

# Masterarbeit

## Remus-Lupin-Format oder der Patronus Zauber

Ein Format auf der literarischen Vorlage *Harry Potter and the Prisoner of Azkaban* von J.K. Rowling

erstellt von

Alexandra Czerny-Bohn

im Rahmen der NLP-Master-Coach Ausbildung 2006 am NLP-  
Ausbildungsinstitut Kassel  
Leitung: Harald Brill

# Inhaltsverzeichnis

	Seite
1 Einleitung	3
2 Einsatzbereich des Formates	4
3 Die literarische Vorlage	5
3.1 <i>Harry Potter and the Prisoner of Azkaban</i>	5
3.2 Patronus und Seelentier	6
4 Remus-Lupin-Format oder der Patronus-Zauber	7
4.1 Ablauf	7
4.2 Alternative Varianten der Umsetzung	9
5 NLP-Techniken und Wirkelemente des Formates	10
6 Erste Erfahrungen mit dem Format	12
Literaturverzeichnis	13

# 1 Einleitung

Diese Masterarbeit entstand im Rahmen meiner Ausbildung zum NLP-Master-Coach am NLP Ausbildungsinstitut in Kassel bei Lehrtrainer Harald Brill. Sie handelt von einem, das Menschen unterstützen kann, Situationen gelassener zu bewältigen, die ihnen Unbehagen oder Ängste bereiten. Dieses Format kann sowohl auf erwachsene Klienten zugeschnitten als auch auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ausgerichtet werden.

Ein zentrales Element dieser Masterarbeit ist meine eigene Freude an Geschichten und Erzählungen sowie der Arbeit mit literarischen Texten. Ursprünglich hatte ich mich auf die Suche nach einer Harry-Potter-Strategie begeben, die ich mit dem Auffinden des im Folgenden näher dargestellten Formates unterbrochen habe.

Ein weiterer Bestandteil dieser Arbeit ist meine berufliche Erfahrung, dass auch erwachsene Menschen sich in vielen Situationen, denen sie sich stellen müssen hilf- und schutzlos fühlen und sie daher ihre eigentlich vorhandenen Fähigkeiten nicht einsetzen oder nur eingeschränkt einsetzen können. Die Konsequenzen können zum Teil erheblich sein und reichen in meinem Berufsfeld von dauerhafter Unsicherheit gegenüber einzelnen Personen (z.B. Ausbilder, Reha-Berater, Berufsschullehrern), über schlechte Prüfungsleistungen bis hin zu Ausbildungsabbrüchen aufgrund von Vermeidungsstrategien z.B. bei Schulangst.

Ich werde in dieser Arbeit zunächst in knapper Form auf den Einsatzbereich des Formates eingehen. Darauf folgt ein kurzer Einblick in die literarische Vorlage, der ich dieses Format entliehen habe. Anschließend werde ich die einzelnen Schritte des Formates darstellen, exemplarisch Formulierungsmöglichkeiten und alternative Vorgehensweisen vorschlagen, um darauf folgend auf die Wirkelemente des Formates einzugehen. Abschließend werde ich kurz über meine ersten Erfahrungen mit dem Format berichten.

Des einfacheren Textverständnisses halber, verwende ich die maskuline Form. Ich möchte alle Leserinnen, Autorinnen und Klientinnen bitten sich ebenfalls angesprochen zu fühlen.

Viel Vergnügen beim Lesen und Ausprobieren.

Alexandra Czerny-Bohn

## 2 Einsatzbereich des Formates

Das Format hat zum Ziel den Umgang mit so genannten Bewährungsängsten zu erleichtern. Unter Bewährungsängsten lässt sich eine Gruppe von Ängsten z.B. Lampenfieber, Prüfungsangst, Schulangst, Angst vor schwierigen oder unangenehmen Gesprächen und weitere zusammenfassen. Gemeinsam ist diesen verschiedenen Ängsten, dass die betroffene Person sich einer Bewertung oder auch Kritik aussetzt und im Zweifel ist, ob ihre vorhandenen Fähigkeiten zur erfolgreichen Bewältigung der Situation ausreichen (Hicklin 1994:61-67).

Dabei reicht oft bereits die Erwartung einer Gefahren- oder Bedrohungssituation aus, um mit Angst zu reagieren. Der Begriff ‚Angst‘ beschreibt dabei den Ablauf eines Prozesses, der auf kognitiver Ebene beginnt (negative Einschätzung / Bewertung der Situation) und über die emotionale Ebene (negative Erregtheit K-) auf die körperliche Ebene (negative körperliche Veränderungen K- / Einschränkung der Fähigkeiten) wirkt. Dieser Prozess ist selbst verstärkend in der Hinsicht, dass negativ erlebte Erregung und negative körperliche Veränderungen und Handlungseinschränkungen zu einer weiteren Verschlechterung der Bewertung der Situation führen können (K--).

