig war, und sie haben im Jahre 1936  
57 geheiratet. Dr. Erickson, der schon zuvor verheiratet gewesen war, brachte drei  
58 Kinder mit in seine zweite Ehe. Elizabeth und er haben gemeinsam noch fünf  
59 weitere Kinder bekommen und so eine grosse und lebhafte Familie gegründet. Mrs.  
60 Erickson hat einmal festgestellt, dass sie in dreissig aufeinanderfolgenden Jahren  
61 mindestens jeweils einen Teenager in der Familie gehabt hatten. Die beiden  
62 jüngsten Kinder sind mittlerweile Teenager, während die ältesten verheiratet sind  
63 und selbst schon Kinder haben.

64 Wenn Dr. Erickson über Hypnose und Therapie spricht, führt er immer wieder seine  
65 Erfahrungen mit seinen Kindern als Beispiele an. Leser, die sich fragen mögen, wie  
66 es wohl sein mag, wenn man einen Vater hat, der Meister Hypnotiseur ist, werden  
67 wahrscheinlich Freude an einem Artikel Ericksons mit dem Titel „Pediatric  
68 Hypnotherapy“ haben. Dort beschreibt der Autor, wie er mit einem Vorfall, der  
69 seinen Sohn Robert betraf, umgegangen ist, um zu zeigen, was man tun kann,  
70 wenn Kinder unter Schmerzen leiden. Robert war die Hintertreppe hinabgefallen,  
71 hatte sich die Lippe aufgerissen und sich einen Zahn in den Oberkiefer gerammt.  
72 Das Kind blutete und schrie vor Schmerz und Angst. Die Eltern eilten herbei und  
73 sahen, dass es sich um einen Unfall handelte.

74 Dr. Erickson schreibt darüber:

75  
76 Wir versuchten erst gar nicht, ihn aufzuheben und in den Arm zu nehmen,  
77 sondern sagten ihm, als er zum Atemschnappen inne hielt, um dann  
78 weiterheulen zu können, schnell, einfach und mitfühlend: „**Das tut**  
79 **schrecklich weh, Robert. Es tut schrecklich weh.**“

80 Da wusste mein Sohn ohne jeden Zweifel, dass mir klar war, worüber ich da  
81 redete. Er konnte *mir zustimmen*, und er wusste, dass ich ihm ganz und gar  
82 zustimmte. **Da ich ihm bewiesen hatte, dass ich seine Situation vollkommen**  
83 **verstand, war er in der Lage, mir respektvoll zuzuhören.**

84  
85 Statt den Jungen zu beruhigen, fuhr Dr. Erickson dann auf die für ihn typische  
86 Weise fort:

87  
88 Dann sagte ich zu Robert: „**Und es wird auch noch weiter wehtun.**“ Durch  
89 diese einfache Aussage *formulierte ich seine eigene Angst, ich bestätigte sein*  
90 **eigenes Urteil über die Situation**, demonstrierte, dass ich die ganze Sache

91 völlig verstand und dass ich völlig mit seiner Sichtweise übereinstimmte, denn  
92 in jenem Augenblick sah er lebenslange Qualen und Schmerzen vor sich  
93 liegen.

94 Der nächste Schritt für ihn und für mich war, als er erneut Atem holte, zu  
95 erklären: „Und du wünschst dir um jeden Preis, dass es aufhört wehzutun.“  
96 Wieder waren wir völlig einer Meinung, und er wurde durch meine Aussage  
97 in seinem Wunsch bestätigt und sogar ermutigt. Und es war sein Wunsch,  
98 der voll und ganz aus ihm selbst herausgekommen war und der sein eigenes  
99 dringendes Bedürfnis beinhaltete.

100 Nachdem die Situation auf diese Weise definiert war, konnte ich eine  
101 Suggestion anbieten, bei der ich mir einigermaßen sicher sein konnte, dass  
102 er sie akzeptieren würde. Diese Suggestion lautete: „Vielleicht wird es nach  
103 einer Weile aufhören wehzutun, vielleicht nach einer oder nach zwei  
104 Minuten.“

105 Diese Suggestion war in völliger Übereinstimmung mit seinen eigenen  
106 Bedürfnissen und Wünschen, und da sie mit ‚vielleicht wird‘ verbunden war,  
107 widersprach sie auch nicht seinem eigenen Verständnis der Situation.  
108 Deshalb konnte er die Idee akzeptieren und seine Reaktion auf sie einleiten.

