

Willem Lammers
Logosynthese – Mit Worten heilen

Willem Lammers

Logosynthese – Mit Worten heilen

**Praxisbuch für Beratung, Coaching
und Psychotherapie**



VAK Verlags GmbH
Kirchzarten bei Freiburg

Hinweise des Verlags

Dieses Buch informiert über die Anwendung der *Logosynthese*®. Die dargestellten Verfahrensweisen haben sich als sicher und effektiv bewährt. Wer sie anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Autor und Verlag beabsichtigen hier nicht, individuelle Diagnosen zu stellen oder Therapieempfehlungen zu geben. Die Informationen in diesem Buch sind nicht als Ersatz für professionelle therapeutische Hilfe bei gesundheitlichen oder psychischen Problemen zu verstehen.

Die Fallbeispiele in diesem Buch sind aus verschiedenen Situationen mit realen Klientinnen und Klienten zusammengesetzt. Die Namen der Klientinnen und Klienten aus den Originaltranskripten wurden geändert.

Der Methodenname *Logosynthese*® ist als Wortmarke geschützt. Anwender der Methode dürfen ihn nur nach entsprechender Ausbildung und Zertifizierung beim *Institut für Logosynthese*® zur Charakterisierung der eigenen Arbeitsweise nutzen. (www.logosynthese.de)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

VAK Verlags GmbH
Eschbachstr. 5
79199 Kirchzarten
Deutschland
www.vakverlag.de

© VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg 2014
Lektorat: Norbert Gehlen
Coverdesign: Kathrin Steigerwald, Hamburg
Layout: Karl-Heinz Mundinger, VAK
Gesamtherstellung: Friedrich Pustet KG, Regensburg
Printed in Germany
ISBN 978-3-86731-143-4

Inhalt

Vorwort: <i>Make It Simple</i>	8
--------------------------------------	---

Teil I –

Das Modell: Was ist Logosynthese®?	13
---	----

1. Ein Sturz – und die Folgen	15
2. Meine Odyssee: Die Entstehung der Logosynthese®	27
3. Was wir sind: Überleben, Kompetenz, Essenz	33
4. Die Natur des Leidens	44
5. Erstarrte Welten: Abspaltung und Verinnerlichung	49
6. Leben im Museum: Energie im Raum	66
7. Abrakadabra: Die Macht der Worte	80
8. Mit oder ohne Hilfe: Logosynthese® anwenden	84
9. Neurowissen: Was läuft im Gehirn ab?	88

Teil II –

Die Methode: Schlicht, effektiv, anders	93
--	----

10. Begleitete Veränderung: Sieben Aspekte	95
11. Das Thema im Raum: Die Metafragen	102
12. Worte wirken: Die <i>Sätze</i> der Logosynthese®	112
13. Zwischen den Zeilen: Die Wirkungsphase	122
14. Phönix aus der Asche: Die neue Gegenwart	131
15. Puzzleteile I: Die Auslöser	137
16. Puzzleteile II: Die Reaktionen	157
17. Der Einsatzplan: Das Wann und Wie der Methode	161
18. Raum und Zeit: Zeitlinien und Landkarten	168
19. Finessen	183

Teil III –**Logosynthese® live: Ein Blick über die Schulter 193**

- 20. Alex: Aus mir wird nichts 196
- 21. Claudio: Anstehendes aufschieben oder erledigen? 202
- 22. Erich: Angst vor einer Operation 211
- 23. Esther: Wunsch nach Kontakt 217
- 24. Franziska: Schuldgefühle überwinden 222
- 25. Geraldine: Szenen auf dem Schlachtfeld 229
- 26. Iris: Spuren sexuellen Missbrauchs 234

Teil IV – Logosynthese® leben: Die Praxis 241

- 27. Lernen im Alltag 243
- 28. Die Ausbildung: *Practitioner* in Logosynthese® 245
- 29. Erläuterung der Fachbegriffe 252
- 30. Schlusswort: Nie war ich alleine unterwegs 264
- Quellenverzeichnis 266