Das Format ist gedacht als Erste-Hilfe-Maßnahme, bei der die betroffene Person sich mit einem imaginären Schutzschild umgibt und sich unter diesem Schutz der angstauslösenden Situation stellen kann. D.h. die vorhandenen Fähigkeiten können eingesetzt und die angstauslösende Situation bewältigt werden. Verhindert werden soll, dass die betroffene Person die für sie schwierigen Situationen vermeidet, zum Beispiel in dem klärende Gespräche mit Ausbildern oder Lehrkräften immer wieder aufgeschoben werden oder anderen Personen aufgetragen werden oder dass eine Prüfung, eine Klassenarbeit aufgrund eines so genannten *black outs* misslingt.

Einmal kreiert lässt sich dieser imaginäre Schutzschild in den verschiedensten Situationen und Einsatzbereichen abrufen, ähnlich dem Format ‚Magischer Teppich‘ und ist damit recht universell einsetzbar. Der Nachteil des Formates ist, dass die ursprüngliche Angst nicht aufgelöst wird oder die Beziehung zu einer anderen Person mit diesem Format nicht geklärt wird. Das Format ist nicht geeignet für den Umgang mit real gefährlichen Situationen.

## 3 Die literarische Vorlage

### 3.1 *Harry Potter and the Prisoner of Azkaban*

Im dritten Band des Fantasy-Romans *Harry Potter* von J.K.Rowling muss sich die Romanfigur Harry Potter gegen Wesen (Dementoren) behaupten, die ihren Opfern Hoffnung, Zuversicht, Lebenswillen und schlussendlich die Seele rauben. Die Dementoren erkennen ihre Opfer anhand der Verzweiflung, die diese spüren und ausstrahlen. Um sich gegen die Dementoren verteidigen zu können, erhält Harry Potter Privatstunden von seinem *Defence against the Dark Arts Teacher* Remolus (kurz Remus) Lupin. Dieser übt mit ihm den *Patronus Charm* (Patronus Zauber) (Rowling 1999: 256-263).

Mit dem Patronus Zauber wird der persönliche und einzigartige Patronus eines Magiers herbei gerufen. Dieser Patronus ist eine Art positive Kraft, gewissermaßen eine Projektion von Hoffnung, Glücksgefühlen und Überlebenswillen, die jedoch keine Verzweiflung spüren kann und daher von den Dementoren nicht angegriffen und verletzt werden kann. Der Patronus baut ein Schutzschild zwischen seiner Bezugsperson und den Angreifern auf (Rowling 1999: 257).

Zu Übungszwecken hat Lupin für die erste gemeinsame Übungsstunde einen *Boggart* mitgebracht. Ein Wesen, das sich immer in das wandelt, was sein Gegenüber am meisten fürchtet. Harry fürchtet sich am meisten vor den Dementoren. Lupin lehrt Harry Potter sich auf eine einzige wirklich glückliche Erinnerung zu konzentrieren und die Worte „*Expecto Patronum*“ zu sagen. Harry Potter benötigt mehrere Anläufe bis er eine wirklich intensive Erinnerung gefunden hat, die das gewünschte Ergebnis in den Anfängen hervor bringt. Es gelingt ihm, mit Hilfe eines noch recht schwachen Patronus, den Stellvertreter eines echten Dementors zum Anhalten zu zwingen (Rowling 1999: 262).

Im Verlauf des Romans schafft Harry Potter in einer gefährlichen Situation seinen Patronus herbei zu rufen. Harry Potters Patronus ist ein silberner Hirsch. Dieser bildet einen Schutzschild um Harry Potter und seine Freunde und wehrt die Angreifer ab (Rowling 1999: 41-443).

## 3.2 Patronus und Seelentier

Harrys Patronus, der silberne Hirsch, entspricht dem Spitznamen (*Prongs*) seines Vaters. Er stellt damit eine Verbindung zwischen Harry und seinem verstorbenen Vater dar. Neben Harry verfügen auch andere Figuren des Romans über die Kenntnisse einen Patronus herbei zu rufen. Einige der Patroni der literarischen Vorlage weisen ebenfalls auf eine Verbindung zu einer geliebten Person hin oder sie deuten einen anderen persönlichen Bezug an, z.B.:

