

## Interview mit Claude Béguelin, 26.4.2019

### 1. Teil

Mit Feldstecher auf der Brust und mit Teleskop auf der Schulter, mit weit offenen Augen und Ohren durchstreifen wir die Auen und Wälder der Petite Camargue Alsacienne zusammen mit Claude Béguelin, einem Ornithologen und Kinderpsychiater aus Biel. Wir sind auf der Pirsch nach seltenen Vögeln, und bereiten dieses Interview auf diese Weise würdig vor. Claude ist ein Gründer der ghyps und Mitglied der SMSH der ersten Stunde. Er gehörte auch von Anfang an zu den unermüdlichen Ausbildern und Vorstandsmitgliedern. Über zehn Jahre lang war er Chefredaktor des „CH-Hypnose“. Zudem hat er den Grundstein für die so fruchtbare Zusammenarbeit unserer beiden Schweizer Hypnosegesellschaften gelegt.

Übrigens hat er sich dieses Jahr in Balsthal für das Seminar „Kaminfeuer“ zur Verfügung gestellt...

### Welche Parallelen siehst Du zwischen der Ornithologie und der Hypnose?

Ich sehe mich in erster Linie als Arzt. Bemerkenswerterweise interessieren sich viele Ärzte für Ornithologie. Es gibt eben wichtige Parallelen: Man muss das wichtige Symptom entdecken. Man muss sich einer sehr aufmerksamen Beobachtung hingeben, um dann zu einer Diagnose zu kommen. So kommt man beispielsweise dazu, dass der Vogel, der soeben vorbeihuschte und den wir noch hören, eine Grasmücke ist. Eine weitere Parallele: Die Medizin wie auch die Ornithologie wird von Tutor zu Schüler weitergegeben. Man kann sie nicht einfach aus Büchern lernen. Und auch bei der Hypnose ist es nicht anders. Dann führt uns die Ornithologie zur Natur zurück. Auch die Medizin führt uns eigentlich zur Natur, nicht nur zum menschlichen Wesen. Wir sind auch nur ein Teil der Natur, und die Natur enthält alles, worum es geht. Schliesslich ist man beim Beobachten von Vögeln wie in der Hypnose naturgemäss immer Überraschungen ausgesetzt. Nie weiss man im voraus, was man antreffen wird. Das macht es spannend.

### Wie bist Du zur Ornithologie gekommen?

Es war nach einer Namibiareise, wo ich unter kundiger Anleitung viele Vögel beobachten konnte. In der Folge habe ich dann eine zweijährige Ausbildung absolviert.

### Und wie bist Du zur Hypnose gekommen?

Mein erstes sichtbares, anekdotisches Erlebnis mit Hypnose war, als ich, damals erstsemestriger Medizinstudent, in einer Psychiatricvorlesung von Theophil Spoerri einer beeindruckenden Demonstration von Hypnose – ganz im Stil von Charcot in der Salpêtrière – beiwohnen durfte.

Beeindruckt hat mich später auch Konrad Wolffs Demonstration einer posthypnotischen Suggestion in Bad Lostorf (der Wiege der SMSH): Er klopfte dreimal mit dem Bleistift auf den Tisch und erzielte damit eine posthypnotische Reaktion...

1974 lernte ich dann in Lindau das Autogene Training und die Hypnose erstmals von nahe kennen. Dort habe ich auch Watzlawick kennengelernt, und damit die systemische Denkweise, die mich sehr geprägt hat.

Alles was mit Phantasie zu tun hat, interessierte mich, also auch das Katathyme Bilderleben: Da suggeriert man einem ein Bild, und ist jedes Mal völlig überrascht. Es geht nicht anders! Da wird einem beispielsweise ein Bach suggeriert, und es kommt nicht das romantische Bächlein im Jura, sondern... ein Kanal. Da stellt man sich Fragen über sich selbst. Später, 1982 – das war dann der eigentliche Beginn der Hypnose für mich – kamen zwei amerikanische Schüler Ericksons, Marc Lehrer und Deborah Ross. Sie gaben auf dem Gurten erste Seminare, die dann letztlich zur Gründung der ghyps führten.

- Übrigens, siehst Du dieses Reiherentenmännchen, da links?
- „Dort, zwischen den verdorrten Baumstämmen? Woran erkennst Du es?“
- Schau, oben ist es schwarz, auf den Seiten weiss und hat eine feine, sinkende Haube. Um Vögel richtig zu erkennen, geht es um das G.I.S.S.
- „??“
- „General Impression of Size and Shape“. Man muss mit der Erfahrung lernen, einen schnellen Gesamteindruck zu gewinnen. Es ist eine Frage der Konzentration und der Intuition.

