

Die Durchbruchsitzung

Intensive, konzentrierte, ganzheitliche Therapie, die sich über drei Tage erstreckt. Im Mittelpunkt steht das Wohl des Klienten. Therapeut und Klient konzentrieren sich während dieser Zeit im wesentlichen auf die Themen, die zum Erreichen des zu Beginn definierten Sitzungszieles wichtig sind.

Warum der Name "Durchbruchsitzung"?

Das gewaltsame Durchbrechen eines Hindernisses wie einer Wand, einer Mauer, eines Felsens oder einer Grenze wird als Durchbruch bezeichnet. In einer Durchbruchsitzung ist man bestrebt, Blockaden zu durchbrechen, wobei öfters Hindernisse überwunden werden, die einem Mauerdurchbruch ähnlich sind. An Stelle von gewaltsam soll besser gezielt oder willentlich stehen, so kann im übertragenen Sinn der Durchbruch zu einem Neustart im Leben werden.

Sinn und Zweck der Durchbruchsitzung

Betrachten Sie eine Durchbruchsitzung nicht einfach als eine lange Therapiesitzung, sondern als Zwischenhalt im Leben, als Standortbestimmung oder als Neuorientierung für Körper, Geist und Seele. Allein diese Einstellung wird Ihrem Unterbewusstsein signalisieren, dass Veränderungen anstehen. Es wird ein spürbarer, manchmal auch erst nach einer gewissen Zeit erkennbarer Wandel eingeleitet, der Ihre Lebensqualität verbessert, Energie und Motivation steigert und hoffentlich bald wieder eine stabile Gesundheit in Ihr Leben zurückbringt.

Fragebogen

Vor der Sitzung wird ein mehrseitiger Fragebogen ausgefüllt. Er liefert die Daten, die für das Erreichen neuer Ziele ausschlaggebend sind und stellt den berühmten "roten Faden" dar, der sich durch Ihr vergangenes Leben gezogen hat. Er beinhaltet die Zielsetzungen des Klienten und dient als Kontrollinstrument.

Hilfsmittel und Methoden

Damit die definierten Ziele erreicht werden können, stehen verschiedene Hilfsmittel und Methoden zur Verfügung

- Biomagnetresonanz um den Körper zu regulieren, den Energiefluss auszugleichen und Therapieresistenzen zu überwinden
- Bioenergetische Messverfahren, meistens in Form von Biotensor oder Pendel, um Schadstoffbelastungen auszutesten
- Ausleitverfahren wie Radionik, Medisend Super, Cell Communicator oder Bionic 880
- Die Timelinetherapie nach Tad James, mit der sehr effizient Blockaden aufgearbeitet und geistige Programme verändert werden können
- Klinische Hypnose um unerwünschte, behindernde Muster aufzudecken und zu beseitigen
- Nützliche Elemente aus anderen Therapieverfahren wie Kinesiologie, NLP, Homöopathie, Fussreflexzonenmassage, systemischer Arbeit und Palmtherapie.

Wissenswertes über Hypnose

Was ist Hypnose?

Ein Mensch ist in Hypnose, wenn das Bewusstsein weitgehend ausgeblendet ist. In diesem Zustand ist das Unterbewusstsein zugänglicher. Hypnose ist ein natürlicher Zustand in dem wir oft verweilen. Genau gesagt immer dann, wenn wir uns auf etwas konzentrieren, beim Lesen eines Buches etwa, oder wenn wir bei einer Arbeit in Gedanken versinken. Wahrscheinlich ist den wenigsten Menschen bewusst, dass diese Zustände bereits als hypnotisch bezeichnet werden.

Was ist klinische Hypnose?

Klinische Hypnose findet statt, wenn Therapeut und Klient beschliessen, Hypnose zu einem bestimmten Zweck (Heilung) anzuwenden. Es ist wichtig, dass ein Vertrauensverhältnis (Rapport) zwischen den beiden besteht und es braucht ein definiertes Ziel und einen klaren Willen, etwas verändern zu wollen. Fehlt ein Element oder gar mehrere, wird das Ziel nicht erreicht.

