

## Medizinische Hypnosetherapie Wie Körper und Seele ins Gleichgewicht kommen

**Die Hypnosetherapie ist eines der ältesten rituellen Heilverfahren, das in der modernen Medizin immer häufiger zur Anwendung kommt. Die hypnotische Trance öffnet neue Bewusstseins Ebenen und verbindet somit die Welten Körper und Seele. Durch eine tiefe Entspannung vermindert sich das Gefühl für Wirklichkeit, Zeit und Gegenwart und ermöglicht eine direkte Auseinandersetzung mit dem Inneren des Menschen. Diese Möglichkeit der Auseinandersetzung mit sich selbst nutzt auch der Psychotherapeut Gerhard Schaffer in seinem eigenen Therapieverfahren**



**Gerhard Schaffer entwickelte eine neue, effiziente Form der Hypnosetherapie**  
Fotos: zvg

Die Praxis für Psychotherapie und Hypnoseforschung in Mengen (Süddeutschland) wird meist von Menschen aufgesucht, die oft über Jahre Irrwege hinter sich haben mit dem Wunsch, Linderung in ihrem Leiden zu erfahren. Spezialisiert hat sich der österreichische Therapeut Gerhard Schaffer in seiner Praxis auf Bereiche wie chronischen Schmerz, bewusste und unbewusste Angstproblematik, Traumata, sexuellen Missbrauch und Auflösung von Extremsituationen. Durch die hohen Anforderungen, die das Arbeitsleben in der heutigen Zeit an uns stellt, entdecken auch immer mehr „innerlich ausgebrannte“ Menschen (Burnout) den Weg, sich in einem solchen Verfahren von Alllasten und Blockaden zu befreien und einen Neuanfang zu starten.

Durch jahrelange Beschäftigung mit dem menschlichen Gefühlsleben entwickelte Gerhard Schaffer ein Therapieverfahren, das dem Patienten in Form einer Wachhypnose ermöglicht, Ursachen und Zusammenhänge von Problemen zu erkennen und richtig einzuordnen. Bei diesem Heilverfahren ist sich der Patient während der gesamten Behandlung vollkommen bewusst, allerdings werden durch einen tiefen körperlichen Entspannungszustand sämtliche Nebenreize ausgeschaltet. Der Hilfesuchende hat somit die Möglichkeit, sich in einer ganz neuen Art und Weise mit sich selbst zu beschäftigen und auseinanderzusetzen.

In diesem besonderen Aufmerksamkeitszustand erfahren

die Patienten wo Verletzungen liegen, welche Erlebnisse aus der Vergangenheit bis zum heutigen Tag noch immer nachwirken, woher ein Schmerz, eine Angst, ein Gefühl von Traurigkeit oder Schuld tatsächlich stammt. Durch einen dualen Bewusstseinszustand, den die Wachhypnose erlaubt, ist es möglich, in einer Therapiestunde zum Beispiel einen eindrücklichen Vorfall aus dem fünften Lebensjahr wieder zu erleben, allerdings mit dem Bewusstsein des jetzigen, tatsächlichen Alters des Patienten.

Mit diesem Erkennen beginnt der wichtigste Schritt der Therapie – nämlich die Aufarbeitung und das Eliminieren negativer Einflüsse und Erlebnisse aus der Vergangenheit. Ebenso einzigartig wie der Ansatz dieser speziellen Methode ist auch das Praxis- und Behandlungskonzept von Gerhard Schaffer. Während man es normalerweise gewohnt ist, im Warteraum auf andere „Hilfesuchende“ zu treffen, widmet sich der Psychotherapeut wöchentlich meist nur einem einzigen Patienten. Dadurch bietet sich ihm die Möglichkeit, sich täglich mehrstündig und damit sehr intensiv mit der Problematik des Patienten auseinanderzusetzen.

Gerhard Schaffer ist ein Verfechter der Kurzzeittherapie und weiss durch seine jahrelange Erfahrung, dass es sehr wohl möglich ist, Menschen in einem absehbaren Zeitrahmen wirklich weiter zu helfen. Anhand vieler Krankengeschichten, die ihm die Patienten schildern, kann man ersehen, wie unnötig kompliziert und langwierig manche behandelt werden. Hier wird ein Hormonmangel diagnostiziert, dort ein fehlender Blutinhaltsstoff festgestellt, so mancher wird in seiner Problematik gar nicht ernst genommen und mit dem Verabreichen von Psychopharmaka auf das Abstellgleis gestellt. Ein intensives Eingehen auf das wahre Empfinden des Menschen ist durch den Zeitdruck und die verhängten Sparmassnahmen in der Schulmedizin eigentlich gar nicht mehr möglich. Durch den Umstand, sich in einer Woche nur einem einzigen Patienten zu widmen, sind persönliches Engagement des Therapeuten und ein tiefes Interesse, dem Suchenden weiterzuhelfen und einen gemeinsamen Weg aus der Problematik zu finden, oberstes Gebot.

Seine Hauptaufgabe sieht Schaffer darin, dem Patienten eine Möglichkeit zu bieten, Körper, Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen. Dazu braucht es keinerlei Hilfsmittel, keine Medikamente, sondern nur die Bereit-

schaft des Hilfesuchenden, sich mit sich selbst zu konfrontieren. Man muss „in die Tiefe gehen“ – ein ledigliches „Kratzen“ an der Oberfläche des Problems lehnt der Therapeut entschieden ab. Die Schnelllebigkeit der heutigen Zeit, der Leistungsdruck der Gesellschaft, die überdimensionierte, rationale Konsumwelt hindern viele daran, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen und sich wirklich Zeit für sich zu nehmen.

Dass dieses „Fürsichzeithaben“ sehr notwendig ist, sieht der Therapeut anhand von unzähligen Zuschriften, die er nach einem kurzen Fernsehbericht über seine Arbeit im Schweizer Fernsehen erhalten hat. Das Anliegen dieser Menschen, mehr über den eigentlichen Sinn des Lebens zu erfahren, nahm der Therapeut als Grundstein für seine Seminare, die er in der Schweiz veranstaltet. Sie werden nicht nur von Betroffenen mit akuter Krankheitsproblematik besucht, sondern sind auch bei Menschen gefragt, die den Mut haben, einfach einmal der Maschinerie des Alltags zu entfliehen, um sich selbst besser kennen zu lernen. Mut, der sich vielfach lohnt.



**Der wichtigste Schritt in der medizinischen Hypnosetherapie ist die Aufarbeitung und das Eliminieren negativer Einflüsse und Erlebnisse aus der Vergangenheit**

### INFO

#### Informationen zu Therapie und Seminaren:

[www.mytherapie.com](http://www.mytherapie.com), [g.schaffer@web.de](mailto:g.schaffer@web.de),  
Telefon: 0049 7572 71 22 88

Nächstes Seminar: 5./6. Juli 2008, Seminar- und Erlebnishotel „Römerturm“, Filzbach/Kerenzerberg  
Themenschwerpunkte: Richtige Entspannung, Entstehung von Krankheit, Unterbewusstsein, Tod, Kommunikation mit dem eigenen Gefühlsleben, viele praktische Übungen ...