

nicht nur wirksam sein, sondern auch mehr Spaß machen kann. Mag sein, daß er für viele Therapeuten nicht ins Therapiezimmer gehört, doch reduziert Spaß bei intensiver Beschäftigung erwiesenermaßen neurotisches Verhalten. Kann es uns Therapeuten schaden, damit (bei uns selbst) zu beginnen?

Literatur

- Bernhardt, J.A. (1985). Humor in der Psychotherapie. Weinheim: Beltz.
Cousins, N. (1981). Der Arzt in uns selbst. Anatomie einer Krankheit aus der Sicht eines Betroffenen. Reinbek: Rowohlt.
Farrelly, F. & Brandsma, J. (1985). Provokative Therapie. Berlin: Springer.
Hain, P. (1993). Inframing - Bitte einsteigen ... und die Türen öffnen! In S. Mrochen, K.L. Holz & B. Trenkle (Hrsg.), Die Pupille des Bettrassers. Heidelberg: Carl Auer.
Heckerens, H.P. (1992). Humor in der Familientherapie - zum Stand der Diskussion. Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 41(1), 25 -30.
Höfner, E. & Schachner, H.U. (1995). Das wäre doch gelacht. Reinbek: Rowohlt.
McGhee, P.E. (1991). The Laughter Remedy. Randolph, N.Y.: Selbstverlag.
Rubinstein, H. (1985). Die Heilkraft Lachen. Bern: Hallwag.
Titze, M., Eschenröder, C. & Salameh, W. (1994). Therapeutischer Humor - ein Überblick. Integrative Therapie, 3, 200 - 234.

Abstract: After a short view over professional publications the physiological and psychological potential of laughter and humor are represented. Illustrated by a case report the most important conditions for the utilisation of humor in psychotherapy, its possibilities and limitations are described.

Keywords: laughter, humor in psychotherapy.

Peter Hain, lic.phil., Dipl.-Psych.
Stauffacherstr. 149
CH-8004 Zürich

- 1 Er zog aus dem Spital in ein Hotel und ließ sich dort täglich stundenlang lustige Slapstick-Filme vorführen und witzige Bücher vorlesen und überwand so eine degenerative, als unheilbar geltende Entartung der Grundsubstanz des Knochengewebes (Spondylarthritis).

Briefe an die Redaktion

■ Im Heft HYPNOSE UND PSYCHOANALYSE, April 1992, veröffentlichten wir einen Artikel von Prof. Dr. Erika Fromm, „Persönliche Gefühle eines Nazi-Flüchtlings: Warum ich nicht von den Deutschen geehrt werden will“. Dieser sehr offene und ganz persönliche Beitrag eröffnete eine Reihe von Briefen an die Redaktion, die in den Folgeheften April und Oktober 1993 abgedruckt wurden. Unter diesen befand sich auch der Brief einer Person, die namentlich nicht genannt werden wollte (Anonymus). Im Oktoberheft 1993 antwortete Erika Fromm auf diese Briefe und ging insbesondere auf den Brief von Anonymus ein. Im November 1995 wurden der Redaktion die folgenden beiden Briefe zur Kenntnis gebracht und im Januar 1996 erhielten wir die Erlaubnis zur Veröffentlichung. Der Brief von Anonymus an Professor Fromm ist im Original Englisch. Wir baten um eine deutsche Version. Bestimmte Angaben in beiden Briefen sind weiterhin anonymisiert.

Brief von Anonymus an Erika Fromm

8. August, 1995

Sehr geehrte Frau Fromm,

ich beziehe mich auf Ihren, im Oktober 1993 in *Hypnose und Kognition* abgedruckten Brief vom 16. September 1993 und hier auf den an Anonymus gerichteten Absatz. Heute will ich Ihnen von ganzem Herzen für diesen Brief und die Hilfe, die Sie mir damit gaben, danken. Ich tue mich immer noch schwer mit der Angelegenheit und den Erinnerungen, doch habe ich mich geändert. Und ich möchte Ihnen schreiben, was ich

getan habe.

Als ich den Absatz das erste mal las, spürte ich Ihre Zuneigung und ich hätte beinahe geweint. Zur gleichen Zeit fühlte ich mich wie versteinert und dazu verurteilt, für immer in dem Gefängnis zu sein.