Wozu ist Hypnose in der Therapie wichtig?

Hypnose ist hilfreich, wenn es darum geht, dem Unterbewusstsein Dinge zu entlocken, die im Wachzustand vom Bewusstsein zensuriert würden. Bereits in einer leichten Trance fliessen die Gedanken leichter und können besser gefasst werden. Da in der Durchbruchsituation aufdeckend gearbeitet wird, reduziert sich Hypnose grösstenteils auf ein Gespräch mit geschlossenen Augen.

Kann jedermann hypnotisiert werden?

Auf Grund der Tatsache, dass wir immer wieder in Trance verweilen, dies sogar ein natürlicher Zustand ist, kann man sagen, alle Menschen sind hypnotisierbar. Allerdings erleben sie Hypnose völlig unterschiedlich. Rationale, bodenständige Menschen haben mehr Mühe sich bewusst der Hypnose hinzugeben. Sie bekunden oft Angst, die Selbstkontrolle zu verlieren.

Es ist wichtig zu wissen, dass die Tiefe der Trance sehr unterschiedlich empfunden wird. Während der Therapie hat man manchmal das Gefühl, dass Hypnose gar nicht wirklich funktioniert. Man realisiert erst, wie tief man in die Gedankenwelt versunken ist, wenn man die Augen wieder öffnet. Eine entsprechende Aufklärung im Vorfeld ist hilfreich. Knüpfen Sie keine zu grosse Erwartung an Hypnose. Lassen Sie das manchmal Unklärliche einfach geschehen.

Ist Hypnose gefährlich?

Wenn Kinder einen Film anschauen der Gewalt und Hass suggeriert, oder wenn die Tabakwerbung uns mit schönen Bildern Freiheit und Wohlergehen verspricht, dann ist Hypnose im Spiel, was in dieser Form durchaus negative Folgen haben kann. Somit muss die Frage mit ja beantwortet werden.

In der klinischen Hypnose besteht ein Vertrauensverhältnis und eine klare Abmachung, die beidseitig eingehalten werden muss, damit sie funktioniert. Somit kann die Therapiesitzung von jeder Partei sofort beendet werden. Missbrauch ist daher gar nicht möglich. Zu überprüfen wäre vielmehr das Abhängigkeitsverhältnis zwischen Klient und Therapeut, welches einseitig ausgenutzt werden kann, was allerdings mit Hypnose nichts zu tun hat.

Sollen nur Ärzte Hypnose-therapie anwenden?

Ärztliches Fachwissen ist bestimmt nützlich und es wäre wünschenswert, wenn mehr Ärzte in ihren Praxen Hypnose anwenden würden. Das Thema ist uralte und die Liste der Ärzte die Hypnose anwenden lang. Leider findet man aber höchstens eine Hand voll im deutschsprachigen Raum, die für eine Durchbruchsituation ihre Praxis für drei Tage schliessen.

Für Therapeuten, egal ob aus der Schulmedizin oder aus der Naturheilkunde, gelten die gleichen Richtlinien. Fundierte Kenntnisse über psychische Krankheiten, Erfahrungsaustausch und stetige Weiterbildung müssen selbstverständlich sein, genau wie die Absicht, alles zum Wohle des Patienten zu tun.

Die Entscheidung

Letztlich entscheiden Sie alleine, ob Sie sich vom Schulmediziner oder vom Naturheilkundler hypnotisieren lassen wollen. Wichtigster Faktor, der die Qualität der Sitzung massgeblich bestimmt, ist das bedingungslose Vertrauen in den gewählten Weg. Verlassen Sie sich deshalb ausschliesslich auf Ihre Intuition!

In meiner Praxis geht jeder Durchbruchsituation ein Erstgespräch vor. Dieses gibt Ihnen die Sicherheit, dass alle Fragen beantwortet sind. Sie werden auch nie zu einer sofortigen Entscheidung aufgefordert, sondern Sie haben Zeit und bestimmen ganz alleine, wann immer Sie wollen, ob Sie diesen Schritt wagen werden.

7. Juni 2007, Martin Eugster