

Erickson: Von der Theorielosigkeit zur Theorie

Sabine Sühnel

Forschung und Theorie im Lebenswerk von Milton H. Erickson: The missing link

Der theorielose Theoretiker

Der Psychiater Milton H. Erickson (1901-1980) gewann höchste Anerkennung durch seine innovativen Verfahren im Bereich der klinischen Hypnose und hat auch heute noch Anhänger auf der ganzen Welt. Seine Arbeit wurde und wird sowohl in akademischen Kreisen als auch im psychiatrischen Kollegium kontrovers diskutiert. Die Entwicklung eines tieferen Verständnisses des Ericksonschen Vorgehens ist dadurch erschwert, dass es bis heute keine angemessene Theorie für seine Methoden gibt. Er selbst vermied es, seine Vorgehensweisen in festgeschriebene Konstrukte einzugliedern und betonte immer wieder, dass es unmöglich sei, Klienten nach vorgefassten Konzepten erfolgreich zu behandeln. Gerade sein Einfallsreichtum hinsichtlich seiner spontanen und originellen Tranceinduktionen machte ihn bekannt und beliebt. Zahlreiche Fallstudien belegen die Einzigartigkeit, mit der er jedem einzelnen Klienten begegnete. Seine Ablehnung standardisierter Tranceinduktionen machte ihn innerhalb des damaligen Diskurses zur Praxis der Hypnosetherapie zwangsläufig zum Einzelgänger.

Ericksons Fallbeschreibungen, wie auch sein Umgang mit dem Unbewussten, werfen allerdings grundlegende Fragen zur Rolle der Hypnose auf, auch im Vergleich mit anderen therapeutischen Vorgehensweisen. In seinen Schriften gibt es leider fast keine Literaturhinweise oder Bezüge zu Untersuchungen anderer Wissenschaftler und deren Ergebnisse. Vermutlich war es Erickson nicht wichtig, durch nachträgliches Vertuschen möglicher Quellen seine Originalität unter Beweis zu stellen, sondern sehr viel wahrscheinlicher ist, dass er mit dem Beginn seiner Forschung tatsächlich eigene Wege gegangen ist, die kaum Bezug zu den Arbeiten seiner Fachkollegen hatten. Des-

Sabine Sühnel, Berlin

Erickson: Von der Theorielosigkeit zur Theorie

These: Der Psychiater Milton H. Erickson (1901-1980) wird als der einflussreichste Hypnotherapeut des 20. Jahrhunderts angesehen. Die Analyse seines Gesamtwerkes zeigt aber, dass in der bisherigen, ausschließlich die klinischen Betrachtungen fokussierende Rezeption, Entscheidendes übersehen wurde: Ericksons lebenslange Forschung zum Phänomen der Hypnose. **Darlegung der These:** Ericksons Originalität liegt in seiner Fähigkeit zu sehr individuell ausgerichteten, spontanen Tranceinduktionen, die er der jeweiligen Situation und der mit ihr verbundenen einzigartigen inneren Erlebniswelt des einzelnen Klienten anpasste. Originell ist dieser Ansatz auch deshalb, weil er damit die zu seiner Zeit üblichen Methoden der Hypnoseeinführung, Annahmen zur Rolle des Therapeuten, sowie die Konzepte des Unbewussten und des Selbst verließ. Deshalb ordnete er seine Arbeit auch keiner bestimmten Richtung zu. Bedauerlicherweise entwickelte er aber auch kein eigenes theoretisches Konzept, zum Beispiel zum Wesen und der Wirkweise von Hypnose. Trotz des offensichtlichen Erfolges seiner therapeutischen Verfahren betonte Erickson gleichzeitig immer wieder explizit die nur relative Bedeutsamkeit von Techniken. **Standpunkt der Autorin:** Diese Diskrepanz zwischen Rezeption und Selbsteinschätzung, aber auch die Beobachtung, dass es den Nachfolgern Ericksons nicht recht gelingen mag, bei Anwendung der scheinbar gleichen Techniken auch die entsprechenden Therapieerfolge zu erzielen, waren Anlass, Ericksons Grundannahmen über den Menschen, seine Gesundheit und Krankheiten sowie den Heilungsprozess auch mittels seines bislang nicht ausgewerteten Forschungsmaterials herauszuarbeiten. **Folgerungen:** Das Ergebnis dieser Zusammenschau Ericksons klinischer und experimenteller Studien führte zu einem vollständigeren und damit neuen Verständnis von Milton H. Ericksons Leistungen, mit denen ihm eigentlich ein Platz nicht nur in der Geschichte der Hypnosetherapie, sondern in der gesamten Psychologiegeschichte zukommen müsste. Darüber hinaus bietet sie auch einen interessanten Schlüssel zum missing link in der bisherigen hypnotherapeutischen und sonstigen Ausbildungspraxis: Die Schulung innerer Reife, die den Therapeuten befähigt, den Klienten in seinem Sein anzunehmen und ihm eine, auf allen Ebenen vertrauensvolle Situation zu schaffen, in der er sich seiner unverfälschten Wirklichkeit, seiner eigenen Wahrheit und neuen Möglichkeiten öffnen kann.

Schlüsselwörter: Milton H Erickson, Hypnose, Hypnosetherapie, Psychotherapie, Trance.

Erickson: From theoretical void to theoretical framework

Major theme: Milton H. Erickson (1901-1980) is venerated as the most influential practitioner of clinical hypnosis in the 20th century. However, an emphasis on clinical application in the literature on Erickson has obscured the importance of his lifelong research on hypnotic phenomena. One result of this focus has been a limited understanding of his (implicit) theoretical framework. **Development of the theme:** An analysis of Erickson's work reveals that he

went beyond the hypotheses and practices of his contemporaries, transcending the then-customary clinical methods and the underlying concepts of the self and the unconscious. In spite of his therapeutic successes, however, Erickson himself did not provide an explicit theoretical framework. This lack of theory accentuated a focus on methods among his followers which stands in contrast to Erickson, who tended to deemphasize the importance of techniques relative to gaining a deeper understanding of his clients' particular frame of mind. **Author's point of view:** Two main factors have motivated me to research on Erickson's collected works and to expound on his key assumptions about human nature, psychopathology and the healing process. First, the striking discrepancy between Erickson's approach as reflected in his writings and the interpretation given to his work by most of his followers. Second, the observation that other psychotherapists who claim to apply his techniques rarely achieve the same successful outcomes reported by Erickson. **Conclusions:** An evaluation of Erickson's contributions to the field must take into account the complete range of his clinical and experimental studies. Such an approach would reveal Erickson's significance not only within the history of hypnotherapy, but also more broadly within the history of psychology. Additionally, his collected papers provide a key to the missing link in (hypno-) therapeutic trainings; the development of an inner depth which allows the therapist to show complete presence and unconditional acceptance of clients' concerns so that they can grasp their inner realities and open up to new possibilities.

Key words: Milton H. Erickson, hypnosis, hypnotherapy, psychotherapy, trance.

Erickson : du vide théorique à la théorie.

Thème principal: Le psychiatre Milton H. Erickson (1901-1980) est considéré comme l'hypnothérapeute le plus influent du XX^e siècle. Alors que tout l'intérêt qui a été portée sur lui s'est focalisé sur ses observations cliniques, une part des plus importante de son activité a cependant négligée: ses recherches, tout sa vie durant, sur les phénomènes de l'hypnose.