Vorwort: *Make It Simple*

*If you can't make it simple,
you don't understand it well enough.*

ALBERT EINSTEIN

Leonore schaute mich an, mit großen, ängstlichen Augen. Sie hatte mir gerade erzählt, dass sie am Morgen die Tür der Duschkabine hatte öffnen wollen. Ihre Hand hatte danebengegriffen. Nun war sie verwirrt und verzweifelt und wählte einen treffenden Ausdruck: „Ich bin neben den Schuhen“ – in ihrem Schweizer Dialekt bedeutete das so viel wie: „Ich bin verrückt.“

Intuitiv nahm ich sie wörtlich und bat sie, den Teil neben ihren Schuhen an den richtigen Ort zurückzubewegen. Ich weiß nicht, wie sie es tat, aber schlagartig kamen ihr Bilder: Bei einem Treppensturz in einem eiskalten Bahnhofsgebäude hatte sie sich verletzt, vor sechs Jahren, frühmorgens.

Die bahnbrechende Sitzung mit Leonore fand statt am 11. Januar 2005. Diese Erfahrung forderte mich als Fachperson heraus: Wie kann ich verstehen, was hier vor sich geht?

Die Logosynthese ist meine Antwort auf diese Frage – ein umfassendes, elegantes und wirksames System für begleitete Veränderung und Selbstcoaching. Die Logosynthese ermöglicht einen neuartigen, vielseitigen Umgang mit menschlichem Leiden.

Dieses Buch beschreibt die Logosynthese als Modell und Methode für *begleitete Veränderung* – also für Coaching, psychologische Beratung, Psychotherapie und Supervision. Ich verwende den Sammelbegriff „begleitete Veränderung“, weil das Modell für alle diese Beratungsbereiche gilt. Eine spezifische Grundausbildung ist jedoch Bedingung für die Anwendung in diesen Feldern: Ein Businesscoach wird nicht über Nacht zum Psychotherapeuten, nur indem er die Logosynthese erlernt, und das Gleiche gilt umgekehrt. Das Modell unterstützt also Fachleute bei der Begleitung und Behandlung von

Menschen in Veränderungsprozessen, im etablierten Kontext professioneller Beratung.

Das vorliegende Werk ist Nachfolger meines Buches von 2007: *Logosynthese – Triffst Du nur das Zauberwort ...* Seitdem habe ich viel gelernt: Das Modell wurde differenzierter und gleichzeitig leichter verständlich – frei nach Einsteins Motto am Anfang dieses Kapitels. Besonders in den ersten Jahren der Logosynthese standen meine Ausbildung und meine Erfahrung als Psychologin, Psychotherapeutin und Coach der Einfachheit im Wege: Ich hatte Mühe, das *anzunehmen*, was sich da vor meinen Augen und Ohren abspielte. Seit dem 11. 1. 2005 habe ich viele lieb gewonnene Sicherheiten aufgegeben.

Am Anfang der Entwicklung der Logosynthese suchte ich meine Sicherheit in der Verankerung des neuen Modells in mehr oder weniger traditionellen Schulen der Beratung und Psychotherapie – Tiefenpsychologie, Transaktionsanalyse, Hypnotherapie, NLP, EMDR und Energiepsychologie. Meine Odyssee durch diese Welt können Sie in Kapitel 2 verfolgen. Ich glaubte, dass man diese Modelle brauche, um die Logosynthese zu verstehen.

Heute ist es eher umgekehrt: Wenn Sie sich allzu stark auf bereits vorhandenem Wissen abstützen, kann dies Ihrem Verständnis der Logosynthese im Wege stehen. Ihre Resultate lassen sich mithilfe *klassischer* Grundannahmen kaum erklären.