### Wie siehst Du die Hypnose?

Hypnose ist zunächst einmal ganz einfach das „Andere“, das, was nicht ist wie sonst, das Überraschende. Darin liegt der Sinn der Hypnose. Ganz phänomenologisch, d.h. ohne Theorie dahinter, ist Hypnose, wenn ich etwas einfach „anders“ erlebe. Wir führen also mit der Hypnose die Patienten abseits ihres gewohnten Erlebens.

Um gut mit Hypnose zu arbeiten, muss man in erster Linie gerne spielen und Geschichten erzählen, vor allem wenn man mit Kindern arbeitet. Hypnose kann dies einfach intensivieren und bereichern.

Hypnose ist für mich immer eine Anstrengung gewesen. Es braucht einen Anlauf, eine gewisse Überwindung, um Hypnose zu machen. Da besteht aber auch das Risiko darin, dass man aufgibt und die Hypnose in Vergessenheit gerät. Deshalb braucht es immer wieder Kurse und Seminare, um sich zu reaktivieren. Aber nach einer Arbeit mit Hypnose fühlt man sich in einer befriedigenden, erfüllten, lebendigen, anderen Müdigkeit. Eine gesunde Müdigkeit, etwa wie nach Sport.

### Welchen Platz nimmt die Hypnose in Deiner Arbeit ein?

In erster Linie definiere ich mich als Arzt, nicht einmal zuerst als Psychiater. Den Kindern gegenüber erkläre ich, dass es „Doktor“ gibt, die sind für Bobos zuständig. Ich bin ein „Doktor“, der für die Sorgen zuständig ist, „damit du weniger Sorgen hast“. So verstehen die Kinder auch, weshalb sie zu mir kommen.

Hypnose ist dabei ein Teil meiner Instrumente. Hypnose steht nicht im Zentrum, macht die Dinge aber wie gesagt „anders“. Ich brauche sie „daneben“, das heisst neben den anderen Interventionsarten. Schon als Assistent in der Sozialpsychiatrie bei Luc Ciompi, hatte ich gelernt, die Hypnose in das Ganze einer Therapie zu integrieren. In diesem Sinn haben sich in meiner Arbeit also drei Pfeiler herausgebildet: die Welt des ökosystemischen Denkens von Bateson u.a., das Denken Jungs, und die Hypnose.

### **Hast Du in der Praxis von Anfang an mit Hypnose gearbeitet?**

Ja. Nachdem ich vier Jahre in Biel und Moutier Oberarzt war, wurde ich 1991 Teilzeit Chefarzt des KJPD Biel / Berner Jura, und habe daneben auch meine Praxis in Biel eröffnet. Da hatte ich schon einige Erfahrung mit Hypnose. Ich habe sie von Anfang an in die familientherapeutische Arbeit mit den Eltern eingebaut, was sehr schnell viel Ruhe in das Geschehen bringt. Seither gehört sie als fester Bestandteil in meine Arbeit.

### **Was würdest Du einem jungen Kinderpsychiater punkto Hypnose empfehlen?**

Wie schon gesagt, Hypnose ist ja eine Form von Spiel, von Geschichtenerzählen. Sie erlaubt, besser zu spielen und die Geschichten, sogar die eigene Geschichte, noch tiefer erlebbar zu machen. Es braucht nicht immer die Hypnose, manchmal stellt sich Trance auch von alleine ein. Beim Spielen, im Sinne von Rollenspiel, z.B. im Sandkasten, darf man nicht analysieren, Hypnose hilft, das zu vermeiden.

Als junge Kinderpsychiaterin schau welche therapeutische Ausrichtung zu deiner Persönlichkeit passt. Es gibt so viele Möglichkeiten, such dir etwas das auch richtig Spass macht.

- Siehst du diesen Vogel da mit dem roten Schwanz?
- *Dort auf dem Hag?*
- Ja. Es ist ein Hausrotschwänzchen. Es gibt nämlich den weissköpfigen Gartenrotschwanz und den schwarze Hausrotschwanz. Diese fressen Insekten und sind jetzt wieder angekommen. Sie sind Wandervögel. Sie lebten ursprünglich in den Felsen. Jetzt haben sie sich aber an unsere Gegenden gewöhnt. Siehst du, jetzt fliegen gerade zwei davon: So sieht man ihre roten Schwänzchen am besten. Das ist ein wunderbares Männchen.

### **Hier endet der erste Teil diese Interviews.**

In einem zweiten Teil werden wir (lesen Sie es im nächsten Newsletter...) näher auf die Verdienste und besonderen Beiträge zur Hypnose von Claude eingehen.

Zum Schluss aber noch ein Gedicht von François Cheng. Für Claude fasst es am besten zusammen, was ganz in der Tiefe der Hypnose, in der Intersubjektivität (davon mehr im zweiten Teil des Interviews) steckt:

Ton âme, tu la sais sans la voir, mais tu vois celle d'un autre  
Quand il s'émeut ou se confie, miracle des regards croisés,  
Fenêtre ouverte voyant l'âme de l'autre,  
Tu vois la tienne propre.