

\$ Erickson, Milton H(ayland) * 5. Dezember 1901 (in Aurum, Nevada, USA, als zweites der 9 Kinder von Albert und Clara Erickson). † 25. März 1980 (in Phoenix, Arizona, USA), Begründer der modernen Form der Hypnose als Psychotherapie: Hypnotherapie

Stationen seines Lebens: Sein Vater war zur Zeit von Ericksons Geburt Arbeiter in den Silberminen von Aurum. Als Erickson ca. 5 Jahre alt war, kauften seine Eltern eine Farm in Wisconsin nahe Lowell, wo er auf die Hauptschule ging. Im Juni 1919 schloss er die High-School in Reeseville, Wisconsin ab. Schon als Schüler und später als Student schrieb er Artikel für verschiedene Zeitschriften. Aus dieser Zeit berichtet er auch seine ersten spontanen autohypnotischen Erfahrungen: Seine Probleme als Legastheniker konnte er offenbar dadurch überwinden, dass er nach langem Übern schwirige Buchstaben plötzlich in einer positiven visuellen Halluzination klar und deutlich vor sich sah. Im August 1919 erkrankte er schwer an Kinderlähmung, war fast vollständig gelähmt und dem Tode nahe. Auch aus dieser Zeit berichtete er autohypnotische Erfahrungen: Noch als Gelähmter saß er in einem Schaukelstuhl nahe einem Fenster und wollte gerne nach draußen sehen; allein dieser intensive Wunsch führte schließlich dazu, dass dieser Schaukelstuhl sich leicht zu bewegen begann. Erickson erkannte offensichtlich sehr schnell das ideomotorische Prinzip und benutzte es in der Folge, um durch intensive halluzinative Vorstellungen seine gelähmten Muskeln wieder zu reinnervieren. Erst nach einem Jahr hatte er sich leidlich wieder erholt, war aber immer noch schwach. In diesem Zustand begab er sich auf einem inzwischen legendären Kanu-Trip auf dem Mississippi, auf dem er weitere körperliche Stärke gewann. 1921 begann er sein Studium der Medizin und Psychologie an der Universität von Wisconsin, das er 1928 mit einem Master of Arts (M.A.) in Psychologie und einem Doktor der Medizin (M.D.) abschloss. Im zweiten Jahr dieses Studiums sah er Clarke L. Hull vor Studenten Hypnose demonstrieren. An Kommilitonen, seinen Schwestern und verschiedenen Kameraden probierte er dann selbst. 1923 besuchte er das erste offizielle Hypnose-Seminar, das Hull an der Universität von Wisconsin anbot, leitete dann eine Studiengruppe zur Erforschung von Hypnose und hatte nach diesem Jahr schon mehrere Hundert Personen hypnotisiert. Seinen Lebensunterhalt während des Studiums verdiente er durch psychologische Untersuchungen in Strafanstalten und Waisenhäusern. 1928 wurde er Assistenzarzt am Colorado General Hospital und am Colorado Psychopathic Hospital in Denver, danach bekam er eine Anstellung als Psychiater am Rhode Island State Hospital for Mental Disease in Howard, und 1930 war er als Forschungsleiter am Worcester State Hospital tätig. In diesem Jahr schrieb er seinen ersten professionellen Artikel über Hypnose: „Possible detrimental effects from experimental Hypnosis.“ 1930 - 34 hatte er verschiedene Positionen bis hin zum Chef-Psychiater am Worcester State Hospital in Worcester, Massachusetts inne. 1939 Approbation als Facharzt für Psychiatrie. 1934 - 48 war er Direktor

