

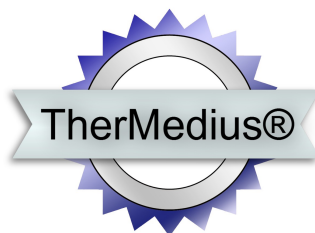


TherMedius®-Institut
Fachbereich Hypnose / Hypnosetherapie

Zitate-Steckbrief

***„Glück entsteht oft durch Aufmerksamkeit in kleinen Dingen,
Unglück oft durch Vernachlässigung kleiner Dinge.“***

Wilhelm Busch (1832 – 1908), deutscher Dichter und Zeichner



www.hypnoseausbildung-seminar.de

Einleitung

Die Worte einer großen Persönlichkeit der Geschichte oder eines berühmten Menschen, den man besonders stark mit einer bestimmten Eigenschaft wie Weisheit, Intelligenz, Diplomatie, Erfolg, Stil oder anderen möglicherweise zu einer bei der Behandlung vorliegenden Konstellation passenden Attributen verbindet, haben oft eine intensive Wirkung auf Menschen, da ein Zitat nicht einfach nur Worte, sondern auch die „Aura des Autors“ mit sich transportiert, die oft eine ebenso große Bedeutung hat wie das Zitat selbst.

Mit den „Zitat-Steckbriefen“ möchten wir unseren Absolventen und Lesern Beispiele dafür geben, welche Zitate sich gut für den Einsatz im therapeutischen/beratenden Kontext eignen und wie sie sich in die Arbeit mit Hypnose integrieren lassen.

Verwendungsmöglichkeit/-en dieses Zitates

Das Zitat von Wilhelm Busch lässt sich hervorragend bei Klienten verwenden, die öfter einmal vergessen, Details zu betrachten, fahrig und oberflächlich sind.

Dieses Zitat soll dabei unterstützen, einmal wieder den Blick für Kleinigkeiten zu schärfen, Sensibilität zu entwickeln.

Platzierung des Zitates in einer Hypnose-Sitzung

Dieses Zitat eignet sich am besten dafür, im Zusammenhang mit der entsprechenden Thematik genannt zu werden.

Ein Beispiel für einen Suggestionstext-Ausschnitt mit Verwendung des Zitates könnte so aussehen:

*„Vieles funktioniert momentan bei Dir nicht. Du bist fahrig, bleibst in Deinem Stress bei allem nur an der Oberfläche. Dabei ist es so wichtig – und auch so schön, den Blick zu Details zu schärfen. So entwickelst Du Sensibilität für Gefahren – und entdeckst gleichzeitig die kleinen schönen Dinge, die das Leben viel schöner und lebenswerter machen. Wie schon der berühmte deutsche Dichter und Zeichner Wilhelm Busch so schön sagte: **'Glück entsteht oft durch Aufmerksamkeit in kleinen Dingen, Unglück oft durch Vernachlässigung kleiner Dinge.'** Komme einmal zur Ruhe, beobachte spüre, erkenne. So erleichterst Du Dein Leben – und machst es Dir einfach schöner.“*

Lassen Sie diese Passage anschließend ruhig einen Moment wirken, in dem Sie ca. 1 Minute schweigen und den Klienten das Gesagte verarbeiten lassen.

Alternativ kann dieses Zitat auch in der analytischen Arbeit eingesetzt werden. Man kann einem Klienten, bei dem man den Eindruck hat, dass Oberflächlichkeit und fehlende Sensibilität bei ihm ein Thema sein könnte, das Zitat nennen und ihn bitten, es auf sich wirken zu lassen und anschließend in Trance spontane Gedanken dazu äußern, welche Bedeutung dieses Zitat für ihn haben könnte. Auf diese Weise kann ein solches Zitat sogar die Initialzündung für eine komplette analytische Sitzung sein.

Selbstverständlich lässt sich dieses Zitat auch noch bei anderen Gelegenheiten einsetzen, zum Beispiel im Vorgespräch, während der Induktion für eine themenbezogene Sitzung, als Affirmation etc.

Variieren Sie ruhig ein wenig und setzen Sie das Zitat ein, wenn Sie den Eindruck haben, dass es gerade gut zu einer Situation passt. Verwenden Sie auch andere Zitate und bauen Sie sich, wenn Sie möchten, ein Repertoire mit verschiedenen Zitaten für die wichtigsten therapeutischen Gelegenheiten oder Beratungssituationen auf. So entwickeln mit der Zeit die Fähigkeit, Ihre Arbeit punktgenau mit interessanten und treffenden Zitaten zu unterstreichen.

Merkzettel mit dem Zitat und Hausaufgabe

Wenn das Zitat besonders passend zur Situation des Klienten erscheint, können Sie es auf einen kleinen Zettel oder eine Haft-Notiz schreiben und es ihm mit der Bitte aushändigen, sich bei Gelegenheit noch einmal gedanklich damit auseinanderzusetzen.

Wenn Sie möchten, können Sie dem Klienten auch als Hausaufgabe aufgeben, bis zur nächsten Sitzung einmal die Bedeutung dieses Zitates für sich und seine Situation zu überdenken und Ihnen zu berichten, zu welchen Erkenntnissen er dabei gekommen ist. In diesem Zusammenhang lassen sich oft interessante Ressourcen gewinnen. Möglicherweise berichtet Ihnen der Klient auch von einem neuen, bedeutenden Aspekt seiner Situation, von dem Sie zuvor noch gar nicht wussten, der aber für die weitere Behandlung von großem Wert sein kann.

Über die Quelle

Wilhelm Busch kennen viele durch „Max und Moritz“ oder „Witwe Bolte“ als frühen Vater der Comiczeichner. Er zeichnete sich durch seinen bissigen Humor aus, galt aber privat eher als zurückhaltend. Eigentlich versuchte er sich immer wieder als ernsthafter Maler zu etablieren, was ihm aber nie so recht gelang. Auch privat war er sehr unstet – trotz seiner familiären Bindung – geprägt von immer neuer Selbstreflektion und Orientierungsfindung.

Einer ausgeprägten Persönlichkeit wie Wilhelm Busch würden die meisten Menschen deshalb vermutlich bedenkenlos zutrauen, dass er weiß, wovon er spricht.

Bei Klienten, die den Namen Wilhelm Busch nicht kennen, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „berühmter deutscher Dichter und Zeichner“ in Zusammenhang mit dem Zitat ähnliche Assoziationen entstehen wie bei Klienten, die mit seinem Namen vertraut sind. Achten Sie also darauf, den Namen nicht ohne Erwähnung von Wilhelm Buschs Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „berühmt“ ist, zu verwenden.