Inzwischen hat die Logosynthese Ballast abgeworfen und einen eigenen, „schlanken“ Bezugsrahmen entwickelt. Die Didaktik und die Anwendung wurden verbessert, sowohl für die begleitete Veränderung als auch für das Selbstcoaching.

Mein Buch *Selbstcoaching mit Logosynthese* (2012) ist ein Ratgeber für die Selbstanwendung des Modells. Es gibt Antworten auf die meisten Fragen, die beim Selbstcoaching auftauchen, und ist eine gute Vorbereitung oder Ergänzung zum *vorliegenden* Buch.

Lesen Sie dieses Buch mit einer Prise Neugier: Lassen Sie sich auf das Neue in der Logosynthese ein. Wenn Sie skeptisch sind, lesen Sie dieses Buch als *Science-Fiction*, als Gedankenexperiment für eine zukünftige Welt – so, als würden Sie ein Buch von Isaac Asimov oder

Frank Schätzing lesen. Ich lade Sie ein, die hier beschriebenen Methoden genau *so* anzuwenden wie beschrieben. So sammeln Sie eigene Erfahrungen mit der heilenden Kraft der Worte, auch wenn Sie meine Grundannahmen nicht teilen.

Auch heute noch faszinieren mich die Möglichkeiten der Logosynthese – für meine Klienten, für meine Kollegen und für mich selbst. Meine Erfahrung zeigt, dass die Logosynthese als Modell und Methode erfolgreich vermittelbar ist. Das gibt mir das Vertrauen, dass wir einer tiefen Wahrheit auf der Spur sind.

Wie lesen Sie dieses Buch?

Im Webzeitalter lesen nur noch wenige ein Buch *from cover to cover*, der eigene Lernstil der Lesenden wird wichtiger. Mein Buch folgt dieser Entwicklung. Sie können dort anfangen, wo es Ihrem Lernstil entspricht. Hier ein kurzer Wegweiser:

- Wenn Sie gerne in die *Theorie* eintauchen, beginnen Sie bei Teil I. Hier erhalten Sie eine Einführung in die Geschichte, das Modell und das Menschenbild der Logosynthese. Sie finden hier auch meine Grundannahmen und die Verknüpfungen mit anderen Schulen oder Modellen für begleitete Veränderung.
- Wenn Sie sich eher für die *Methode* interessieren, ohne tiefere Auseinandersetzung mit den zugrunde liegenden Konzepten, fangen Sie beim Teil II an. Hier finden Sie die Anwendung in der Arbeit mit Klienten – im Kontext eines umfassenden Phasenmodells.
- Wollen Sie sich ein *konkretes Bild* der Anwendung machen? Teil III enthält Transkripte realer Sitzungen mit Klientinnen und Klienten, ergänzt mit theoretischen und methodischen Kommentaren.
- Teil IV beschreibt, wie Sie die Logosynthese in Ihren *Alltag* integrieren können – persönlich und professionell. Hier finden Sie auch den Inhalt, die Struktur und die Bedingungen der professionellen *Weiterbildung* zum *Practitioner in Logosynthese* und Referenzen von Teilnehmenden dieser Weiterbildung.

Folgen Sie Ihrem Interesse und fangen Sie dort an, wo es Sie hinzieht. Dieses Buch gibt einen guten Einblick in die Grundlagen der Logosynthese. Die größte Beschränkung des Buches liegt in seiner Natur: Der Inhalt befindet sich zwischen Buchdeckeln (oder in einer digitalen Datei). Das bedeutet, dass Sie mich nicht bei der *Anwendung* der Logosynthese sehen und hören können, dass Sie die Sorgfalt, das Tempo und die Genauigkeit in der Arbeitsbeziehung mit meinen Klienten nur ahnen, aber nicht direkt erleben können.