Développement du thème: L'originalité d'Erickson se trouve dans sa capacité à individualiser très spontanément l'induction comme l'orientation de la transe en fonction de la disposition d'esprit singulière de chacun ses patients. À l'origine cela tenait également au fait de la distance qu'il prit par rapport aux pratiques de ses pairs comme aux concepts alors en cours sur le moi ou l'inconscient. C'est la raison pour laquelle il ne structura pas son travail selon une orientation déterminée. De ce fait, il n'a malheureusement développé aucun concept théorique, par exemple sur la nature ou sur l'action de l'hypnose. Malgré le succès évident de son style thérapeutique Erickson a toujours insisté explicitement sur l'importance relative des méthodes et techniques. **Point de vue de l'auteur:** Partant de son matériel de recherche encore inexploité jusqu'à ce jour, cette divergence entre réceptivité et connaissance de soi – mais également l'observation de l'échec des successeurs d'Erickson dans leur tentative d'obtenir de pareils succès thérapeutiques en reproduisant ses techniques – permettent de deviner les suppositions principales qu'Erickson pouvait porter sur la personne humaine, sa santé, ses maladies comme sur les processus de guérison et qui émanent. **Conclusions:** L'évaluation des contributions d'Erickson dans le domaine de l'hypnose thérapeutique doit prendre en compte toute la gamme des études cliniques et expérimentales qu'il a accomplies. Une telle démarche

Erickson: Von der Theorielosigkeit zur Theorie

révélerait sans doute la pertinence de l'œuvre d'Erickson non seulement dans l'histoire de l'hypnothérapie, mais dans celle de la psychologie dans son ensemble. Le recueil de ses écrits permet de trouver les chaînons manquants à la compréhension de la pratique thérapeutique de l'hypnose comme à son enseignement: la maturation intérieure nécessaire au thérapeute afin qu'il soit apte à appréhender en confiance et inconditionnellement son patient dans toute l'amplitude de sa singularité, de propre vision du monde, de sa réalité et de ses potentialités.

Mots-clés: Milton H. Erickson, hypnose, hypnothérapie, psychothérapie, transe.

(Eric Bovin)

halb ist aus seinen Schriften kaum zu erkennen, was oder wer den Verlauf seiner Gedanken und Untersuchungen beeinflusste. In seinen klinischen Berichten und Fallbeispielen fällt auf, dass seine Klienten besonders zugänglich für die Behandlung waren, und dass sich oft nach nur wenigen Sitzungen drastische Verbesserungen zeigten. Aus diesem Grund hat sich die bisherige Rezeption wohl hauptsächlich auf diese klinischen Aspekte konzentriert und es wurde bislang versäumt, die Grenzen und Möglichkeiten der Vorgehensweisen Ericksons in ihrer ganzen Breite und Tiefe auszuloten.

Seine Schüler und Nachfolger haben Erickson bislang in erster Linie auf Grund der originellen therapeutischen Interventionen und hypnotischen Praktiken geschätzt und anerkannt. In ihrem Bestreben, den Kern seines psychotherapeutischen Ansatzes zu verstehen und zu vermitteln, haben sie sich auf dessen verschiedene Methoden der Tranceinduktion, sowie verbale Techniken im Umgang mit Klienten konzentriert (Rossi & Rossi, 1976; Rossi, 1979; Rossi, 1981, Rossi, Ryan & Sharp, 1983; Rossi & Ryan, 1985; Zeig, 1980; 1985; Haley, 1973; Rosen, 1982; Havens, 1985). Sie schildern Fallbeispiele, Seminare oder Vorträge Ericksons und analysieren seine therapeutischen Vorgehensweisen. Für Hypnotherapeuten mögen solche klinischen Betrachtungen interessant sein und Anregung zum Erlernen dieser Techniken geben. Wesentlich Aspekte der Arbeit Ericksons können aber nicht allein durch Analyse und Beschreibung von Fallstudien erklärt und vermittelt werden. Es gibt allerdings auch einige kritische Stimmen, die auf die Schattenseiten einer unreflektierten Idealisierung Ericksons als Mensch und Hypnotiseur verweisen (Peter, 1988b). Verschiedene Autoren heben die Komplexität von Ericksons Wesen und Wirken hervor, um auch andere Therapeuten zur kritischen Suche nach dem zentralen Kern Ericksonischer Psychotherapie anzuregen (Haley, 1988; Peter, 1988a; Lorigo, 1994). Um Ericksons therapeutische Interventionen wirklich zu verstehen, ist auch eine Bezugnahme auf seine Forschung notwendig und ein genaueres Verständnis der von ihm formulierten, beziehungsweise indirekt aus seinen Schriften ermittelbaren Grundannahmen.

Der verwundete Heiler

Im Laufe seines Lebens zeigte Erickson ein breitgefächertes Spektrum an Fähigkeiten

und stellte seine Talente als Wissenschaftler, Hypnosetherapeut, Dozent, Lehrer und Coach unter Beweis. Seine vielfältigen Interessen und Kenntnisse ermöglichten ihm unterschiedliche Beratungstätigkeiten, von der Arbeit mit Regierungsmitgliedern bis hin zur Begleitung von Sportlern, die durch Hypnose ihre Leistungen verbessern wollten. Nicht zuletzt sind seine Beiträge zur Kurzzeittherapie mit Einzelnen, Paaren und Familien erwähnenswert (Haley, 1973). Seine akademische Ausbildung zum Arzt (M. D.) erhielt er an der Universität in Wisconsin. Anschließend war er mehrere Jahre in verschiedenen Psychiatrien tätig und führte dort auch wissenschaftliche Untersuchungen zur Hypnose durch. Mehr als ein Jahrzehnt lehrte er am Wayne State College of Medicine in der Abteilung für Psychiatrie.

Erickson war zeitlebens nur gelegentlich im Austausch mit Kollegen seiner eigenen Disziplin. Mit den Anthropologen Margaret Mead und Aldous Huxley kam es jedoch zu einer jahrelangen gemeinsamen Forschungsarbeit, insbesondere in Form von Untersuchungen zum hypnotischen Bewusstseinszustand und anderen Formen veränderten Bewusstseins. Ericksons Errungenschaften im Bereich der Hypnose können jedoch nicht allein auf der Grundlage seines akademischen Werdegangs und seiner intellektuellen Fähigkeiten erklärt werden. Auch die ungewöhnlichen Umstände seines Lebens lassen Rückschlüsse auf alternative Beweggründe zu, die ihn in der Entwicklung seiner Fähigkeiten unterstützt haben.

Im Alter von 17 und 51 Jahren erlitt Erickson Anfälle von Poliomyelitis (Kinderlähmung). Nach dem ersten Anfall war er komplett gelähmt. Von seinem Arzt aufgegeben, gelang es ihm durch starkes Konzentrieren und Visualisierungen, seinen Körper langsam wieder zu mobilisieren (Rossi, Ryan & Sharp, 1983). Neben schmerzhaften Körperbehinderungen litt er an verschiedenen Wahrnehmungsstörungen (Farbenblindheit, Taubheit für bestimmte Tonhöhen, Legasthenie), die ihn herausforderten idiosynkratische Wege des Lernens und der Orientierung zu finden (Erickson & Rossi, 1977). Rückblickend erkannte Erickson, dass gerade auch seine eigene Erfahrung körperlicher Einschränkungen ihm die Gelegenheit bot, seine Sinne verstärkt zu schulen, was schließlich zu einer außergewöhnlichen Fähigkeit zur Wahrnehmung auch nicht-verbaler Ausdrucksformen führte. Er sah seine Fähigkeit, feine körperliche Reaktionen wahrzunehmen und zu deuten, als unerlässliche Voraussetzung für seine Arbeit als Psychiater und Hypnotherapeut (Haley, 1985). Daher bezeichnete er seine Gebrechlichkeit als „Werkzeug“ und nicht als „Behinderung“ (Haley, 1985, S. 146). Jeffrey Zeig erinnert sich, dass Erickson seine Kinderlähmung als „seine beste Lehre“ beschrieb (pers. Gespräch, 2000). Für Zeig entspricht das Leben Ericksons dem Archetypen des „wounded healers“, des verwundeten Heilers (pers. Gespräch, 2000), eine archetypische Metapher für Menschen, die selbst extremes Leid durchlebt und überwunden haben, und auf diesem Weg der Selbstheilung ungewöhnliche Fertigkeiten entwickeln konnten, die sie dann auch zur Heilung ihrer Mitmenschen einsetzen.

