

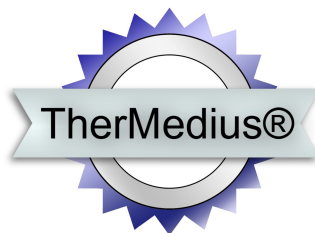


TherMedius®-Institut
Fachbereich Hypnose / Hypnosetherapie

Zitate-Steckbrief

***„Liebe besteht nicht darin, dass man einander anschaut,
sondern dass man gemeinsam in die selbe Richtung blickt.“***

Antoine de Saint-Exupéry (1900 – 1944), französischer Schriftsteller



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 Antoine de Saint-Exupéry lässt sich hervorragend bei Klienten verwenden, die in ihrer Partnerschaft ganz auf ihr gegenüber fixiert ist. Zum einen kann das auf Dauer sehr beklemmend für den jeweiligen Partner sein, zum anderen verlieren sie so den Blick für ein „Außen“ und den konstruktiven Umgang mit der eigenen Beziehung.

Dieses Zitat soll sie öffnen und sie dazu ermutigen, gemeinsam mit dem Partner im Leben voranzuschreiten und sich für das Leben an sich zu öffnen.

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:

*„Du liebst Deinen Partner. Das ist schön. In dieser großen Liebe bist Du aber nur ganz auf ihn fixiert – und Du spürst selber, dass das weder für Eure Partnerschaft noch für Dich optimal bist. Löse einmal Deinen Blick auf Deinen Partner, verständige Dich mit ihm – und dann schaut in die Richtung, die für Euch gemeinsam passend ist. So zieht ihr an einem Strang, könnt Eure Gemeinsamkeiten ausleben – und bleibt dabei doch Euch als Individuen treu. Wie schon der berühmte französische Schriftsteller Antoine de Saint-Exupéry sagte: **'Liebe besteht nicht darin, dass man einander anschaut, sondern dass man gemeinsam in die selbe Richtung blickt.'** Ja, gemeinsam könnt ihr wunderbare Dinge erreichen, wenn ihr Euch öffnet und Euch als Paar auf den Weg macht.“*

Lassen Sie diese Passage anschließend ruhig einen Moment wirken, in dem Sie ca. eine 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 die zu starke Fixierung auf den Partner 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

Antoine de Saint-Exupéry kennen viele als Autor des Buchs „Der kleine Prinz“. Schon während seinen Lebzeiten war er ein erfolgreicher und anerkannter Autor – nach Kriegsende wurde er Kult.

Interessanterweise sah er sich selbst eher als Pilot, der nebenher schrieb. Tatsächlich verband er jedoch sein Leben lang seine Tätigkeit als Flieger mit jener des Werbebeauftragten, Journalist und Autor. Im Rahmen dessen bereiste er die Welt, war in Saigon, Moskau, Marokko, war während des spanischen Bürgerkriegs vor Ort, flog einen Rekordflug von New York nach Feuerland – und schrieb natürlich auch darüber. 1944 verschwand er bei einem Aufklärungsflug in Richtung Grenoble und blieb verschollen, was viele Jahre zu wildesten Spekulationen führte. Erst im Jahr 2000 wurde das Wrack seines Flugzeuges gefunden.

Einer vielfältigen und vielschichtigen Persönlichkeit wie de Saint-Exupéry würden die meisten Menschen deshalb vermutlich bedenkenlos zutrauen, dass er weiß, wovon er spricht.

Bei Klienten, die den Namen Antoine de Saint-Exupéry nicht kennen, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „berühmter französischer Schriftsteller“ 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 de Saint-Exupérys Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „berühmt“ ist zu verwenden.

