

Motivation durch Trance!

Wer kennt das Phänomen nicht? Um des Erfolges Willen gibt man im Beruf alles. Doch plötzlich ist der Akku leer - nichts geht mehr. Gerade erfolgreiche Menschen leiden häufiger unter psychosomatischen Erkrankungen. Die Eppendorfer Heilpraktikerin Rosemarie Dypka wendet in solchen Fällen eine spezielle Hypnotherapie an, um bei ihren Patienten deren angeknackstes Ego wieder auf Erfolg zu trimmen.

Der dynamische Jung-Manager verstand die Welt nicht mehr. Sonst mit gesundem Selbstvertrauen ausgerüstet, quälte ihn der Gedanke an den bevorstehenden Geschäftsabschluss mit einem lukrativen Kunden zunehmend. Ausgelöst hatte seine Krise ein eher beiläufiges Ereignis. Einen neuen Kollegen lobte die Firmenleitung wegen seines Engagements über Gebühr. Derart verunsichert, plagten den Manager nie gekannte Selbstzweifel, die oft in Angstzuständen mündeten. Um den schon sicher geglaubten Deal nicht zu gefährden, suchte der Verunsicherte die Heilpraktikerin Rosemarie Dypka auf. In mehreren Hypnose-Behandlungen schaffte es die 58-Jährige, dass sich der Patient auf seine eigenen positiven Erfahrungen im Beruf besann und die Minderwertigkeitsgefühle gegenüber dem Kollegen verdrängte. „Das Gros meiner Patienten stellen Manager, Hausfrauen und Studenten kommen zu mir. Man kann sagen, dass meine Klientel einen Querschnitt der Gesellschaft darstellt“, erläutert Rosemarie Dypka. Eigentlich arbeitete die Eppen-

dorferin zunächst in ganz anderen Berufssparten. „Angefangen habe ich in der Werbe-Branche. Hinzu kam dann noch eine Ausbildung als Spiel- und Theaterpädagogin. Eher zufällig lernte ich eine Frau kennen, die in ihrer Praxis auch die Techniken der Hypnose anwandte. Sie brachte mir die wesentlichen Kenntnisse auf dem Gebiet der Hypnose bei“, erinnert sich die ausgebildete Heilpraktikerin an die Anfänge. Trotz der unterschiedlichen Ausbildungen sieht Rosemarie Dypka einen großen Schwerpunkt: „Ob Werbung, ob Theater oder Hypnose - im Mittelpunkt meiner Tätigkeit stand und steht immer die Kommunikation. Schwerpunkt bei der Hypnose ist halt das, was man denkt. Dies drückt sich wiederum in Sprache aus“, erklärt die Heilpraktikerin. Kommunikation wird bei der Hypnotherapie groß geschrieben. „Die Behandlung setzt sich aus zwei Teilen zusammen. Zuerst bespreche ich mit dem Patienten, welche Ursachen seine seelischen Störungen haben könnten. Aus meiner elfjährigen Praxis weiß ich, dass viele Leiden meiner Kunden im Leistungsdruck begründet liegen. Gerade Menschen, die berufsbedingt unter Stress stehen, sind anfällig für psychosomatische Erkrankungen“, erzählt die 58-Jährige. Kopfschmerzen, Schwindel-Gefühle oder eben Ängste jeglicher Art signalisierten, dass der Körper dem enormen Leistungsdruck am Arbeitsplatz nicht mehr gewachsen sei, fährt Rosemarie Dypka fort. „Bei Stressgeplagten tritt der Körper irgendwann auf die Notbremse. Es treten Schmerzzustände auf,

die ein Arzt nicht diagnostizieren kann. So zittert beispielsweise bei einem Geiger die Hand, aber nicht der Fuß. Unser Körper reagiert intelligent auf die beruflichen Überforderungen. Der Organismus setzt seine Störungen da an, wo es dem Menschen wirklich beeinträchtigt“, präzisiert die gelernte Kommunikationswirtin und Theaterpädagogin. Wären wir Menschen in der Lage, mittels fauler Kompromisse dieses Phänomen außer Funktion zu setzen, würden wir bald nicht mehr existieren, fügt sie skeptisch hinzu. Schon das Gespräch über die möglichen Gründe für die seelischen Störungen findet unter Hypnose statt. „Dabei darf man sich aber keinen schlafähnlichen Zustand vorstellen. Bei mir werden die Patienten in Trance, das ist eine Art Tiefenentspannung, versetzt. Der Proband erlebt in jeder Phase der Behandlung alles mit“, versichert Rosemarie Dypka. Durch effektvolle Vorführungen in den Medien würde das Vorurteil geschürt, dass der Hypnotisierte willenlos sei - was überhaupt nicht der Wahrheit entspreche, so Rosemarie Dypka weiter. Nachdem über die Ursachen von seelischen Blockaden oder nicht lokalisierbaren Schmerzen geredet worden ist, folgt eine individuelle Suggestion für den Patienten. „Durch den entspannten Zustand wird der Verstand umgangen, um die Tür zum Unterbewusstsein zu öffnen. Ähnlich wie im Leistungssport bin ich

dann der Coach, der seine gestrauchelten Schützlinge durch Motivation, Unterstützung und der Betonung ihrer Stärken wieder aufbaut“, sagt die Heilpraktikerin selbstbewusst. Die Hypnotherapie zeitigt jedoch keine Erfolge von heute auf morgen. Mehrere Sitzungen sind schon einzuplanen, um die gewünschte positive Einstellung bei den Patienten zu erzielen. „Bis zu zehn Sitzungen benötige ich, damit meine Kunden ihre Ängste überwinden, negative Gefühle kontrollieren und - am wichtigsten - die eigenen Stärken wieder in den Mittelpunkt der Persönlichkeit rücken. Sozusagen führe ich meine Kunden hin zu ihrem gesunden, starken 'Ich'“, preist Rosemarie Dypka ihre Künste an.

mit



„Meine Hypnotherapie versetzt niemanden in tiefen Schlaf. Beispielsweise könnte ich eine in Trance versetzte Person nicht dazu veranlassen, genussvoll in eine Zitrone zu beißen“, meint Rosemarie Dypka.