Wissenschaftliche Untersuchungen und Überlegungen zum Phänomen der Hypnose

Zweifel an der Suggestionshypothese

Erickson entdeckte sein Interesse an Hypnose gegen Ende des zweiten Studienjahres an der Universität in Wisconsin. Fasziniert von den Tranceinduktionen seines damaligen Professors Clark L. Hull, begann er verschiedene Methoden zu erproben und führte Aufzeichnungen über seine Beobachtungen. Im Jahre 1923 stellte Erickson seine Ergebnisse in einem von Hulls Seminaren für Studenten höherer Semester wöchentlich zur Diskussion. Zum Ende seines dritten Studienjahres hatte er bereits mehrere hundert Personen hypnotisiert und verschiedenste Untersuchungen durchgeführt (Haley, 1985). Mit zunehmender Erfahrung wagte der junge Erickson, einige grundlegende Annahmen seines Professors in Frage zu stellen, der in Übereinstimmung mit vielen seiner Zeitgenossen Trance als eine Art Schlaf betrachtete und die Wirkkraft der Hypnose größtenteils auf die Fähigkeit des Hypnotiseurs und dessen Fähigkeit zurückführte, standardisierte Suggestionen korrekt anzuwenden (Erickson 1964, 1967). Die Überlegung, dass standardisierte Anweisungen der wesentliche Faktor für die Hypnotisierbarkeit von Versuchspersonen sei, widersprach den Ergebnissen von Ericksons eigenen Untersuchungen. Er sah die zentrale Bedeutung der Wirkkraft von Hypnose vielmehr in der Bereitschaft der Versuchsperson, während der Tranceinduktion bereit zu sein zur Veränderungen mentaler Prozesse. Zur näheren Bestimmung der Rolle des Hypnotiseurs und der Versuchsperson, führte Erickson eine Reihe von Experimenten durch. Da Hull diese, die Bedeutsamkeit der Suggestivkraft des Hypnotiseurs relativierenden Experimente, ablehnte, führte Erickson seine Forschungen dann unter der Leitung von Joseph Jastrow fort (Erickson, 1964). Die Ergebnisse von Ericksons Untersuchungen bestätigten die Bedeutsamkeit von Veränderungen im Bewusstsein der hypnotisierten Versuchspersonen. Zudem stellte Erickson fest, dass Trancezustände auch spontan auftreten, zum Beispiel in Phasen tiefen Nachdenkens und hoher Konzentration. Mit gleichgesinnten Professoren und Studenten diskutierte Erickson über geeignete Methoden zur weiteren Erforschung der Hypnose (Erickson, 1967). Die gemeinsamen Überlegungen führten zur Erkenntnis, dass die Natur hypnotischer Phänomene nur durch das vom Wissenschaftler möglichst unbeeinflusste Beobachten von Versuchspersonen in ihren freien Interaktionen mit der Umwelt bestimmt werden könne. Im weiteren Verlauf seiner Studienzeit vertiefte Erickson die Erforschung spontan und unerwartet auftretenden hypnotischen Verhaltens.

Während Erickson in psychiatrischen Einrichtungen tätig war, gehörte die Forschung zu seinen Hauptaufgaben. Daher stammt der Hauptteil seiner Studien, in denen vorwiegend nach experimentellen Richtlinien gearbeitet wurde, aus dieser Zeit. Zuerst war Erickson Mitarbeiter am „Worcester State Hospital“ (1930-1934). Dort führte er Studien zur Entwicklung von indirekten Methoden der Hypnoseinduktion durch. Etliche der Untersuchungen zeigten, dass diese indirekten Vorgehensweisen

schneller zur Trance führten als die Anwendung direkter Suggestionen (Erickson, 1964). Danach wechselte Erickson zum „Wayne County General Hospital“ (1934 - 1948), wo seine ausführlichsten experimentellen Forschungen zum Phänomen der Hypnose entstanden (Erickson, 1938a, b, c, d; 1939a, c, d; 1940, 1941, 1944a, b, c;). Thematisch lassen sich diese Studien in zwei Bereiche unterteilen: die Untersuchung hypnotisch induzierter Veränderungen sensorischer und psychophysiologischer Prozesse und die experimentelle Darstellung psychodynamischer und psychiatrischer Probleme einschließlich der Möglichkeiten zur Behandlung dieser Störungen. Im Mittelpunkt seiner experimentellen Arbeit stand die Beobachtung mentaler Vorgänge des Trancezustandes und deren unmittelbare Auswirkung auf das Verhalten. Die meisten Untersuchungen fanden unter kontrollierten Bedingungen statt und beruhten auf objektiven Messungen. Es ist jedoch wichtig zu betonen, dass diese Studien begleitet und ergänzt wurden durch Beobachtungen aus diversen Feldforschungen. Die wachsende Erfahrung mit hypnotischen Zuständen führte zu einer kritischen Sicht gegenüber der im Labor hervorgebrachten Ergebnisse. Nach der Eröffnung seiner privaten Praxis im Jahre 1948 publizierte Erickson fast ausschließlich Analysen seiner Feldforschung und klinische Fallbeispiele.

Die Fährte zur aktiven Rolle des einzelnen Klienten

Ericksons zahlreiche Forschungen stehen in engem Zusammenhang mit seiner lebenslangen Frage nach der Natur des Bewusstseinszustandes während der Hypnose. Zeitlebens war er davon überzeugt, dass Hypnose als Phänomen noch nicht hinreichend erfasst worden ist. Die im psychologischen Labor hervorgerufenen, stets passiven Verhaltensweisen hypnotischer Subjekte schienen ihm Ausdruck eines unzulänglichen Verständnisses von Trance zu sein (Erickson, 1944a). Er wies Wissenschaftler (und Therapeuten) darauf hin, dass es sich bei Tranceinduktionen und hypnotischem Verhalten um unterschiedliche Prozesse handelt (Erickson, 1952). In den erwähnten Tranceinduktionen zeigten die Versuchspersonen zwar ein einheitlich passives Abwarten. Dies, so Erickson, könne aber kein Beweis dafür sein, dass nachfolgend nicht auch grundlegend andere Verhaltensmuster auftreten können. Dementsprechend sei die Bereitschaft zur Tranceinduktion auch kein Indiz für die Fähigkeit einer Person, auf die spezifischen Anweisungen für ein bestimmtes hypnotisches Phänomen zu reagieren. Erickson betonte, dass der Hypnotiseur seine Aufmerksamkeit auf den unmittelbaren psychologischen Zustand der Versuchsperson richten solle, da emotionale Reaktionen die Entwicklung eines bestimmten hypnotischen Verhaltens sowohl vorantreiben als auch verhindern können. Aus seiner Sicht beruhen die Ergebnisse von Tranceinduktion und hypnotischer Arbeit in Forschung und Therapie in hohem Maße auf der Bereitschaft des Einzelnen zur Mitarbeit. Daher sollen hypnotische Anweisungen stets im Einklang mit den inneren Vorgängen des Individuums erfolgen. Da die persönliche Motivation zentralen Stellenwert habe, betonte Erickson immer wieder, dass es unmöglich sei, Versuchspersonen unter Anwendung von standardisierten Me-

thoden zu hypnotisieren. Vielmehr benötige jeder Mensch individuell passende Vorgehensweisen, welche zudem von dessen jeweils aktueller Situation abhängig sind. Sein tiefes Verständnis der Natur der Trance ermöglichte es ihm, bei ausgewählten und motivierten Versuchspersonen eine Vielzahl hypnotischer Veränderungen hervorzurufen.

Dabei unterschied er zwischen leichten, mittleren und tiefen Trancezuständen (Erickson, 1967). Diese unterschiedlichen Stufen hypnotischer Erfahrung ergeben sich seiner Ansicht nach aus einer mehr und mehr nachlassenden Wahrnehmung der Außenwelt. Durch die Konzentration auf die eigene Innenwelt würden sich neue Formen des Verhaltens zeigen, die die gewohnten Muster ersetzen. In leichter und mittlerer Trance, so Erickson, zeigen sich noch bestimmte Verhaltensformen des Wachzustandes und eine gewisse Orientierung an der Umwelt. Daher gelten diese Formen der Trance als ungeeignet zur näheren Bestimmung der Wirkweise von Hypnose (Erickson, 1939a).

