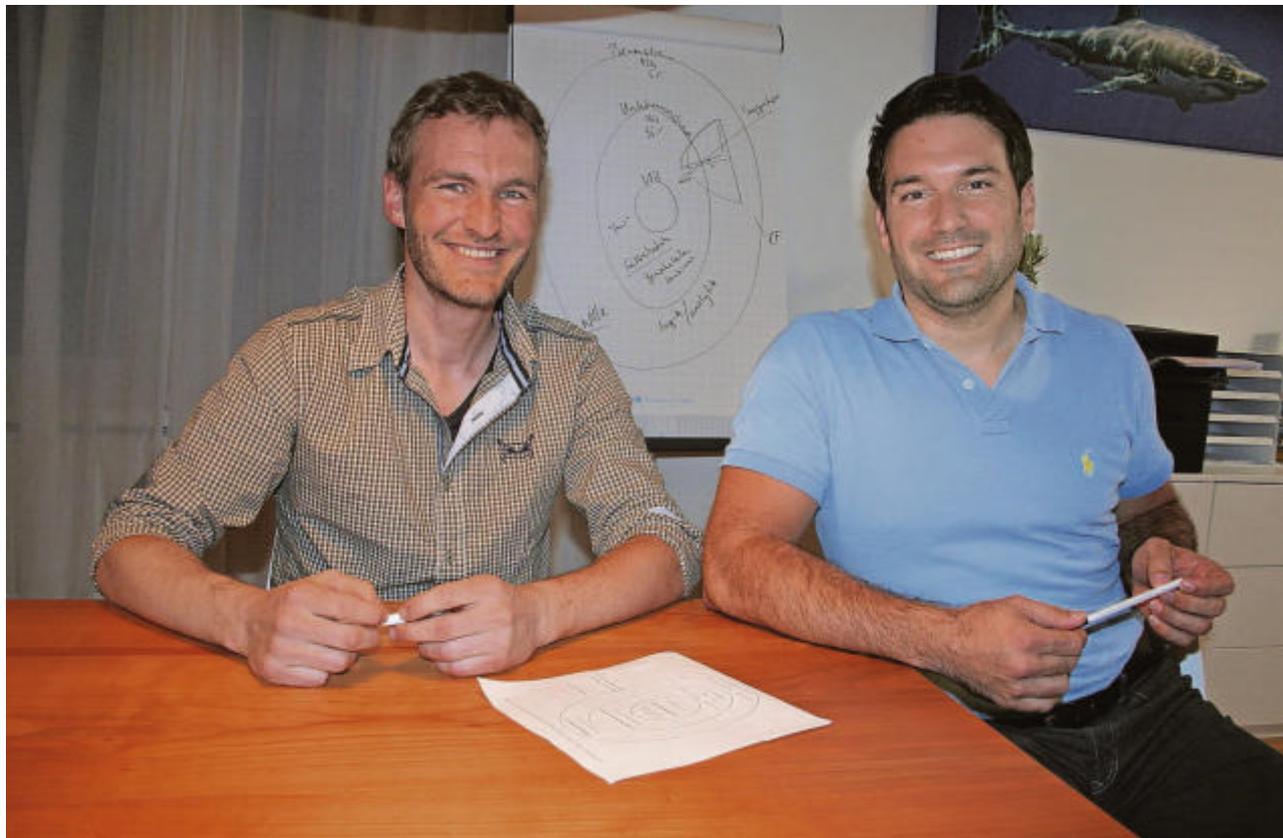


TAGBLATT

16. April 2016, 09:33 Uhr

Worte als wichtigstes Werkzeug



Martin Hahn und Patrick Meyenberger im Hypnosecenter Wil. (Bild: Ursula Ammann)

Als Hypnosetherapeuten wissen Patrick Meyenberger und Martin Hahn um den positiven Einfluss von Worten auf den Zustand eines Menschen. Im Hypnosecenter Wil und der darunterliegenden Zahnarztpraxis erfahren sie dies tagtäglich.

URSULA AMMANN

WIL. An einigen Patienten hat sich Patrick Meyenberger früher fast die Zähne ausgebissen. Als Zahnarzt ist er konfrontiert mit Menschen, die Angst vor dem Bohrer haben, verkrampft im Sessel sitzen oder unter Würgereiz leiden. «Seit ich die Hypnose anwende, ist meine Arbeit viel einfacher geworden», sagt er. So kommt es schon mal vor, dass Patienten nach der Behandlung ganz erstaunt sind, dass diese «schon fertig» ist, weil sie nichts Unangenehmes gespürt haben.