Albus Dumbledore	Phönix (Verbindung zu Fawkes)
Hermione Granger	Otter (Verbindung zu Ron)
Harry Potter	Hirsch (Verbindung zum Vater)
Minerva McGonagall	Katze mit quadratischer Augenpartie (Verbindung zur eigenen Animagusform)
Severus Snape	Hirschkuh (Verbindung zu Harrys Mutter)
Nymphadora Tonks	Werwolf (Verbindung zu Remolus Lupin)
Arthur Weasley .	Wiesel (Verbindung zu seiner Familie)

Es gibt zwei unterschiedliche Erklärungen der Herkunft der Zauberformel „Expecto Patronum“. Einmal ist es die Übersetzung aus dem Lateinischen im Sinne von: „Ich erwarte meinen Schutzheiligen“ oder „Schutzherrn“. Die alternative Herleitung ebenfalls lat. bedeutet: „aus der Brust / aus dem Herzen ausstoßen“, im Sinne von: „aus sich selbst heraus senden“, „aus der eigenen Seele senden“ (Online Latein Wörterbuch 2004).

Letztere Herleitung der Formel verweist auf den mythologischen Hintergrund eines Seelentieres.

Religionsgeschichtlich sind Seelentiere Tiere, in die nach dem Glauben vieler Völker die Seele des Menschen zu Lebzeiten zeitweise eingehen oder nach dem Tod übergehen kann. Besondere Bedeutung erlangte (v. a. die Vorstellung vom Seelenvogel), Beispiele sind Rabe, Taube, Eule oder auch der Phönix. Verbreitet ist auch die Auffassung von der Verwandtschaft zwischen Menschen und Tieren, nach der sich der Mensch nach seinem Tod z. B. in Löwe, Leopard oder Krokodil (zurück)verwandeln kann (Meyers Lexikon Online 2007).

Beide Erklärungen / Übersetzungen sind treffend im Rahmen des vorliegenden Formates: Zum einen geht es darum, sich eine abrufbare Vorstellung von Schutz und stärkendem Beistand aufzubauen. Zum anderen erschafft man sich dieses persönliche bildhafte Symbol aus sich selbst heraus. Ein Bezug zu einer geliebten Person oder Tier bzw. Seelenverwandten kann in beiderlei Hinsicht stärkend wirken.

## 4 Remus-Lupin-Format oder der *Patronus Zauber*

Im Folgenden werden die einzelnen Schritte des Formates beschrieben und exemplarisch Formulierungen zu den jeweiligen Schritten gegeben. Die Beschreibung setzt den Aufbau von Rapport zwischen Coach und Coachee im Vorfeld ebenso voraus wie die Zielbestimmung und Auftragsvergabe durch den Coachee.

### 4.1 Ablauf

#### **Schritt 1: Kurze (nicht zu tiefe) Einführung in angstausslösende Situation / Herausfinden wo und wie manifestiert sich die Angst/Unsicherheit**

Bitte geh' in Deinen Gedanken in eine Dir angstbereitende Situation. Wo und wie in Deinem Körper spürst Du Deine Angst?

**Separator** (kurzer small talk z.B. Frühstück, Anfahrt, Hobby)

#### **Schritt 2: Ermittlung der Submodalitäten von wahr und unwahr**

Ermittlung der Submodalitäten von wahr und unwahr z.B. anhand einer vorgestellten Mini-Rechenaufgabe mit richtigem und falschem Ergebnis.

**Separator** (kurzer small talk)

#### **Schritt 3: Ermittlung eines Erlebnisses mit viel Zuversicht / Einführung in dieses Erlebnis**

Denke an ein Erlebnis bei dem Du ganz zuversichtlich (alternativ: glücklich, hoffnungsvoll) warst. Stelle es Dir ganz intensiv vor. Was für eine Situation ist das? Was siehst Du? Welche Geräusche hörst Du? Kannst Du etwas riechen oder schmecken? Wo in Deinem Körper spürst Du dieses intensive Gefühl von Zuversicht? Welche Körperstelle ist es genau und wie genau fühlt sich dieses Gefühl an? (warm, kalt, prickelnden, kitzelnd, weit und offen?)

#### **Schritt 4: Tiersymbol für das intensive Gefühl von Zuversicht finden**

Welches Tier symbolisiert dieses positive intensive Gefühl am Besten? Hat dieses Tier eine Verbindung zu einer Person oder einem Tier, das Dir wichtig ist? Welche Farbe hat dieses Tier? Lerne das Tier, das zu Deinem Gefühl von Zuversicht gehört ganz genau kennen. Wie bewegt sich dieses Tier? Ist es verspielt oder fröhlich oder ruhig und bedächtig? Gibt es Laute von sich? Hat es einen Geruch?

#### **Schritt 5: Prüfen, ob die Vorstellung von diesem Tier den Submodalitäten von wahr entspricht**

Wenn ja, dann Schritt 6, wenn nein, dann Submodalitäten in Richtung wahr ändern.