Ericksons Untersuchungen lag ursprünglich die Annahme zugrunde, dass Versuchspersonen in tiefer Trance ausschließlich nach den Denkmustern ihrer hypnotischen Erfahrung handeln. Er glaubte, durch diese so gegebene Eindeutigkeit hypnotischen Verhaltens zu einer klareren Bestimmung der Natur von Trance zu kommen. Für seine Studien wählte er deshalb nur Personen, die ihre Fähigkeit unter Beweis gestellt hatten, unbeeinflusst von den Verhaltensmustern des Wachzustandes auf Anweisungen reagieren zu können. Vor jeder Versuchsreihe traf Erickson sich mit allen Teilnehmern, um die einzelnen Versuchspersonen individuell auf die Erfordernisse der Studie vorzubereiten (Erickson, 1954a). In mehrstündigen hypnotischen Übungsreihen lernten sie bestimmte Abfolgen, um vom Wachzustand in tiefe Trance zu gehen (Erickson, 1939b). Diese Unterweisungen zielten auch darauf ab, sich von gewohnten Wahrnehmungs- und Reaktionsmustern lösen zu lernen, um sich ausschließlich auf die hypnotischen Anweisungen konzentrieren zu können. In all diesen Studien beobachtete Erickson die hypnotischen Veränderungen, die verschiedene Bereiche psychologischer und physiologischer Funktionen betreffen, wie zum Beispiel den Bezug zur eigenen Identität, zum Gedächtnis, zu sensorischen und motorischen Fähigkeiten, sowie die Herausbildung neuer Fertigkeiten (Erickson, 1959).

Der Schritt aus dem Labor ins wirkliche Leben

Während seiner Tätigkeit in verschiedenen Psychiatrien beschäftigte sich Erickson mit der experimentellen Untersuchung von somnambulen Trancezuständen, um Hypnose vom wissenschaftlichen Standpunkt aus zu verstehen. Diese Untersuchungen erweiterten sein Verständnis tiefer Trance und verwiesen gleichzeitig auf Probleme bei deren Untersuchung. Seine Kritik am vorherrschenden Wissenschaftsbegriff und die nachfolgende Abwendung von experimentellen Vorgehensweisen stehen in direktem Zusammenhang mit seinem wachsenden Verständnis für das Wesen hypnotischer Phänomene. Erickson definierte Hypnose als einen unabhängigen und parallel existieren-

den Bewusstseinszustand, der sich deutlich von den Wahrnehmungen und Ausdrucksformen des Wachzustandes unterscheidet (Erickson, 1944b). Er begründet das mit dem kompletten Ausschalten der Reaktionsmuster des Wachzustandes in somnambuler Trance und den dadurch hervorgebrachten, grundsätzlich veränderten und gesteigerten Fähigkeiten hypnotischer Versuchspersonen im Vergleich zu ihrem Verhalten im Wachzustand. Ericksons kritische Haltung entstand nicht aus einer grundsätzlichen Ablehnung, Gesetzmäßigkeiten aufzudecken und Generalisierungen vorzunehmen. Vielmehr lehnte er es ab, sich ausschließlich mit unter standardisierten Forschungsbedingungen hervorgebrachten Resultaten zu beschäftigen. Aus seiner Perspektive könnten Entwicklungen im Bereich der Psychologie durch die Erforschung von Teilaspekten eines Phänomens genauso vorangetrieben werden, wie durch die Bestrebung, allgemeingültige Annahmen zu formulieren (Erickson, 1962). Klinische Überlegungen standen im Mittelpunkt seiner experimentellen Forschungen. Daher waren für Erickson die Aufzeichnungen seiner Feldforschungen und Fallbeispiele im eigentlichen Sinne empirisch (Erickson, 1932). Erickson betrachtete subjektive Erfahrungen und variierende Ausprägungen hypnotischen Erlebens bei einzelnen Versuchspersonen als grundsätzlich relevant für die wissenschaftliche und theoretische Arbeit zur Hypnose. Dieser Ansatz führte sein Selbstverständnis als theorie-suchender Wissenschaftler und seine Erfahrungen als klinisch-ausgerichteter Therapeut zusammen.

Im Gegensatz zu den geplanten und gezielt hervorgerufenen Phänomenen experimenteller Versuche, beziehen sich Ericksons spätere Forschungen auf das unerwartete und spontan auftretende Verhalten hypnotisierter Versuchspersonen. Während seiner letzten Jahre am „Wayne County General Hospital“ kritisierte er die Vorgehensweisen des psychologischen Labors mit dem Argument, dass diese entscheidende Rahmenbedingungen zur Erforschung von Hypnose nicht erfüllten (Erickson, 1944b). Aus seiner Sicht verwechselten viele seiner Kollegen Trance und hypnotisches Verhalten mit Suggestibilität. Die Definition von Hypnose als Zustand erhöhter Suggestibilität beruht auf der Tendenz hypnotischer Versuchspersonen, ihr Verhalten auf die Erwartungen des Wissenschaftlers auszurichten. Erickson hielt diese Sicht hypnotischen Verhaltens für unzureichend und bezweifelte die Eindeutigkeit der Ergebnisse. Um die Richtigkeit experimenteller Ergebnisse zu gewährleisten, sollte der Hypnotiseur die eigene Erwartungshaltung zurückzustellen und den Erfahrungen der Versuchspersonen zentralen Stellenwert geben. Da Ericksons vorrangiges Interesse der Natur hypnotischer Phänomene galt, konzentrierte er sich im weiteren Verlauf seiner Forschungsarbeit auf Vorgehensweisen, die den Effekt von Suggestionen weitgehend ausschlossen. Um eine Beobachtung der spontanen Reaktionen von Versuchspersonen auf ihre Umgebung zu ermöglichen, entwickelte Erickson ausgedehnte Feldstudien (Erickson, 1967). Diese Studien erstrecken sich über einen Zeitraum von vier Jahrzehnten und basieren auf der Beobachtung von mehr als 2000 Subjekten. Offiziell fanden diese Untersuchungen im Rahmen der Einführung tiefer Trance statt und das eigentliche Anliegen der Studie blieb unerwähnt. Ein Vergleich des Verhaltens von

Erickson: Von der Theorielosigkeit zur Theorie

somnambulen und nicht-hypnotisierten Versuchspersonen auf dieselbe Aufgabenstellung sollte zu einer geeigneteren Definition der spezifischen mentalen Muster des Trancezustandes führen. Dazu beschrieb Erickson seine Beobachtungen zur grundlegend veränderten Realitätswahrnehmung von hypnotischen Subjekten gegenüber Personen im Wachzustand (Erickson, 1967). Diese Studien mit ihrer detaillierten Beschreibung hypnotischer Reaktionen auf alltägliche Anforderungen und Begebenheiten bilden die eigentliche Grundlage seiner therapeutischen Arbeit.

Klinische Anwendung von Hypnose: Die Kunst, ein Therapeut zu sein

Hypnotische und nicht-hypnotische Realitäten

Ericksons ausgedehnte Untersuchungen zur Hypnose reflektieren die subtilsten Vorgänge und Veränderungen des menschlichen Bewusstseins. Er beobachtete, dass die spontanen Handlungen somnambuler Versuchspersonen nicht einheitlich aus den Wahrnehmungen des hypnotischen Zustandes hervorgehen. Vielmehr zeigte sich, dass Versuchspersonen gleichzeitig sowohl auf eigene innere Prozesse als auch auf äußere Reize reagieren können. Trance und Wachzustand stehen, so Ericksons Folgerung, in Wechselbeziehung, wobei sich die Ausrichtung auf innere, beziehungsweise äußere Realitäten von Moment zu Moment ändern kann. Erickson betrachtete die Wahrnehmungen in Trance als genauso real wie die Ereignisse im Wachzustand. Die Eindrücke des inneren Erlebens beeinflussen, seiner Meinung nach, das Verhalten einer hypnotischen Versuchsperson in der gleichen Deutlichkeit, mit der eine Person im Wachzustand auf äußere Umstände reagiert. In Trance werden Objekte aus der Umwelt zum Gegenstand des momentanen subjektiven Erlebens und verlieren jegliche andere Bedeutung. Im Wachzustand hingegen reagiert ein Mensch auf die Begebenheiten der Umwelt zwar auch auf individuelle und subjektive Weise, aber diese Reaktionen sind abgeschwächt durch die Ausrichtung auf allgemeingültige Bedeutungen und Funktionen. Die Wahrnehmungen im Wachzustand sind auf die beabsichtigten Reaktionen und Handlungen ausgerichtet. Somnambule Versuchspersonen sind unempfindlich für Impulse, die nicht in direktem Zusammenhang mit der Situation der Trance stehen und haben später auch keine Erinnerung an das eigene hypnotische Verhalten. Zudem wird auf das innere Erleben als unmittelbare Realität reagiert und es fehlt das Bewusstsein, ausschließlich von eigenen mentalen Bildern geleitet zu sein. Erickson verglich die Erfahrung des Trancezustandes mit der des Träumens (Erickson, 1967). Im Schlaf werden Träume oft als gegenwärtig stattfindende Ereignisse empfunden, was körperliche Reaktionen wie Schwitzen oder Schreien auslösen kann. Das Bewusstsein, im Bett zu liegen und zu schlafen, fehlt. Durch das plötzliche Auftauchen einer Vielzahl von Erinnerungen, Gefühlen und Bildern werden Träume subjektiv als gegenwärtige Erscheinungen empfunden. Um die für ihn bestehende Gleichwertigkeit mit externen Wirklichkeiten auszudrücken, bezeichnete Erickson diese in-

neren Erlebniswelten als „hypnotische Realitäten“ (Erickson, 1967, 18-22).