für Forschung und Ausbildung in Psychiatrie am Wayne County General Hospital in Eloise, Michigan, ab 1939 außerplanmäßige und 1942-48 ordentliche Professur für Psychiatrie an der medizinischen Fakultät der Wayne State Universität in Detroit, Michigan. Daneben Betreuung von Doktorarbeiten für das psychologische Institut, außerplanmäßige Professur am Institut für Sozialarbeit der Wayne State Universität, sowie 1948 Gastprofessor am Institut für klinische Psychologie der Michigan State Universität in East Lansing, Michigan. 1940-55 im Herausgeberteam der Zeitschrift *Diseases of the Nervous System*. 1941-45 Arbeit für die US-Armee während des 2. Weltkrieges; Mitarbeit an verschiedenen Regierungsprojekten zusammen mit Margaret Mead und Gregory Bateson. 1948 aus gesundheitlichen Gründen Übersiedelung nach Phoenix, Arizona, wo er zunächst am Arizona State Hospital arbeitete und dann ab April 1949 eine private Praxis aufbaute. Ab ca. 1950 vermehrt Ausbildungsworkshops und Vorträge über Hypnose an verschiedenen Orten und in verschiedenen Institutionen der USA und Südamerikas. 1957 Gründung (zusammen mit Edward Aston, Irving Sector, William Kroger und S. Hershman) der American Society of Clinical Hypnosis (ASCH), bis 1959 deren Gründungspräsident. 1958 Gründung des American Journal of Clinical Hypnosis, bis 1968 dessen Herausgeber. 1969, also mit 68 Jahren gab er seine rege Vortrags- und Reisetätigkeit auf, da sich sein Gesundheitszustand zunehmend verschlechtert hatte; ab 1976 aufgrund eines progredienten postpoliomyelitischen Syndroms mit Muskelschwund und multiplen Schmerzzuständen völlig an den Rollstuhl gefesselt und auch im Gesicht halbseitig gelähmt. Weit über die Hypnosegemeinschaft hinaus bekannt wurde er 1973 durch Jay Haleys Buch „Uncommon Therapy“ (dt. die Psychotherapie Milton H. Ericksons, 1978). 1974, also mit 73 Jahren gab er seine private psychotherapeutische Praxis ganz auf und begann mit den sog. Lehrseminaren in seinem Haus in Phoenix, Arizona. Aus den Teilnehmern dieser Seminare entwickelte sich die sog. Neo-Ericksonianische Bewegung, Schüler Ericksons der „zweiten Generation“. Prominentester unter diesen ist Jeffrey K. Zeig, Gründer und Direktor der 1979 gegründeten Milton H. Erickson Foundation in Phoenix, welche 1980 den 1st International Congress on Ericksonian Hypnosis and Psychotherapy veranstaltete. Dieser Kongreß sollte zu Ericksons 80. Geburtstag stattfinden. Er fand ohne ihn statt. Erickson arbeitete, im Rollstuhl sitzend, bis wenige Tage vor seinem Tod. Auf einem dieser Lehrseminare wurde im September 1978 auch die Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose, Deutschland (M.E.G.) gegründet mit Burkhard Peter als Gründungsvorsitzendem. In der Folge kam es auch zu Neugründungen in Österreich (Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose und Kurzzeittherapie Austria, MEGA) und in der Schweiz (Gesellschaft für klinische Hypnose Schweiz, GhypS) und zu einer sehr regen Ausbildungstätigkeit in den deutschsprachigen Ländern. Die Renaissance der Hypnose seit den 80er Jahren des 19. Jahrhunderts ist direkt auf Milton Erickson zurückzuführen.

Erickson war Mitglied und Ehrenmitglied mehrerer Organisationen, z. B. der American Psychiatric Association, der American Psychological Association, der American Psychopathological Association, der International Society of Hypnosis und verschiedener nationaler Hypnosegesellschaften. Verschiedene Ehrungen und Auszeichnungen, darunter 1976 die Benjamin Franklin Gold Medal der International Society of Hypnosis mit der Widmung: „To Milton H. Erickson, M.D., innovator, outstanding clinician, and distinguished investigator whose ideas have not only helped create the modern view of hypnosis but have profoundly influenced the practice of all psychotherapy throughout the world.“ Erickson war farbenblind, tontaub und Legastheniker; diese Handicaps schärften seine Beobachtungsgabe und ergaben zusammen mit seinen anfangs spontanen und später immer gezielter eingesetzten autohypnotischen Erfahrungen zur Meisterung seiner Kinderlähmung und verschiedener Schmerzsyndrome einen großen Schatz an Wissen um menschliches Denken, Fühlen und Verhalten und deren Veränderung. Aus zwei Ehen hatte er 8 Kinder.

Wichtige theoretische Beiträge und Orientierungen: Erickson steht in der Reihe der großen Figuren der Geschichte der Hypnose, die man üblicherweise mit Franz Anton Mesmer 1775 beginnen lässt. Er ist der Begründer der modernen Hypnose und Hypnotherapie Ende des 20. Jahrhunderts. Wichtig ist seine Abkehr von der für psychotherapeutische Zwecke eingeschränkten Suggestionstheorie der Schule von Nancy (Bernheim und Liébeault) bzw. der traditionellen, autoritären Suggestivhypnose, welche seit Ende des 19. bis Mitte des 20. Jahrhunderts weitgehend die Hypnose prägte, spätestens nach dem Zweiten Weltkrieg aber kaum noch eine Rolle in der Psychotherapie spielte. Im Gegensatz zu Sigmund Freud Weiterentwicklung der Hypnose zu einer eigenständigen Form von Hypnotherapie. Trotz Fehlens einer elaborierten, konzisen Krankheits- oder Therapie-Theorie, lassen sich einige wichtige Bausteine erkennen: Einführung indirekter Suggestionen, eingestreuter Suggestionen und Metaphern, welche nach der antiautoritären und humanistischen Bewegung der 70er Jahre für wesentlich mehr TherapeutInnen annehmbar waren als die Techniken der klassischen Suggestivhypnose und auch von mehr PatientInnen akzeptiert wurden; die auf Erickson zurückgehenden Techniken hypnotischer Kommunikation waren und sind auch in anderen Psychotherapieformen anwendbar. Betonung des therapeutischen Lernens in hypnotischer Trance und Anwendung hypnotischer Phänomene wie z.B. Armlevitation (ideomotorisches Signalisieren), um Pat. in Kontakt zu bringen mit ihren verborgenen Ressourcen (Evozierung impliziter Gedächtnisinhalte, prozeduralen Wissens und episodischer Erfahrungen). Ausdrückliche Betonung des Konstruktes „Unbewusstes“ als einer benevolenten, therapeutischen Heilergestalt („therapeutischen Tertiums“), die in bestimmten Fällen auch Symptome, Amnesie oder Dissoziation zum Schutz der Person

