

## Vorwort

### Warum dieses Buch?

Eines Tages fuhr ein großes Motorrad an mir vorbei; der Fahrer hatte eine Lederjacke an, einen zerzausten Bart und langes, aus dem Helm heraushängendes Haar. Das Motorrad hatte eine riesige Windschutzscheibe aus Plexiglas und darauf war mit großen Buchstaben folgender Text geschrieben:

„It’s never too late to have a happy childhood.“  
(Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben.)

Ich verstand damals nicht gleich die Bedeutung dieser Worte, aber ich fand den Satz in seiner Paradoxie amüsant. Er schien auf den ersten Blick raffiniert – wie der Titel des bekannten Filmes „Zurück in die Zukunft“, aber nach und nach wurde ich davon überzeugt, dass dieser Spruch mit einem Rätsel verbunden war, das ich lösen wollte. Irgendwie hatte ich das Gefühl, dass der Erfinder dieses Satzes – wer immer das war – kaum damit sagen wollte, dass wir an der Wahrheit drehen, oder uns selbst etwas vormachen und unsere unglückliche Vergangenheit in rosaroten Farben sehen sollten. Er wollte uns sicher nicht sagen, dass wir uns eine glückliche Kindheit schaffen sollten, indem wir den Dreck unter den Teppich kehren und uns positive Erlebnisse – die wir nicht hatten – vorstellen. In mir verhärtete sich der Verdacht, dass sich hinter diesen Worten eine Weisheit verbirgt, die eine tiefere Bedeutung haben sollte.

Schon früher hatte ich einen entsprechenden Gedanken von dem amerikanischen Psychiater Milton H. Erickson gelesen. Erickson hatte die Gewohnheit zu sagen: „Der Mensch kennt die Lösung seines Problems, er weiß nur nicht, dass er sie kennt.“ Dieser Satz klang zuerst wie eine intelligente Wortspielerei, aber später, als ich mich mehr mit der Kurztherapie und der lösungsorientierten Annäherungsweise befasste, verstand ich, dass Erickson wirklich meinte, was er sagte. Er glaubte, dass Menschen oft – irgendwo, in der Tiefe ihrer Seele – wissen, was gut für sie ist, und dass die Aufgabe der Therapeuten darin liegt, Mittel und Wege zu finden, an die inneren „Weisheiten“ heranzukommen.

Dieses Buch ist ein Bericht über meine Bemühungen, eine befriedigende Antwort auf die Frage zu finden, was mit dem Satz „Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben“ gemeint ist.