Erickson schlussfolgerte auch, dass die Wahrnehmung der Umwelt und die Reaktion auf Ereignisse von zwei grundlegend verschiedenen Ebenen des Bewusstseins gesteuert wird. Diese parallelen Bewusstseisebenen gelten als charakteristisch für die menschliche Psyche und kommen in alltäglichen Situationen zum Ausdruck. Aus seiner Sicht zeigte sich die Koexistenz dieser hypnotischen und nicht-hypnotischen Realität in der Fähigkeit, eine Handlung auszuführen, und sich dabei gleichzeitig innerlich mit anderen Themen beschäftigen zu können. In seinen theoretischen und klinischen Betrachtungen gab Erickson den Gedankengängen, die sich auf die beabsichtigten Handlungsabläufe des Wachzustandes beziehen, wenig Bedeutung. Diese mentalen Prozesse des Wachzustandes sind hauptsächlich auf die Details einer unmittelbaren Situation ausgerichtet und dienen der adäquaten Anpassung an die äußeren Umstände (Erickson 1959). Die für Trancezustände charakteristische Ablösung der Orientierung an der Außenwelt kann verglichen werden mit der nachlassenden Wahrnehmung unmittelbarer Geschehnisse bei hoher Konzentration (Erickson, 1967). In späteren Jahren bezeichnete Erickson diese Momente erhöhter Konzentration als „Alltags-Trancen“ (Erickson & Rossi, 1975, 421). Während das Bewusstsein im Wachzustand eher diffus und auf die verschiedenen Aspekte der Umgebung ausgerichtet ist, heben Trancezustände breitgefächerte Wahrnehmungen auf. Gleichzeitig erfolgt eine extrem hohe Fixierung auf einzelne Ideen. Diese Betonung einzelner Ideen geht – vergleichbar dem Ausblenden irrelevanter Außenreize bei Zuständen hoher Konzentration – einher mit einem Ausblenden von Gedanken, die für die Situation gerade irrelevant sind. Obwohl hypnotisierte Personen in ihrer Wahrnehmung der Außenwelt eingeschränkt sind, bieten sich andererseits, durch die erhöhte Konzentration auf das innere Erleben, Möglichkeiten für Lernprozesse. Diese gesteigerte Aufnahmebereitschaft für Veränderung eigener Verhaltensweisen steht im Zusammenhang mit der Betonung einzelner Bereiche und der fehlenden Ablenkung durch unwichtige Reize. Die Fixierung auf ein bestimmtes Phänomen intensiviert frühere Erfahrungen und bewirkt, dass die aus dieser Erfahrung erinnerten mentalen Bilder als Erscheinungen der Gegenwart empfunden werden. Erickson definierte den Kern hypnotischer Prozesse als ein Wecken von Erinnerungen und Erfahrungen. Dadurch erhalten diese hervorgebrachten Imaginationen das Potenzial einer Erfahrung des gegenwärtigen Moments und können auf positive Weise beeinflusst werden (Erickson, 1954).

Vom Einfluss der Grundannahmen auf Ericksons therapeutische Praxis

Für Erickson war der Übergang vom Wachzustand zur Trance gleichbedeutend mit dem Umstellen vom bewussten zum unbewussten Funktionieren mentaler Prozesse (Erickson, 1948). Seine Vorgehensweisen basieren auf der Annahme der Existenz eines, vom Bewusstsein unabhängigen, Funktionierens des Unbewussten. Das Unbewusste definiert er als den Bereich, der sich auf alle Vorgänge bezieht, die außerhalb der bewussten Wahrnehmung stattfinden und dennoch das Verhalten beeinflussen.

Jedes Verhalten, so Erickson, ist stark geprägt von den einzigartigen Lebenserfahrungen sowie den persönlichen Ressourcen eines Menschen. Aufgrund der Verschiedenheit von Menschen und ihrem jeweiligen Lebenshintergrund ist es unmöglich, die subjektiven Verhaltensmuster eines Anderen wirklich nachzuvollziehen. Daher vermied es Erickson, das Anliegen eines Klienten direkt anzusprechen.

Stattdessen verwendete er beispielsweise Anekdoten und Metaphern, die das Problem thematisierten, ohne die Bedeutung der Geschichten zu erklären. Auf diese Weise regte er unbewusste Problemlösungen an. Zudem stellte er sicher, dass seine Klienten Zugang zur eigenen Erlebniswelt erlangten, um aktiv an der Veränderung eines symptomatischen Verhaltens mitwirken zu können. (Erickson & Rossi, 1976a,b).

Viele psychologische Konflikte und emotionale Probleme können seiner Meinung nach auf der Ebene des Unbewussten ohne Einwirkung des Denkens gelöst werden (Erickson, 1938d). In den meisten seiner klinischen Fallbeispiele vermied Erickson sowohl das Bewusstmachen unbewussten Verhaltens als auch das Interpretieren dieser autonomen Reaktionen. Unbewusste und bewusste Verhaltens- und Ausdrucksformen wurden separat behandelt. Nur unter bestimmten Umständen ist ein Integrieren der Erinnerungen aus dem Unbewussten mit dem Verständnis der Gegenwart erforderlich.

Aus seiner Sicht ist das Unbewusste befähigt zu dynamischen mentalen Prozessen und verarbeitet Ideen zur Verbesserung des eigenen Befindens (Erickson, 1960). Die dem Unbewussten eigene Intelligenz richtet sich auf Entwicklungsschritte aus, die grundsätzlich zum Wohle des Klienten führen. Das Verarbeiten verläuft außerhalb der bewussten Wahrnehmung und kann nicht nachvollzogen werden. Da Erickson die autonomen Abläufe des Unbewussten respektierte, erwartete er keine sofortigen Resultate, sondern ermutigte oft zum Abwarten. Im therapeutischen Kontext spielte daher bewusstes Denken gegenüber unbewussten Vorgängen eine untergeordnete Rolle.

Wesentlichen Einfluss auf Ericksons Interventionen hatte auch die Annahme, dass die Problemlösung oder Symptomlinderung aus der positiven Beeinflussung des Unbewussten eines jeden Individuums hervorgeht. Bewusste und unbewusste Prozesse unterschied er deutlich, entdeckte aber die Universalität der Ausdrucksformen des Unbewussten, die von den Therapeuten als Muster wahrgenommen werden können, die ja gerade in Sensibilität und Wachsamkeit geschult sind (Erickson, 1940). Solche Muster können somatische Signale, Bewegungen oder symbolischen Handlungen sein. In seiner therapeutischen Arbeit verfolgte Erickson diese oft unbemerkten und subtilen Reaktionen, um Einsicht in die inneren Erfahrungen des Klienten zu erhalten. Er war bekannt für seine ausgeprägte Beobachtungsgabe und seine einzigartige Fähigkeit, selbst unterschwelligste Muster-Veränderungen des Gedanken-, Gefühls- oder Reaktionsbereiches wahrzunehmen. In späteren Jahren erfolgten nur gelegentlich formale Tranceinduktionen. Stattdessen verwendete er verschiedene Kommunikationstechniken, die alle zum Ziel hatten, die einschränkenden Glaubenssätze des alltäglichen Bewusstseins zu umschiffen. Aus seiner Sicht hatte Trance nur die Funktion,

bewusstes Denken auszuschalten, um so direkten Zugang zu unbewussten Prozessen zu erhalten. Dazu diente auch die „Zwei-Ebenen Kommunikation“, in welcher er parallel auf der unbewussten und bewussten Ebene interagierte (Erickson & Rossi, 1975). Während Erickson sich offensichtlich über ein unbedeutendes Thema unterhielt, setzte er gleichzeitig Körpersprache und Betonung zur Stimulation der unterschwelligsten Prozesse des Klienten ein (Erickson & Rossi, 1976a, b). Viele seiner Interventionen waren sehr subtil und für den Beobachter kaum offensichtlich.

