

Im Zauberwald der Veränderung

Ein Gespräch mit René Schodl zur Kinderhypnose.

Text: Michaela Löff, Fotos: Helga Mayer

Das Hypnosecoaching ist eine anerkannte Methode, um in einem veränderten Wahrnehmungszustand gezielt mit Hilfe des Unterbewusstseins der Klienten eine gewünschte Verhaltensänderung in Gang zu setzen. Der diplomierte Hypnosetrainer und -coach René Schodl, mit Praxis in Essling, stellt seine Methode und Erfahrung im Hypnosecoaching mit Kindern vor.

Hypnose ist nichts anderes als ein veränderter Wahrnehmungszustand, ein Zustand, in dem wir uns täglich mehrmals befinden. In diesem Zustand ist das Unterbewusstsein besonders lernfähig. Man setzt sich zu Beginn der Coaching-Sitzung ein gemeinsames Ziel, meist ist es eine positive Verhaltensänderung, und lernt dem Unterbewusstsein auf methodische Art und Weise diese zu akzeptieren. Die Veränderungsarbeit funktioniert nur für gewollte Änderungen und ist somit eine vom Klienten gewoll-

te positive Beeinflussung. Bei Eltern und Kindern betreffen die Veränderungswünsche oft Schulthemen, die Überwindung von Prüfungsangst, Konzentrationsschwierigkeiten, aber auch die Stärkung des Selbstbewusstseins.

„Die Kinder lernen unbewusst ihrer Fähigkeit zu vertrauen und Störfaktoren auszublenden.“

René Schodl

„Eines der Hauptthemen bei Kindern ist der Wunsch, sich besser konzentrieren zu können“, erklärt René Schodl „aber nicht nur, wenn es ums Lernen oder die Hausaufgaben geht, sondern auch in der Prüfungssituation bei Schularbeiten. Ein ausführliches Vorgespräch mit Eltern und dem Kind, beziehungsweise vor allem auch mit dem Kind alleine, ist das Um und Auf für ein gutes und vertrauensvolles Coach-Klienten-Verhältnis.“


Ab dem fünften Lebensjahr arbeitet René Schodl mit Kindern. „Um

„Eines der Hauptthemen bei Kindern ist der Wunsch, sich besser konzentrieren zu können.“

René Schodl

Hypnose zu erklären, vergleiche ich mich mit einem Zauberer. Kinder wissen genau, dass er sie entweder geschickt ablenkt oder ihre Aufmerksamkeit auf bestimmte Dinge lenkt. So können sie verstehen, was Hypnose bewirkt: ihre Aufmerksamkeit in der Trance gezielt auf ein bestimmtes Anliegen zu lenken, um eine positive Veränderung anzustoßen.“

Es gibt verschiedene Methoden mit Kindern zu arbeiten, man geht zum Beispiel gemeinsam auf eine Traumreise oder in einen Zauberwald. Dann beginnt man dort, die Kinder in ihre Phantasiewelt eintauchen zu lassen, um dort konkret am Anliegen zu arbeiten. Ein immer wieder genanntes Anliegen sind Konzentrationsschwierigkeiten zu Hause oder in der „Lernstunde“ in Ganztagschulen. Oft wird der Lärmpegel als störend empfunden. „In der Trance kann mit dem Kind durchgespielt werden, wie leicht es sich anfühlt, dass Geräusche und Stimmen nicht mehr stören. Man erzeugt eine neue, positive Situation und lässt das Unterbewusstsein und die entstehenden positiven Gefühle arbeiten. Die Kinder lernen unbewusst ihrer Fähigkeit zu vertrauen und Störfaktoren auszublenden.“ Seine persönliche Motivation mit Kindern zu arbeiten erklärt René Schodl, selbst Vater von vier Kindern, so: „Man kann mit diesen Methoden in einer sehr frühen Lebensphase positive Verhaltensmuster generieren, von denen Menschen das restliche Leben profitieren.“



Im Vorgespräch findet man heraus, ob die Änderung vor allem auch dem Wunsch des Kindes entspricht.

René Schodl

Dipl. Hypnosetrainer und -coach
Esslinger Hauptstraße 70/ Top 1,
1220 Wien
+43 (0) 677 627 003 23
www.hypnoseVIFS.at