Ich weiss nicht, wie oft ich diese Sätze las und wieder las. Und ich habe Rapaports und Ihre Aufsätze gelesen, um Ego-Passivität zu verstehen und - gegen alles Wissen - in der Hoffnung, es würde mir helfen. Es half nicht. Mitte vorigen Jahres habe ich dann versucht, sozusagen über die Hürde zu springen. In einem momentanen Impuls eröffnete ich Herrn Trenkle meine Identität - am falschen Platz und zur falschen Zeit. Es war entsetzlich. Ich war nur noch Scham und war nicht in der Lage, noch einmal mit Herrn Trenkle zu reden - was er angeboten hatte. Im Dezember sprach ich mit meinen Kindern darüber, dass ich nach Kanada oder in die USA auswandern wollte. Als Grund benannte ich nur „Probleme mit Deutschland“. Sie sagten mir, dass sie meine Entscheidung respektieren; dass sie aber mein-so-weit-weg-Sein nicht mochten und dass die Enkel ihren Grossvater brauchen. Ich war überrascht, „gebraucht zu werden“, und fühlte ihre Liebe.

Im Februar dieses Jahres habe ich mich nun entschieden, in Deutschland zu bleiben. Ich schrieb einen Brief an meine Kinder und teilte ihnen meine Entscheidung mit und bat sie, die dazugefügten Briefe zu lesen: Mein Brief „Anonymus“, Ihren Brief und einen Brief, den ich Herrn Dr. Kohl geschrieben hatte mit der Anschuldigung, den Neonazismus durch Nichtstun zu unterstützen. Es war meine Weise, Ihrem Vorschlag zu folgen und mit ihnen „zu reden“. Ich bekam gute und auch mich mitnehmende Antworten. Mit zwei von ihnen gab es auch ein Gespräch.

Dann entschied ich mich, die Angelegenheit in einem gewissen Mass „aufzudecken“. Ich schrieb an eine Reihe von Frauen und Männern, die mir wichtig sind, und informierte sie über die Geschichte und was ich getan hatte.

Ich habe mich geändert. Ich fühle den Hass nicht mehr. Ich kann bestimmte Menschen anschauen und erlebe mich in sicherer Distanz. Ich habe immer noch Schwierigkeiten darüber zu reden. Dabei erlebe ich Scham und die Befürchtung, meine Grenzen nicht schützen zu können. Ich kann auch Ihren Brief leichter lesen und fühle mich nicht mehr versteinert. Während ich diesen Brief schreibe, fühle ich mich sehr traurig und erschöpft.

Ich habe mich geändert und Sie haben dabei geholfen. Ich danke Ihnen sehr dafür. Herr Trenkle hat damals zugestimmt, den anonymen Brief zu veröffentlichen. Er hat damit ein Recht auf eine Kopie dieses Briefes. Ich hoffe, sie erfahren sich dadurch nicht verletzt.

Mit guten Wünschen und Grüßen

Anonymus

Brief von Erika Fromm an Anonymus

September 15, 1995

Dear Dr. [Anonymus]:

Thank you so much for your letter of August 8, 1995. I have not been in my office for four weeks, and just found it now. It is moving me very deeply, and I am sorry I did not get it into my hands earlier. Please know that I would have answered it immediately, just as I am answering it now when I first see it, right away.

I am so glad I could be of some help to you. The change you made in yourself is your merit. I was no more than the spark that set off the change. And I am so glad that after talking to your children you eventually decided to stay in Germany and that you felt your children's love, and felt being needed. I am glad you could also „tell“ some women and men who are important to you. Please keep on telling more and more.

I am glad that you do not feel the hate anymore. In that respect, you have gone farther than I. I still am not fully free of hatred against „Germany and the Germans“, though I am able now to make friendships with a few individual Germans, for instance, Burkhard and Alida Peter.

I hope that the relationship between you and me will also develop into a friendship. You managed to get yourself out of your prison - not without going through a great deal of pain in the process - but you now can see that you are a free man, and become even freer than you feel now. Don't feel ashamed. You have a lot of reason to feel proud of yourself.

It means tremendously much to me that I have been able to help you a bit in coming to this new stage of your life. And I thank you so much for telling me. Please stay in contact, and write to me once in a while. If you write to my home address, I can promise that I will answer you more quickly than I was able to answer your letter of August 8. I work a great deal at home now, and sometimes don't go to my office for a whole month. My home address is: [address] and my home telephone number is: [telephone number]. The „1“ stands for the U.S., the „312“ for Chicago.

I tried to call you as soon as I received your letter this morning (your evening), but you were not at home. I think I got the number for the city of [Anonymus' city] correctly. Is it [number]? I know the number for Germany when you call from the U.S. is 49, and I dialed that. I also know that the „0“ before the [number] is only dialed from within the country being called. It sounded as if I had gotten the right number, but that you were just not home.

With deep empathy and very warm feelings,

Erika Fromm, Ph. D.

Professor Emeritus

Dept. of Psychology, University of Chicago

5848 South University Ave.

Chicago, ILL 60637, USA