109  
110 Dr. Erickson wendete sich dann einem anderen wichtigen Punkt zu. Er schreibt  
111 darüber:

112  
113 Robert wusste, dass er verletzt war; er konnte sein Blut auf dem Boden sehen,  
114 er schmeckte Blut in seinem Mund, und er sah es auf seinen Händen. Und  
115 trotzdem konnte er sich wie andere Menschen gleichzeitig auch in seinem  
116 Missgeschick eine narzisstische Unterscheidung wünschen und auch den  
117 Wunsch nach einer noch narzisstischeren Tröstung entwickeln. Niemand  
118 möchte ein bisschen Kopfschmerzen haben, weil Kopfschmerzen „ertragen“  
119 werden müssen, weil sie so gewaltig sein müssen, dass nur der Leidende sie  
120 zu ertragen vermag. Menschlicher Stolz ist auf eine so merkwürdige Weise  
121 gut und tröstlich! Deshalb wurde Roberts Aufmerksamkeit durch die simplen  
122 Feststellungen „Das ist ja schrecklich viel Blut auf dem Boden. Ist es gutes,  
123 rotes, starkes Blut? Schau es dir genau an, Mutter, schau nur. Ich glaube,  
124 das ist es, aber ich möchte sicher gehen“ gleichzeitig auf zwei wichtige  
125 Themen gelenkt, die für ihn von überragender Bedeutung waren.

126  
127 Bei der Prüfung stellte sich heraus, dass es tatsächlich „gutes starkes Blut“ war,  
128 doch konnte dies nur am weissen Waschbecken im Badezimmer festgestellt werden.  
129 So konnte der Junge, der mittlerweile aufgehört hatte, vor Schmerz und Angst zu  
130 weinen und schreien, im Badezimmer gesäubert werden. Als er später zum Nähen  
131 der Wunde zum Arzt gebracht wurde, ging es nur noch darum, ob seine Naht so  
132 viele Stiche haben würde wie die, die seine Schwester einmal bekommen hatte. Der  
133 Arzt konnte sogar ohne örtliche Betäubung nähen, und der Junge beobachtete die  
134 Prozedur mit sichtlichem Interesse.

135 Obgleich Dr. Erickson eine normale Privatpraxis hat, legen viele seiner Patienten  
136 lange Reisen zurück, um ihn aufzusuchen. Manche kommen mit dem Flugzeug von  
137 Mexico City, um ihre Probleme von ihm kurieren zu lassen, fast so, als würden sie  
138 einen Chirurgen wegen einer Operation aufsuchen, und andere kommen in  
139 unregelmässigen Abständen von der Westküste zur Behandlung. In den letzten  
140 Jahren hat er sowohl seine Tätigkeit als Therapeut als auch seine Lehrtätigkeit  
141 aufgrund von Krankheit einschränken müssen. Wenn er heute gelegentlich an  
142 Konferenzen teilnimmt, erscheint er im Rollstuhl, und auch seine Arbeit zu Hause  
143 hat er stark reduziert.

144 Viele Bewunderer von Dr. Erickson meinen, dass seine Ansichten über Therapie und  
145 Hypnose nicht in adäquater Weise in psychiatrischen Kreisen bekannt gemacht  
146 worden sind. Obwohl er sehr bekannt und eine umstrittene Persönlichkeit ist, sind  
147 seine grundlegenden Schriften der Öffentlichkeit immer noch nicht leicht  
148 zugänglich. Er hat im Laufe der Jahre seiner Tätigkeit mehr als 100 Fachaufsätze zu  
149 einer Vielzahl von Themen veröffentlicht, doch vermag weder der Leser eines  
150 einzelnen Artikels von Erickson noch der Zuhörer eines seiner Vorträge die Grösse  
151 des Lebenswerks dieses Mannes und die Bedeutung der von ihm eingeführten  
152 Innovationen zu würdigen.

153

154

155 ...

156

157

158 Quelle: **Typisch Erickson**, Muster seiner Arbeit, von Jay Haley, Junfermann Verlag, 1996