

In Trance Problemen begegnen

Heilpraktikerin Ella Draht informiert über Hypnotherapie

Im **Dannenberg**. Jüngst eröffneten die Heilpraktiker Martin Weyel und Ella Draht in Dannenbergs Marschtorstraße 11 ihre Gemeinschaftspraxis. Der Kiebitz sprach mit den Heilpraktikern über ihre Tätigkeit. Heute kommt Ella Draht, die mit Hypnotherapie arbeitet, zu Wort.

Kiebitz: Was bedeutet Hypnotherapie?

Ella Draht: Die Hypnotherapie ist ein modernes, lösungsorientiertes Psychotherapieverfahren. Dort sind verhaltenstherapeutische und tiefenpsychologische Aspekte integriert. Es wird unter anderem mit Hypnose und Alltagstranceprozessen gearbeitet. Dabei werden im Unbewussten des Klienten schlummerndes Wissen und Fähigkeiten psychotherapeutisch genutzt.

Kann jede Person hypnotisiert werden?

Hypnose, also den Zustand einer Trance kennt jeder. Sie haben bestimmt schon mal ein gutes Buch gelesen und dabei die Zeit völlig vergessen. Ihre Aufmerksamkeit war ganz auf den Inhalt des Buches gerichtet. Sie haben sich die Beschreibung bildhaft vorstellen können. Da waren Sie in Trance. Ihre Aufmerksamkeit war fokussiert. Oder Menschen, die frisch verliebt sind und nur Augen für den Liebsten haben, sind in einer Art Trance. Die Hypnotherapie nutzt lediglich dieses Alltagsphänomen, welches in jedem Menschen angelegt ist, für die therapeutische Arbeit.

Wenn ich Hypnose höre, dann fällt mir die Show-Hypnose ein, jemand wird zur Willenslosigkeit hypnotisiert.

Mit Show-Hypnose hat die klinische Hypnose nichts zu tun. Diese Form der Belustigung lehne ich völlig ab, da sie bei den Probanden zu traumatischen Erfahrungen führen kann.

Auch hierbei wird die Fähigkeit des Menschen aktiviert, in Trance zu gehen. Jede Hypnose ist eine Selbsthypnose. Es ist der Klient, der in Trance geht. Wenn er nicht will, funktioniert die Hypnose nicht.

Wie ist die Arbeitsweise der klinischen Hypnose?

Die Hypnotherapie mit psychotherapeutischem Anliegen nutzt Trance, damit der Klient wieder Kontrolle über sein Leben erhält. Meist wird therapeutisch nicht in einer so tiefen Trance gearbeitet, dass man völlig weg ist, sondern der Verstand tritt einfach nur in den Hintergrund und macht Platz für die kreative, bildhafte Seite, wo die ganzen Lebenserfahrungen und somit auch die Lösungsideen gespeichert sind. Ich bringe meinen Klienten Selbsthypnose bei, begleite sie auf ihrem Weg nach innen, helfe ihnen Bilder zu finden und daraus entwickeln sie mit Hilfe meiner Anleitung eine individuelle Lösung. Die Lösungen aus der Trance erleben die Klienten als sehr stimmig. Sie haben sie selbst in einem anderen Bewusstseinszustand passgenau entwickelt. Durch den Trancezustand werden die Steuerungsregionen im Gehirn erreicht, die für die autonomen, unwillkürlichen Prozesse zuständig sind und damit wird eine Musterunterbrechung möglich.

Bei welchen Beschwerden wird dieses Verfahren angewendet?

Bei Ängsten aller Art, etwa bei Prüfungs- beziehungsweise Vortragsangst, Platzangst, sozialen Ängsten und Panikattacken, bei jeglichen psychosomatischen Erkrankungen, Burnout, Schlafstörungen, Depression. Außerdem eignet es sich hervorragend bei körperlichen Beschwerden wie chronischen Schmerzzuständen, zum Beispiel Migräne, bei Entglei-

sungen des Immunsystems, wie Allergien oder Warzenbildung, bei Lähmungen nach Schlaganfall oder zur Operations- und Geburtsvorbereitung. Raucherentwöhnung und Gewichtsreduktion sind wichtige Betätigungsfelder. Im Grunde kann man bei fast allen Problemen beziehungsweise Erkrankungen mit hypnotherapeutischen Methoden arbeiten. Bei akuten Psychosen würde man keine Trance einsetzen.

Können auch Kinder hypnotisiert werden?

Gerade bei Kindern lässt sich dieses Verfahren wunderbar anwenden, da komme ich oft ohne Tranceeinführung, aus, da die meisten Kinder über eine sehr lebendige Fantasie verfügen und damit arbeite ich dann. Ein Anwendungsbeispiel neben den bereits genannten ist das Einnässen oder Schulprobleme.

Hypnose wird ja nun mittlerweile recht häufig auch hier im Kreisgebiet angeboten. Was unterscheidet Sie von anderen Anbietern?

Grundsätzlich bin ich der Meinung, es kann nicht oft genug Hypnose angeboten werden, wenn sie denn fachkundig angeboten wird, weil sich Hypnose wunderbar nutzen lässt, um alte Muster aufzulösen.

Ich wende die Trance im psychotherapeutischen Kontext an. Ich arbeite mit größtmöglicher Transparenz, das heißt Kontrolle des Prozesses durch den Klienten. Dabei erkläre ich viel, etwa warum ich etwas Bestimmtes anbiete oder warum man mit dem Verstand nicht einfach die Angst abschalten kann.

Ich arbeite seit 17 Jahren mit psychisch erkrankten Menschen, davon war ich zwölf Jahre in einer Fachklinik für Psychotherapie und Psychosomatik als Kunst- und Ergotherapeutin



Vor Kurzem eröffnete die Heilpraktikerin Ella Draht in Dannenberg eine Gemeinschaftspraxis mit ihrem Kollegen Martin Weyel.

angestellt. Seit elf Jahren bereichert die Hypnotherapie meine Arbeit. Meine Erfahrung nützt mir, dem Klienten ein passendes Angebot machen zu können.

Auszug eines Interviews aus der:

EJZ Elbe-Jeetz-Zeitung Kiebitz

vom Mi. 20. März 2013