Die Logosynthese hat viele Mütter und Väter. Kolleginnen und Kollegen aus beratenden und therapeutischen Berufen werden vertraute Elemente finden. Wer sich aber mehr als oberflächlich mit dem Modell auseinandersetzt, staunt über die ungekannte Leichtigkeit und Eleganz, die die konsequente Anwendung der Logosynthese ermöglicht. Allerdings lassen sich viele Aspekte der professionellen Anwendung nur *live* vermitteln. Für den Einsatz in Ihrer Berufspraxis mit Klientinnen und Klienten empfehle ich daher die Teilnahme am Weiterbildungsprogramm des *Instituts für Logosynthese*[®]. Gleichwohl: Wenn Sie die Logosynthese in Ihrer professionellen Praxis einsetzen wollen, schaffen Sie sich mit der Lektüre dieses Buches auf jeden Fall eine gute Basis.

An dieser Stelle möchte ich *den* Menschen danken, die mich in der Entwicklung und Verbreitung der Logosynthese und beim Schreiben dieses Buches unterstützt haben. Namentlich möchte ich nennen: Karin de Smit, Andrea Fredi, Rudolf Karlen, Patrick Mayor, Yvonne Mich, Trish North, Nancy Porter-Steele, Richard Scherrer, Curtis Steele, Sigrid Stilp, Ulrike Scheuermann und alle Mitglieder der Facebookgruppen Logosynthese, Logosynthèse, Logosynthesis und Logosintesi.

Maienfeld, im Sommer 2013

Willem Lammers

TEIL I

Das Modell: Was ist Logosynthese®?

Einführung

*Worte pflanzen, die wie Bäume
ihre Wurzeln in die Erde schlagen,
neue Triebe in den Himmel schicken
und der Welt Luft zum Atmen geben.*

YVONNE MICH

In diesem Teil finden Sie eine breite Einführung in das Modell der Logosynthese mitsamt ihrer Geschichte. Sie lernen das Menschenbild und die vier Grundannahmen der Logosynthese kennen und die Wirkung der Methode verstehen. Das Modell basiert auf einem ganzheitlichen Verständnis des Menschen und auf vier Grundannahmen:

1. Leiden entsteht aus Mangel an Bewusstsein für das eigene, wahre Wesen, den eigenen Sinn und die eigene Aufgabe in dieser Welt: die Essenz.
2. Das Bewusstsein der eigenen Aufgabe und des persönlichen Sinns wird durch zwei Kernprozesse verschleiert: Introjektion und Dissoziation.
3. Dissoziierte Teile und Introjekte sind erstarnte, energetische Strukturen im dreidimensionalen Raum, keine abstrakten, rationalen Konzepte.
4. Die Macht der Worte an sich ermöglicht die Auflösung dieser erstarnten Strukturen und befreit unsere Lebensenergie für unsere wirkliche Aufgabe.

Ausgehend von diesen Grundannahmen habe ich ein Modell, eine Methode entwickelt, die Menschen unterstützen kann – sowohl bei der Lösung von Problemen im Alltag als auch bei ihrer persönlichen und spirituellen Entwicklung. Die Methode integriert Elemente vieler anderer Modelle für Selbstcoaching und begleitete Veränderung zu einem „sinn-vollen“ Ganzen.

1. Ein Sturz – und die Folgen

Leonore neben den Schuhen

Der 11. Januar 2005 markierte einen tiefen Einschnitt in meinem Verständnis von Coaching und Psychotherapie. An diesem Tag änderte sich alles. Wie kam das?