Manchmal gab Erickson jedoch auch konkrete Anweisungen, um gegenwärtige Schwierigkeiten zu lösen (Erickson, 1954c). Die Ausführung dieser Anweisungen erforderte vom Klienten das Verlassen seines gewohnten Umgangs mit der Situation. Durch diese Art der Intervention vermittelte er die Erfahrung der Veränderung des eigenen Verhaltens. Trotz der klar formulierten therapeutischen Vorgabe wurden die Veränderungsprozesse durch eine Aktivierung der inneren Ressourcen des Einzelnen hervorgebracht. Die therapeutischen Anweisungen sind nicht als eigentliche Heilung zu sehen, sondern bieten nur Gelegenheit zur Verbesserung der Reaktionsmuster.

Die Rolle hypnotischer Induktionstechniken

Erickson definierte Hypnose als einen natürlichen Zustand, der sich gewöhnlich während Phasen hoher Konzentration einstellt. Während der Wachzustand durch die Orientierung an der Umwelt gekennzeichnet ist, basieren Trancezustände auf dem Wechsel von der Außenwahrnehmung auf das innere Erleben (Erickson, 1954b). Darauf aufbauend beschrieb Erickson Induktionstechniken hauptsächlich als Instrumente zur Verlagerung der Aufmerksamkeit auf die eigene Innenwelt (Erickson, 1961). In diesem Zusammenhang schilderte Erickson seine Beobachtungen von Versuchspersonen, die durch ihre eigene Beschreibung eines Handlungsablaufes schneller Trancezustände entwickelten als durch das Nachahmen vorgegebener Abläufe (Erickson, 1952). In ähnlicher Weise zeigten sich Visualisierungsübungen erfolgreicher als das Konzentrieren auf äußere Impulse.

Wie bereits gesagt, zeichnete sich Erickson durch seinen Ideenreichtum bei der Entwicklung diverser hypnotischer Induktionstechniken aus (Erickson, 1952; 1964a). Den Hintergrund zur Entwicklung dieser Methoden bildet die Annahme, dass alle Verhaltensweisen, die eine Person im Zusammenhang mit hypnotischen Anweisungen zeigt, zur erfolgreichen Weiterarbeit miteinbezogen werden können und sollen. Erickson vermutete, dass das Übergehen des momentanen Erlebens einer Person zu Verzögerungen bis hin zur Verhinderung hypnotischer Erfahrungen und damit auch des Heilungsprozesses führe. Aus seiner Sicht waren diese Methoden jedoch nur insofern wichtig, als deren Anwendung den Zugang zur Innenwelt erleichtert.

Erfolgreiche Tranceinduktionen sind nach Ericksons Meinung abhängig von verschiedenen Faktoren, wie z.B. von persönlichen Fähigkeiten, den Gründen für die Hypnose oder der Einstellung des Klienten zum Hypnotiseur. Induktionstechniken sind daher nur als Handwerkszeug zu verstehen, um mit den verschiedenen Bedürf-

nissen und Widerständen umzugehen, die durch die Trance ausgelöst werden. Erickson betonte wiederholt, dass Techniken an sich für ihn keine besondere Bedeutung haben (Erickson, 1940). Vielmehr entwickelte und gebrauchte Erickson seine Techniken spontan aus der gegenwärtigen Situation heraus, um ein Klima des gegenseitigen Vertrauens zu schaffen, so dass der Klient sich sicher fühlt, gewohnte Reaktionsmuster zu verlassen und beginnt, sich für einen Prozess der Neuorientierung zu öffnen. Die anhaltende Bereitschaft, hypnotischen Anweisungen zu folgen und diese durch eigene Verarbeitungsprozesse aktiv umzusetzen, signalisiert dem Therapeuten das Einverständnis des Klienten zu den angebotenen Vorgehensweisen. Ericksons hypnotische Verfahren dienten also in erster Linie dazu, die Kooperationsbereitschaft des Klienten zu fördern und zu erhalten.

Aus Ericksons Sicht ist das Wissen um die eigenen inneren Prozesse eng verbunden mit der Anerkennung autonomer Erlebniswelten anderer Menschen, weshalb die Arbeit mit diesen inneren Realitäten die absolute Präsenz des Hypnotiseurs verlangt. Der Therapeut sollte fähig sein, sich auf die unmittelbaren Erfahrungen des Klienten zu beziehen. Deshalb hielt Erickson es für notwendig, dass sich jeder therapeutisch Tätige Fähigkeiten aneignet, die ihm erlauben, das einzigartige Erleben eines Klienten zu verfolgen und seine Anweisungen den entsprechenden Umständen anzupassen. In diesem Zusammenhang definiert Erickson das eigene Tranceverhalten als zentralen Bestandteil seiner therapeutischen Interaktionen.

In seinen Fallstudien beschreibt Erickson, wie die ungeteilte Aufmerksamkeit für jeden Klienten sowie das konzentrierte Beobachten kleinster Bewegungen, Gesten und Verhaltensänderungen ihn selbst in Trance versetzte (Erickson, 1977). In besonders schwierigen Situationen nutzte er ganz gezielt Autohypnose, um ein besseres Verständnis für die Schwierigkeiten des Klienten zu erlangen. Dazu folgte er den eigenen inneren Wahrnehmungen und vertraute auf die Weisungen seines eigenen Unbewussten. Er führte 13 therapeutische Sitzungen unter einer solchen Selbsthypnose durch und machte Aufzeichnungen, ohne später irgendeine Erinnerung an den Austausch mit dem Klienten zu haben. Da er dem parallelen Funktionieren bewusster und unbewusster Vorgänge vertraute, wurden diese Notizen archiviert, ohne dass er sie nochmals im Wachzustand gelesen hätte. Einer seiner Schüler - Ernest Rossi - prüfte diese Aufzeichnungen viele Jahre später und stellte fest, dass es sich tatsächlich ausschließlich um gewöhnliche klinische Notizen handelte (Erickson, 1977).

Für Erickson intensivierte die Anwendung von Hypnose die Therapeut-Klient-Beziehung (Rapport) und verbesserte die Qualität dieser Interaktion. In seiner Arbeit war die bedingungslose Akzeptanz des Klienten und seiner persönlichen Umstände zentral. Durch das Annehmen des gegenwärtigen Zustandes des Klienten schuf Erickson ein Art Schutzraum, in dem der Zugang zu unbewussten Vorgängen des Klienten erleichtert wurde. Daher akzeptierte er jede Art von Verhalten und nutzte Symptome als Wegweiser für unbewusstes Leiden. Da er erkannte, dass der Erfolg therapeutischer Interventionen in hohem Maße von der Kooperation des Klienten abhängt, wurde

deren Veränderungsbereitschaft zum Beispiel durch gezielte Vorgespräche sichergestellt. Erickson glaubte, dass diese Art der Psychotherapie Menschen dazu befähigt, ein Höchstmaß an Selbstverwirklichung zu erreichen.

Schlussbetrachtungen

Der Erfolg von Ericksons therapeutischen Interventionen ist nicht in erster Linie ein Resultat gekonnter Induktionstechniken und reicher klinischer Erfahrung. Die Art, in der er Heilungsprozesse angeregt, beruhen zu tiefst auf seinem Wissen um die Potenziale des Unbewussten und auf seiner Gabe, diese Kräfte zu aktivieren.