einsetzt („Das Unbewusste schützt das Bewusste.“ Prinzip des Reframing von Symptomen). Hierdurch, im Gegensatz zur Pathologieorientierung der Psychoanalyse und der Defizitorientierung der frühen Verhaltenstherapie, Einführung und Betonung der Ressourcen- und Lösungsorientierung, was im Zusammenhang mit dem sog. Utilisationsansatz (Prinzip von Pacing und Leading) eine absolute Innovation für die Psychotherapie des 20. Jahrhunderts bedeutete. Die hieraus entwickelten Techniken nicht nur explizit hypnotischer Intervention und Kommunikation – heute als der sog. Ericksonsche Ansatz bezeichnet - bildeten auch den Grundstock für die zeitlich folgenden strategischen (Haley), familientherapeutischen (Mailänder Gruppe um Selvini-Pallazzoli), systemischen (Heidelberger Gruppe um Stierlin) und konstruktivistischen (Watzlawick) Kurzzeittherapien und finden heute selbstverständlichen Eingang in die moderne Verhaltenstherapie (Revenstorf). Neben der hypnotischen Konstruktion alternativer innerer Wirklichkeiten auch Betonung der äußeren Aspekte des Handelns und der sozialen Interaktion, d.h. frühe Anwendung verhaltenstherapeutischer Techniken, die im Zusammenhang mit hypnotischer Trance eine potenzierte Wirkung entfalten. Eine Weiterentwicklung der auf Erickson gründenden Hypnotherapie hin zu einer eigenständigen Therapieform wird von deutschsprachigen Hypnosegesellschaften favorisiert.

Wichtige Publikationen

Rossi EL (Hrsg.) (1995-98) Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson, Bd 1 – 6. Carl Auer, Heidelberg (enthält Ericksons über 140 veröffentlichte und einige nicht veröffentlichte Artikel und Beiträge)

Erickson MH & Rossi EL (1981) Hypnotherapie: Aufbau - Beispiele - Forschungen. Pfeiffer, München

Erickson MH & Rossi EL (1991) Der Februarmann. Persönlichkeits- und Identitätsentwicklung in Hypnose. Junfermann, Paderborn

Haley J (1978) Die Psychotherapie Milton H. Ericksons. Pfeiffer, München

Literatur zur Biographie

Bongartz, W. (2001). Quo vadis hypnosis? Hypnose und Kognition, 18(1+2), 5-12.

Erickson MH & Rossi EL (1977) Autohypnotic Experiences of Milton H. Erickson. The American Journal of Clinical Hypnosis 20(1) 36-54 [dt. In: Rossi EL (Hrsg.) (1996-98). Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson (Bd 1, S 161-194). Carl Auer, Heidelberg]

Peter B (1988) Milton H. Ericksons Weg der Hypnose. Hypnose und Kognition 5(2) 46-53

Peter B (1988) Haben wir einen neuen Mesmer nötig? Hypnose und Kognition 5(2) 87-96

Peter B (1991) So laßt uns denn an Mesmers Grab versammeln und Erickson gedenken. Hypnose und Kognition 8(1) 69-82

Peter B (2000) Ericksonsche Hypnotherapie und die Neukonstruktion des „therapeutischen Tertiums“. Psychotherapie 5(1) 6-21

Peter B (2001) Geschichte der Hypnose in Deutschland. In: D Revenstorf & B Peter (Hrsg.) Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin (697 – 737). Springer, Heidelberg

Zeig J (1986) Experiencing Milton H. Erickson: An Introduction to the Man and His Work. Brunner/Mazel, New York

Alida Iost-Peter

Iost-Peter, Alida, Diplom Psychologin, Mitbegründerin der Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.)

Peter, Burkhard, 1949, Dr.phil., Diplom Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Klinischer Psychologe und Supervisor (BDP), Gesprächspsychotherapeut (GwG), Ausbilder und Supervisor bei anerkannten Verhaltenstherapieausbildungsinstituten (BAP, AVM), in der Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.) und anderen Hypnosegesellschaften, von der Bayerischen Landesärztekammer anerkannter Ausbilder in Hypnose, PME, AT und GT; Gründungsvorsitzender der M.E.G. von 1978-1984, Board Member der International Society of Hypnosis (ISH) 1992 – 2000, Fellow der American Society of Clinical Hypnosis (ASCH), Mit-Herausgeber der Zeitschriften Hypnose und Kognition sowie Hypnosis International Monographs (www.MEG-Stiftung.de), Autor und Co-Autor, Herausgeber und Mitherausgeber von 7 Büchern sowie von mehr als 70 Artikeln und Buchbeiträgen, hauptsächlich zum Thema Hypnose und Hypnotherapie. 1999 Lifetime Achievement Award for outstanding contributions to the field of psychotherapy durch die Milton H. Erickson Foundation, Phoenix, AZ, USA (www.Burkhard-Peter.de)