Denise, eine befreundete Psychotherapeutin, hatte mich gebeten, mit ihr zusammen die 42-jährige Leonore zu treffen, die ich schon im Vorwort erwähnt habe. Deren Behandlung war ins Stocken geraten und Denise brauchte neue Impulse. Sie hatte mir vor der Sitzung Leonores Geschichte erzählt. Ein merkwürdiges Trauma hatte deren Leben radikal verändert: Fünf Jahre zuvor war sie am frühen Morgen auf dem Weg zur Arbeit eine Bahnhofstreppe hinuntergestürzt und danach konnte sie sich nicht daran erinnern, was genau passiert war. Erst Stunden nach dem Sturz war sie wieder zu sich gekommen, an einem ihr unbekanntem Ort, verletzt und mit zerrissenen Kleidern. Ihr Mann hatte sie dann abgeholt und nach Hause gebracht. Mit diesem Ereignis begann für Leonore ein langer Leidensweg. Sie fand sich im Leben nicht mehr zurecht. Sie war ängstlich und tief verunsichert über sich selbst. Am Arbeitsplatz konnte sie sich nicht mehr konzentrieren und sie war gezwungen, ihren Job aufzugeben.

Was genau passiert war, wusste sie an diesem kalten Januartag – fünf Jahre nach dem Sturz – immer noch nicht. Sie war offensichtlich traumatisiert, verbunden mit einer totalen Amnesie für den Hergang des auslösenden Ereignisses. Eine Reihe von Ärzten hatte keine neurologischen oder anderen Verletzungen feststellen können – sie betrachteten sie als schwierigen, wenn nicht hoffnungslosen Fall. Sowohl Leonore als auch ihr Mann waren davon überzeugt, dass alle Probleme mit dem Sturz fünf Jahre zuvor angefangen hatten. Die behandelnden Ärzte und in der Folge auch die Kranken- und Invaliditätsversicherungen weigerten sich aber, dies anzuerkennen, und meinten, eine Persönlichkeitsstörung ausmachen zu können. In dieser verfahrenen Situation hatte Leonore sich an Denise gewendet.

Als Denise Leonore kennenlernte, kam sie zum Schluss, dass die Experten (Ärzte, Gutachter, Versicherungsmitarbeiter) die Bedeutung der posttraumatischen Belastungsstörung in Folge des Sturzes unterschätzt hatten. Die Behandlung nahm ihren Anfang und nach einigen Sitzungen blühte Leonore auf, weil sie endlich einen Mitmenschen gefunden hatte, der sie wirklich ernst nahm. An den Symptomen änderte sich jedoch wenig und die Amnesie für das Ereignis blieb bestehen. Deshalb hatte Denise ihr vorgeschlagen, mich für eine Konsultation einzubeziehen – aufgrund meiner Erfahrung mit NLP, EMDR und energetischer Psychologie. Mit diesen Methoden hatte ich in festgefahrenen Situationen schon oft überraschende Resultate erreichen können.

Leonore wurde von ihrem Mann in die Praxis gebracht. Sie war eine kleine, zierliche Frau, die leicht gebückt ging. Ihre Augen drückten tiefe Angst und Unsicherheit aus, aber auch eine Spur von Hoffnung, dass sich etwas in ihrem Leben noch zum Guten wenden könnte.

Denise stellte mich vor und ich übernahm das Gespräch. Auf meine Frage, was sie momentan beschäftige, erzählte Leonore, wie sie am Morgen wieder desorientiert gewesen sei und wie ihre Hand im Badezimmer die Glastür der Dusche nicht habe finden können: Sie hatte immer wieder danebengegriffen. Sie hatte eine solche Desorientierung nicht zum ersten Mal erlebt – wenn sie einen Schlüssel in ein Schloss stecken wollte, suchte ihre rechte Hand das Schlüsselloch etwa 20 Zentimeter links von der richtigen Stelle. Das war der Anlass für ihre Formulierung: „Ich bin neben den Schuhen.“

Als ich ihren Ausführungen zuhörte, fühlte ich mich zunehmend hilflos. In meinem Kopf schwirrten neurologische Hypothesen. Ich versuchte, präzisere Informationen zu erhalten, aber Leonore schaute mich nur hilflos an. Sie fragte, ob auch ich meine, dass sie verrückt sei.