Ein Psychotherapeut, der lediglich ein gutes Verständnis von Ericksons Vorgehensweisen und Methoden entwickelt, aber nicht gelernt hat, auf diese Potenziale des Unbewussten in aller Konsequenz zu vertrauen, wird niemals ähnliche Erfolge erzielen. Es waren seine Untersuchungen veränderter Bewusstseinszustände, die Erickson zu seinem außergewöhnlichen Verständnis der menschlichen Psyche, Psychopathologie und deren Heilung geführt haben. Ericksons besondere Fähigkeit zu unmittelbarer Kontaktaufnahme, die psychologisches und emotionales Wachstum fördert, ist nicht als naturgegebenes Talent zu betrachten, sondern als Resultat intensiver Arbeit an seiner eigenen Wahrnehmungsfähigkeit. Diese Fähigkeit zum direkten Kontakt mit den eigenen inneren Wahrnehmungen war es, die ihm ein hohes Maß an Authentizität einbrachte. Er begegnete jedem Menschen als einem einzigartigen Individuum, dessen Psyche sowohl Schwierigkeiten und Probleme als auch Potenziale und Kreativität beinhaltet.

Erickson maß dem Streben nach Integrität einen zentralen Stellenwert im Leben jedes Menschen zu. Symptomatisches Verhalten erkannte er deshalb als Störung dieses natürlichen Bestrebens. Von einem guten Therapeuten erwartete er, dass dieser den Klienten bei der Überwindung neurotischer Muster soweit unterstützt, dass sich seine Entwicklungsprozesse wieder ungehindert entfalten können.

Anstatt Abwehrmechanismen in den Vordergrund zu stellen, konzentrierte Erickson sich auf die positiven Aspekte des Verhaltens. Dadurch wird der Fokus vom Sprechen über Probleme auf eine Kontaktaufnahme mit den lebendigen und hoffnungsvollen Anteilen des Menschen verschoben. Sobald Perspektiven jenseits des persönlichen Leidens und Unwohlseins entwickelt werden, ist der Zyklus von verzerrten Wahrnehmungen und störenden Reaktionsmustern unterbrochen und das Leben des Klienten kann sich wieder für neue Möglichkeiten zu flexiblerem Denken und erweiterten Handlungsspielräumen öffnen.

Literatur

Erickson, M.H. (1932): Possible detrimental effects of experimental hypnosis. *The Journal of Abnormal and Social Psychology* 27, 321-327. Auch in: E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. I. New York: (Irvington), 493-497. [dt. Mögliche nachteilige Auswirkungen von experimenteller Hypnose. In: E. Rossi (Hrsg) (1996): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band II. Heidelberg (Carl- Auer-Systeme).]

Erickson: Von der Theorielosigkeit zur Theorie

- Erickson, M.H. (1934). A brief survey of hypnotism. *Medical Record* 140, 609-613. Auch in: E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. III.. New York: Irvington, 3-12. [dt.: Ein kurzer Abriß des Hypnotismus. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band IV, Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)]
- Erickson, M.H. (1937). The experimental demonstration of unconscious mentation by automatic writing. *Psychoanalytic Quarterly* 6, 513-529. Auch in: E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol.III.. New York: Irvington, 145-157. [dt.: Die experimentelle Demonstration unbewußter psychischer Prozesse durch automatisches Schreiben. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band IV. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1938a). The hypnotic induction of hallucinatory color vision followed by pseudonegative after images. *Journal of Experimental Psychology* 22, 581-588. Auch in: E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. II. New York: Irvington, 5-10. [dt.: Die hypnotische Induktion halluzinierter Farbensehens gefolgt von pseudonegativen Nachbildern. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band III. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1938b). A study of clinical and experimental findings on hypnotic deafness: I. Clinical experimentation and findings. *Journal of General Psychology* 19, 127-150. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol.II. New York: Irvington, 81-99.[dt.: Eine Studie zu klinischen und experimentellen Befunden bei hypnotischer Taubheit: I. Klinische Experimente und Ergebnisse. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band III. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson M.H. (1938c). A study of clinical and experimental findings on hypnotic deafness: II. Experimental findings with a conditioned response technique. *Journal of General Psychology* 19, 151-167. Auch in E.Rossi (ed.) (1980). *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. II. New York: Irvington, pp. 100-113.[dt.: Eine Studie zu klinischen und experimentellen Befunden bei hypnotischer Taubheit: II: Experimentelle Ergebnisse bei Verwendung einer Technik der konditionierten Reaktion. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band III. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. & Kubie, L.S. (1938d). The use of automatic drawing in the interpretation and relief of a state of acute obsessional depression. *Psychoanalytic Quarterly* 7, 443-466. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol.III, New York: Irvington, 158-176.[dt.: Die Verwendung von automatischem Zeichnen zur Deutung und Behebung einer akut-zwanghaften Depression. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997b): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band IV. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1939a). The induction of color blindness by a technique of hypnotic suggestion. *Journal of General Psychology* 20, 61-89. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol.II. New York: Irvington, 18-32. [dt.: Die Induktion von Farbblindheit durch eine hypnotische Suggestionstechnik. In: E.Rossi (Hrsg.) (1997a): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band III. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1939b). The application of hypnosis to psychiatry. *Medical Record* 150, 60-65. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. IV, . New York: Irvington, 3-13. [dt.: Die Anwendung von Hypnose in der Psychiatrie. In: E. Rossi (Hrsg.) (1998): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band V. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1939c). Experimental demonstrations of the psychopathology of everyday life. *The Psychoanalytic Quarterly* 8, 338-353. Auch in: E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. III. New York: Irvington, 190-202. [dt.: Experimentelle Demonstration der Psychopathologie des Alltagslebens. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band IV. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1939d). An experimental investigation of the possible antisocial use of hypnosis. *Psychiatry* 2, 391-414. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on*

- Hypnosis. Vol. I, New York: Irvington, 498-530. [dt.: Eine experimentelle Untersuchung zur möglichen antisozialen Verwendung von Hypnose. In: E. Rossi (Hrsg.) (1996): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band II. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. a. L.S. Kubie (1940). The translation of the automatic writing of one hypnotic subject by another in a trance-like dissociated state. *Psychoanalytic Quarterly* 10 (1), 51-63. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. III. New York: Irvington, 177-187. [dt.: Die Übersetzung des kryptischen automatischen Schreibens einer hypnotischen Versuchsperson durch eine andere in tranceähnlichem dissoziierten Zustand. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band IV. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1941/1980). Hypnosis. A general review. In E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. III. New York, Irvington, 13-20.
- Erickson, M.H. (1944a). Unconscious mental activity in hypnosis – psychoanalytic implications. *Psychoanalytic Quarterly*, 13 (1), 60-78. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. III. New York: Irvington, 202-220. [dt.: Unbewußte mentale Aktivitäten in der Hypnose – psychoanalytische Implikationen. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band II. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1944b). An experimental investigation of the subject's apparent ability to become unaware of stimuli. *Journal of General Psychology* 31, 191-212. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. II, New York: Irvington, 33-50. [dt.: Eine experimentelle Untersuchung der scheinbaren Fähigkeit hypnotischer Versuchspersonen, Stimuli nicht gewahr zu werden. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band III. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1944c). The method employed to formulate a complex story for the induction of experimental neurosis in a hypnotic subject. *Journal of Experimental Psychology* 31, 67-84. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vol. III. New York: Irvington, 336-355. [dt.: Formulierung einer komplexen Geschichte zur Induktion einer experimentellen Neurose bei einer hypnotischen Versuchsperson. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band IV. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1948). Hypnotic psychotherapy. *The Medical Clinics of North America*, May, New York number, 571-583. Auch in E. Rossi (ed.) (1980) *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. IV. New York: Irvington, 35-48. [dt.: Hypnotische Psychotherapie. In: E. Rossi (Hrsg.) (1997): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band V. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1952). Deep hypnosis and its induction. In L.M. LeCron (ed.): *Experimental hypnosis*. New York (Macmillan), 70-114. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. I, New York: Irvington, 139-167. [dt.: Tiefe Hypnose und ihre Induktion. In: E. Rossi (Hrsg.) (1995): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band I. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1954a). The development of an acute limited obsessional hysterical state in a normal hypnotic subject. In E. Rossi (ed.) (1980). *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. II. New York: Irvington, 51-65.
- Erickson, M.H. (1954b). Hypnotism. In E. Rossi (ed.) (1980). *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. III. New York: Irvington, 21-25.
- Erickson, M. H. & Rosen, H. (1954c). The hypnotic and hypnotherapeutic investigation and determination of symptom-function. In E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. IV. New York: Irvington, 103-123.
- Erickson, M.H. (1959). The basis of hypnosis: Panel discussion on hypnosis. In E. Rossi (ed.) (1980). *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. III, New York: Irvington, 26-34.
- Erickson, M.H. (1960). Explorations in hypnosis research. In E. Rossi (ed.) (1980). *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. II. New York: Irvington, 313-336.