Fussballspielen beim Zahnarzt

Wenn Patrick Meyenberger seine Patienten hypnotisiert, heisst das aber nicht, dass er sie bewusst- oder willenlos macht. Vielmehr lenkt er ihre Aufmerksamkeit auf etwas Schönes, auf das sie sich während der Behandlung fokussieren. Seien es die letzten Ferien oder ein Fussballmatch. Patrick Meyenberger erinnert sich an einen Buben, der während der Behandlung als Stürmer von Real Madrid

gegen Deutschland gespielt hat – natürlich in Gedanken. Um die Geschichte aufrechtzuerhalten, fragte der Zahnarzt zwischendurch nach dem Spielstand oder sprach vom Schiedsrichter, der gerade abgepfiffen hat. «Worte lösen Bilder aus», erklärt Patrick Meyenberger. «So kann das, was sich im Kopf abspielt, plötzlich wichtiger werden als das, was im Mund passiert.» Im Fall des kleinen Patienten siegte Real Madrid mit 8:0. Der Bub selbst ging als Superstar vom Platz. Er hat vier von acht Goals geschossen. Und ganz nebenbei wurde noch das Loch im Zahn geflickt.

Auf Schmerzmittel verzichtet Patrick Meyenberger nicht gänzlich. Es brauche aber bei Hypnosepatienten viel weniger, sagt er. Dann nennt er einen weiteren grossen Vorteil. «Wenn Angstpatienten eine Behandlung durch die Hypnose als angenehm empfinden, dann kommen sie beim nächsten Mal automatisch mit einem positiven Gefühl zum Zahnarzt.»

Hypnose bei Notfällen

Bereits während seines Studiums zum Zahnarzt hat sich Patrick Meyenberger für Hypnose interessiert. Inzwischen hat er eine Ausbildung als Hypnosetherapeut abgeschlossen und ist selbst zum Ausbilder geworden. Unter dem Titel Hypnodent bietet er Hypnosekurse für zahnmedizinische Behandler an. Des weiteren behandelt er auch Raucher, die von ihrer Sucht loskommen wollen.

Im Stock über seiner Praxis hat er zudem ein Hypnosecenter eröffnet. Die Räume teilt er mit vier Hypnosetherapeuten. Einer davon ist Martin Hahn. Er hat zehn Jahre lang als Polizist bei der Kantonspolizei Zürich gearbeitet. Schon damals beschäftigte er sich mit mentalem Training und Stressmanagement. Wie Patrick Meyenberger liess er sich zum Hypnosetherapeuten ausbilden. Sein Spezialgebiet ist die Notfallhypnose. Darin bildet er auch Einsatzkräfte von Blaulichtorganisationen aus. Ziel der Notfallhypnose ist unter anderem, Schmerzen zu lindern, Ängste abzubauen, Blutungen zu stillen oder Traumata zu vermindern. Hahn bietet aber auch Hypnosetherapien für Menschen an, die unter Burn-out, Depression oder Ängsten leiden. Anders als bei der Notfallhypnose oder bei der Hypnose von Zahnpatienten gehe es aber nicht darum, abzulenken. Stattdessen suche der Therapeut nach negativen Ereignissen, Gefühlen und daraus entstandenen Gewohnheiten, die sich im Unterbewusstsein abgespeichert haben. Durch Suggestionen versuche er diese zu neutralisieren oder ins Positive zu kehren.

Tür zum Unterbewusstsein

«Die Hypnose ist im Prinzip ein ganz natürlicher Zustand. Ein Zustand der Entspannung, Ruhe und Aufmerksamkeit», sagt Martin Hahn. Der Mensch verliere dabei nicht das Bewusstsein, wie das fälschlicherweise oft vermittelt werde, ergänzt Patrick Meyenberger.

Voraussetzung, dass eine Hypnose ihre positive Wirkung entfalten könne, sei aber, dass der Patient auch bereit sei, die Tür zu seinem Unterbewusstsein zu öffnen und etwas zu verändern.

Diesen Artikel finden Sie auf St.Galler Tagblatt Online unter:

<http://www.tagblatt.ch/ostschweiz/stgallen/wil/wv-wi/Worte-als-wichtigstes-Werkzeug;art119831,4591869>

COPYRIGHT © ST.GALLER TAGBLATT AG

ALLE RECHTE VORBEHALTEN. EINE WEITERVERARBEITUNG,
WIEDERVERÖFFENTLICHUNG ODER DAUERHAFTESPEICHERUNG ZU
GEWERBLICHEN ODER ANDEREN ZWECKEN OHNE VORHERIGE
AUSDRÜCKLICHE ERLAUBNIS VON ST.GALLER TAGBLATT ONLINE IST
NICHT GESTATTET.