Darüber musste ich nachdenken. Ich begann zu verstehen, warum die Ärzte nicht gewusst hatten, was sie mit Leonore anfangen sollten, und warum sie bei ihr eine „Persönlichkeitsstörung“ diagnostiziert hatten. Ein solches Etikett ändert zwar nichts an der Situation, ebenso wenig unterstützt es die Behandlung der Probleme, aber es vermittelt den (falschen) Eindruck, dass die Experten wüssten,

wovon sie reden. Ich wusste es auch nicht, aber etwas in mir wehrte sich gegen diese Vereinfachung. Ich entschied mich, meine eigene Diagnose eine Weile aufzuschieben und für einen Moment *nichts* zu tun.

Jetzt saß ich wortlos da und schaute Leonore an. Mein Blick wanderte über die leidende Frau im Sessel gegenüber. Dann traf mich ein Bild: Rechts von ihr nahm ich einen dünnen, hellen Schatten wahr, der wie ein Nebel wirkte. Normalerweise hätte ich eine solche Wahrnehmung ignoriert, als Müdigkeit oder Tagträumerei abgetan, aber jetzt klangen ihre Worte in meinen Ohren nach: „Ich bin neben den Schuhen.“

Könnte es sein, dass Leonore tatsächlich „neben den Schuhen“ war – nicht bildlich, sondern *wörtlich*? Dass sie mit dem Sturz einen Teil ihrer Lebensenergie an einen anderen Ort platziert hatte? Ich folgte meiner Eingebung. Die Neurologie half mir nicht, Leonore beizustehen, eine klinische Diagnose hatte ich nicht. Während meiner Ausbildung hatte mich ein Lehrender einmal auf die buchstäbliche Bedeutung des Wortes „verrückt“ aufmerksam gemacht: Wenn du „ver-rückt“ bist, ist nichts mehr am vertrauten Ort – und hier hatten wir es: Leonore war im wahrsten Sinne des Wortes „neben den Schuhen“. Ein Teil von ihr war im Raum „verschoben“ und in der Folge suchte ihr Bewusstsein ein Schlüsselloch 20 Zentimeter weiter links ...

Die erste Intervention

Ich nahm Leonore also wörtlich und sagte ihr, was mir aufgefallen war. Ob sie denn bereit sei, sich auf ein Experiment einzulassen? Sie wurde neugierig und war einverstanden.

Mein Vorschlag war, zu versuchen, ob sie den „Nebenkörper“ in ihren physischen Körper zurückführen könne. Ihre Reaktion bestätigte meine Vermutung, dass wir auf etwas Wesentliches gestoßen waren: Sie reagierte mit heftiger Angst.

Ich schaute meine Kollegin Denise an und wir versprachen Leonore unser beider Unterstützung: Sie dürfe das Experiment jederzeit abbrechen. Beim zweiten Versuch war die Wirkung dramatisch: Leonore geriet in heftige Aufregung. Sie schnappte nach Luft und die

Tränen liefen ihr über die Wangen. Sie weinte, aber sie ließ sich weiter auf den Prozess ein. Einen Moment lang war ich beunruhigt, entschied mich jedoch zu warten. Der bewegende Prozess schien eine Ewigkeit zu dauern. Erst nach etwa einer Viertelstunde beruhigte sie sich und es wurde klar, wie tief das „Experiment“ gewirkt hatte: Plötzlich erinnerte sich Leonore an das, was fünf Jahre zuvor vorgefallen war.

Sie beschrieb genau, wie sie an dem schicksalhaften Morgen von einem eiligen Passanten eine Bahnhofstreppe hinuntergestoßen worden war. Minutenlang war sie am Boden liegen geblieben, verletzt, erstarrt vor Kälte und Schrecken. Danach war sie zum Parkplatz zurückgekehrt, um nach Hause zurückzufahren. Sie hatte ihr Auto gefunden, aber die Autotür nicht öffnen können. Als sie den Zug nehmen wollte, konnte sie die automatische Türöffnung nicht bedienen: Der Zug war ihr vor der Nase davongefahren. Irgendwie hatte sie es dann mit der Hilfe von Passanten geschafft, ihren Mann zu verständigen, der sie nach Hause gefahren hatte.