Erickson: Von der Theorielosigkeit zur Theorie

- Erickson, M.H. (1961): Historical note on the hand levitation and other ideomotor techniques. *American Journal of Clinical Hypnosis* 3, 196-199.
- Erickson, M.H. (1962). Basic psychological problems in hypnotic research. In E. Rossi (ed.) (1980) *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. II. New York: Irvington, 340-350.
- Erickson, M.H. (1964). Initial experiments investigating the nature of hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis* 7, 152-162. Auch in: E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. I. New York: Irvington, 3-17. [dt.: Erste Untersuchungen zur Erforschung des Wesens der Hypnose. In: E. Rossi (Hrsg.) (1995): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band I. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. (1967). Further experimental investigation of hypnosis: Hypnotic and nonhypnotic realities. *American Journal of Clinical Hypnosis* 10, 87-135. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. New York: Irvington, 18-82. [dt.: Weitere experimentelle Untersuchungen der Hypnose: Hypnotische und nichthyponotische Wirklichkeit. In: E. Rossi (Hrsg.) (1995): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band I. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1975): Varieties of double bind. *American Journal of Clinical Hypnosis* 17, 143-147. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. I. New York: Irvington, 412-429. [dt.: Doppelbindungsvariationen. In: E. Rossi (Hrsg.) (1996): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band II. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1976a). Two-level communication and the microdynamics of trance and suggestion. *American Journal of Clinical Hypnosis* 18, 153-171. Auch in E. Rossi (ed.) (1980) . *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. I. New York: Irvington, 430-451. [dt.: Kommunikation auf zwei Ebenen und die Mikrodynamik von Trance und Suggestion. In: E. Rossi (Hrsg.) (1996): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band II. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1976b). Indirect forms of suggestion in hand levitation. In E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. I. New York: Irvington, 478-490.
- Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1977). Autohypnotic experiences of Milton H. Erickson. *The American Journal of Clinical Hypnosis* 20, 36-54. Auch in E. Rossi (ed.) (1980): *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*. Vol. I New York: Irvington, 108-132. [dt.: Selbsthypnotische Erfahrungen von Milton H. Erickson. In: E. Rossi (Hrsg.) (1995): *Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson*, Band I. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme)].
- Erickson, M.H. & Rossi, E. L. (1979). *Hypnotherapy: An exploratory casebook*. New York: Irvington. [dt.: (1981): *Hypnotherapie. Aufbau, Beispiele, Forschungen*. München (Pfeiffer)].
- Haley, J. (1973). *Uncommon therapy: The psychiatric techniques of Milton H. Erickson*. New York: Norton and Company, Inc. [dt.: (1978): *Die Psychotherapie Milton H. Ericksons*. München (Pfeiffer)].
- Haley, J. (1985). *Conversations with Milton H. Erickson*. (3 Vols.). New York: Triangle Press.
- Haley, J. (1988). Milton H. Ericksons Beitrag zur Psychotherapie. *Hypnose und Kognition* 5(2), 19-33.
- Havens, R.A. (1985). *The wisdom of Milton H. Erickson: Human behavior and psychotherapy*. New York: Irvington Publisher, Inc.
- Loriedo, C. (1994). Minimale Hinweisreize im diagnostischen und therapeutischen Prozeß. *Hypnose und Kognition* 11 (1/2), 45-53.
- Peter, B. (1988a): Milton H. Ericksons Weg der Hypnose. *Hypnose und Kognition* 5(2), 46-53.
- Peter, B. (1988b). Haben wir einen neuen Mesmer nötig? *Hypnose und Kognition* 5(2), 87-95.
- Rosen, S. (1982). *My voice will go with you: The teaching tales of Milton H. Erickson*. New York: Norton and Company, Inc.
- Rossi, E.L. a. S.I. Rossi (1967). *Hypnotic realities*. New York: Irvington Publishers, Inc.
- Rossi, E.L. (1981). *Hypnotic experience: Therapeutic approaches to altered states*. New York: Irvington

Publishers, Inc.

Rossi, E.L., Ryan, M.O., & Sharp, F.A. (1983). *Healing in hypnosis*. New York: Irvington Publishers, Inc.

Rossi, E. & Ryan, M.O. (1985). *Life reframing in hypnosis. The seminars, workshops, and lectures of Milton H. Erickson*. New York: Irvington.

Zeig, J.K. (1980). *A teaching seminar with Milton H. Erickson*. New York: Brunner/Mazel, Inc.

Zeig, J.K. (1985). *Experiencing Erickson. An introduction to the man and his work*. New York: Brunner/Mazel, Inc.

Sabine Sühnel, M.A., Dipl.Soz.päd.

Zietenstr. 28

10783 Berlin

suehnel@hotmail.com

erhalten: 30.8.04

revidierte Version akzeptiert: 17.3.05

Das nächste

Internationale Ego-State-Treffen

wird im Rahmen der

5. Deutsch-Nepalesische Psychologen- und Ärztetagung

in Kathmandu, Nepal, 5.-10.Mai 2008

stattfinden

www.meg-rottweil.de

Adressen deutschsprachiger Hypnosegesellschaften

Deutsche Gesellschaft für Ärztliche Hypnose und autogenes Training (DGÄHAT)
Sekretariat: Postfach 1365, 41436 Neuss, Tel.: +49/2131/463370, Fax: 02131/463371,
www.dgaehat.de, gegründet 1955 in Lindau am Bodensee von J. H. Schultz

Deutsche Gesellschaft für Hypnose (DGH)
Druffelsweg 3, D-48653 Coesfeld, Tel: +49/2541/70007, Fax: +49/2541/880670,
www.hypnose-dgh.de, gegründet 1982, Gründungspräsident: Thomas Svoboda

Deutsche Gesellschaft für zahnärztliche Hypnose (DGZH)
Esslinger Str. 40, D-70182 Stuttgart, Tel: +49/711/2360618, Fax: +49/711/244032,
mail@dgzh.de, gegründet 1994, Gründungspräsident: Albrecht Schmierer

Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (M.E.G.)
Waisenhausstr. 55, 80637 München, Tel: +49/89/34029720, Fax: +49/89/34029719,
www.MEG-Hypnose.de, gegründet 1978, Gründungsvorsitzender: Burkhard Peter

Schweizer Gesellschaft für medizinische Hypnose (SMSH)
Dorfhaldenstr. 5, CH-6052 Hergiswil, Tel: +41/41/2811745, Fax: +41/41/2803036,
www.smsch.ch, gegründet 1981, Gründungspräsident: Konrad Wolff

Gesellschaft für klinische Hypnose Schweiz (GHypS)
Sekretariat: Apollostr.8, CH-8032 Zürich, Tel: +41/1/383.89.38, smsh@smile.ch,
www.ghyps.psy.ch.ch, gegründet 1985, Gründungspräsidentin: Susy Signer-Fischer

Österreichische Gesellschaft für angewandte Tiefenpsychologie
und allgemeine Psychotherapie (ÖGATAP)
Kaiserstr. 14/13, A-1070 Wien, Tel: +43/1/5233839 Fax: +43/1/5233839-10, gegründet 1969,
Gründungspräsident: Heinrich Wallnöfer

Österreichische Gesellschaft für wissenschaftliche Hypnose (ÖGWH)
c/o Prof. Dr. H. Walter, Univ. Klinik f. Psychiatrie, Währinger Gürtel 18-20, A-1090 Wien

Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose und Kurzzeittherapie, Austria (MEGA)
c/o Charlotte Wirl, Dr.med., Waldmeisterg. 43, A-1140 Wien, Tel: +43/1/9141796,
gegründet 1989, Gründungspräsident: Wolfgang Ladenbauer