

Große Zitate

Zitat-Steckbrief

**„Jeder Mensch hat seinen „wunden Punkt“
und das erst macht ihn menschlich.“**

Oscar Wilde (1854 - 1900), irischer Schriftsteller



Die Verwendung von Zitaten bekannter Persönlichkeiten in der Hypnose und Hypnotherapie ist ein bewährtes Instrument, um einem Klienten während der Behandlung einen verstärkenden Impuls zu geben.

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 Oscar Wilde lässt sich bei Klienten verwenden, die ihren Glauben ganz besonders an einem „wunden Punkt“ hadern – etwas, was sie ärgert oder schwächt. Sie sind verbittert und gleichzeitig unendlich traurig.

Dieses Zitat soll ihnen Mut machen, sich mit diesem Handicap zu arrangieren – vielleicht sogar ins Positive zu wandeln – als etwas, was sie ausmacht und einzigartig macht.

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:

„Ja, Du hast dieses Handicap, diesen wunden Punkt in Deinem Leben, den Du als so massive Schwäche siehst – und Du leidest darunter. Aber wäre es nicht möglich, sich mit ihm zu arrangieren? Wie der berühmte irische Schriftsteller Oscar Wilde einmal sagte: „Jeder Mensch hat seinen „wunden Punkt“ und das erst macht ihn menschlich.“ Vielleicht kannst Du sogar etwas aus ihm lernen – in umwandeln – in etwas Einzigartiges, was Dich ausmacht. Spüre dem einmal nach.“

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, das diese sein Thema ist, 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 sicherlich auch noch bei anderen Gelegenheiten einsetzen, zum Beispiel im Vorgespräch, während der Induktion für eine themenbezogene Sitzung, als Affirmation ...

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 und 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

Oscar Wilde war ein exzentrischer irischer Schriftsteller in einer doch sehr prüden viktorianischen Zeit. Er schrieb Bücher voller Satire und Erotik, die zu seiner Zeit teilweise als äußerst skandalös galten. Außerdem pflegte er einen außergewöhnlichen Lebensstil und prägte für sich den Begriff „Dandy“. Gleichzeitig war er hochempfindlich, liebte das Leben und die Liebe.

Einer Persönlichkeit wie Oscar Wilde würden die meisten Menschen deshalb vermutlich bedenkenlos zutrauen, dass er weiß, wovon er spricht.

Bei Klienten, die den Namen Oscar Wilde *nicht kennen*, werden durch die Erwähnung seiner Stellung als „berühmter irischer 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 Wildes Beruf(ung) und der Tatsache, dass er „berühmt“ ist* zu verwenden.