Leonore war außer sich vor Freude und Erleichterung darüber, dass sie endlich wusste, was passiert war. Die Spaltung zwischen Vergangenheit und Gegenwart, zwischen ihrem Bewusstsein und ihrem Körper war aufgehoben: Sie war nicht mehr „neben den Schuhen“.

Erste Überlegungen

Die Sitzung mit Leonore ließ mich nicht los, besonders die räumliche Trennung zwischen ihrem physischen Körper und einem virtuellen Teil ihrer Person. Dass es gelungen war, diese beiden Körper zusammenzuführen und dadurch eine neue Phase in ihrer Behandlung einzuleiten, war für Leonore sehr erfreulich. Ich wollte aber mehr wissen: Seit den Anfängen meiner Ausbildung war ich auf der Suche nach einfachen, effektiven Möglichkeiten zum Lindern von Leiden und Schmerzen. Fasziniert begann ich, die Dynamik der neuen Entdeckung zu untersuchen. Der Verlauf der Sitzung mit Leonore deutete auf eine räumliche Trennung ihres Bewusstseins von ihrem Körper und auf Funktionsstörungen aufgrund dieser Trennung hin.

Das ist nicht neu. Erfahrungsberichte darüber gibt es in jeder spirituellen Tradition, in den Anamnesen schwer traumatisierter Menschen und in den Erfahrungsberichten von Menschen, die dem Tod entronnen sind. Auch in der Forschung, namentlich in der modernen Physik, gibt es immer mehr Anzeichen für eine reale Existenz solcher Phänomene.^{1, 2, 3} Es gibt also Signale, auch wenn diese vom sogenannten *Mainstream* nicht als eigenständige Phänomene wahrgenommen werden. Neu ist, dass wir dieses Wissen jetzt unmittelbar zur Heilung und Entwicklung einsetzen können.

Der böse Professor

Einige Wochen später fand die zweite Sitzung mit Leonore statt. Am Anfang berichtete sie, wie sich ihre Erinnerungen an den Sturz und dessen Folgen weiter geklärt hatten und wie glücklich sie darüber war. Anschließend beschrieb Leonore ihre Angst vor der bevorstehenden Untersuchung durch einen Versicherungsarzt. Es stellte sich schnell heraus, dass die Angst nicht mit diesem aktuellen Arzt verbunden war, sondern hervorgerufen wurde durch die Erinnerung an einen Professor, der sich bei einer früheren Untersuchung sichtlich über sie geärgert hatte. Während Leonore diese Angst vor einer erneuten Begegnung mit dem Professor beschrieb, bewegte sie ihren Kopf ständig nach links – als ob jemand auf ihrer rechten Seite laut auf sie einredete und sie versuchte, ihm zu entkommen.

Ich ließ mich von der ersten Sitzung mit ihr inspirieren und fragte sie, wo im Raum sie den Professor wahrnahm. Sie machte eine Bewegung in Richtung ihres rechten Ohrs und beschrieb, wie der Professor sie anbrülle, aus einer Distanz von circa 30 Zentimetern.

Die Aktivierung dieser Erinnerung ließ Leonore reagieren, als ob der Professor sich im Sprechzimmer befände. Sie geriet in Panik und ihr Körper zeigte alle Anzeichen heller Aufregung. Aufgrund meiner Erfahrung mit NLP fragte ich sie, ob sie das Bild des Professors im Raum verschieben könne. Dies gelang ihr. Jetzt bat ich sie, das Bild aus ihrem „persönlichen Raum“ zu entfernen. Als sie das tat, löste sich die Angst vor der neuen Untersuchung sofort auf. In der Woche danach verlief diese denn auch ohne Probleme.