#### **Schritt 6: Ankern der Vorstellung des Tieres und des Gefühls von Zuversicht**

### **an das Wort ‚Patronus‘**

Die Vorstellung von einem Tier, die ein positives Gefühl auslöst wird Patronus genannt. Nachdem Du Dein Tier, das heißt Deinen Patronus sehr gut kennen gelernt hast, konzentriere Dich wieder auf dieses intensive gute Gefühl von Zuversicht. Gleichzeitig stelle Dir vor Deinem geistigen Auge Deinen Patronus exakt vor. In dem Moment, in dem Dein Gefühl von Zuversicht am stärksten ist und das Bild von Deinem Patronus am deutlichsten vor Deinem inneren Auge ist sprich das Wort ‚Patronus‘ innerlich mit Bestimmtheit aus. Nimm‘ Dir ruhig Zeit zum Üben, bis Du Deinen Patronus und das gute Gefühl von Zuversicht immer stärker wahrnehmen kannst, während Du das Wort ‚Patronus‘, wenn das Gefühl von Zuversicht und der Patronus am stärksten sind, mit kräftiger und bestimmter Stimme innerlich aussprichst.

### **Schritt 7: Hypnotalk / Aufbau der Vorstellung eines Schutzschildes**

Während Du nun wieder innerlich das Wort Patronus aussprichst, kannst Du Dir vorstellen, wie Dein Patronus sich in immer größer werdendem Kreis um Dich herum bewegt. Der Patronus umgibt Dich dabei von allen Seiten mit einem leuchtenden Schutzschild in seiner Farbe. Während der Patronus Dich umgibt, kannst Du Dich frei bewegen. Auch jetzt kannst Du Dir wieder Zeit zum Üben nehmen bis Du Dir ganz sicher bist, dass Dein Schutzschild des Patronus sehr stark ist. Stell‘ Dir vor, wie alles Dir Angstbereitende an diesem Schutzschild abprallt und sich von Dir weg bewegt, während Du Dich in Deinem Schutzschild immer zuversichtlicher, sicherer und gelassener fühlst. In der Sicherheit Deines Schutzschildes kannst Du Dich frei bewegen. Du kannst sprechen, gut sehen und hören, schreiben und lesen sowie riechen und schmecken. Alle Deine Sinne und Fähigkeiten stehen Dir vollkommen zur Verfügung. Dein Patronus wird Dich in Zukunft immer begleiten. Bei Bedarf rufst Du innerlich ganz deutlich und bestimmt mit dem Wort „Patronus“ Deinen Patronus herbei. Dieser wird Dich mit einem Schutzschild umgeben, während Du Dich immer zuversichtlicher, sicherer und gelassener fühlst.

### **Separator (small talk)**

### **Schritt 8: Future Pace**

Nun stell‘ Dir eine zukünftige angstauslösende Situation vor und rufe, so dass nur Du es hören kannst, Deinen Patronus herbei. Sieh‘ vor Deinem inneren Auge ganz deutlich wie Dein Patronus um Dich herum einen starken Schutzschild entstehen lässt. Was fühlst Du jetzt? Wo genau und wie spürst Du das Gefühl von Zuversicht und Sicherheit?

Sollte die Angst sich jetzt noch so äußern wie in Schritt eins und sollte sich der Klient in Bezug auf seine Angst nicht sicherer fühlen oder sollte er den Patronus



nicht gut sehen können oder sollte der Schutzschild nicht stark genug sein, dann kann zurück bis zu Schritt 3 oder 4 oder 5 oder 6 oder 7 gegangen werden. Wichtig ist in diesem Fall zu prüfen, ob die positive Ausgangssituation nicht stark genug ist oder ob die Vorstellung vom Patronus vielleicht doch nicht in den Submodalitäten von wahr entspricht oder ob der Anker nicht intensiv genug ist, damit der passende Wiedereinstieg ermittelt wird.

## **4.2 Alternative Varianten der Umsetzung**

Variante a)

Die Ressourcen Zuversicht, Hoffnung, Glücksempfinden sind der literarischen Vorlage entnommen. Es ist jedoch auch möglich im ersten Schritt im Anschluss an die Einführung in eine Problemsituation den Coachee zu fragen, welche Ressource er zur Bewältigung dieser Situation benötigen würde. Um dann in Schritt drei den Coachee in ein Erlebnis mit eben dieser Ressource einführen zu können. Im Ergebnis würde der Patronus in diesem Fall genau die Ressource in die angstausslösende Situation einbringen, die der Coachee selbst bestimmt hat. Ein möglicher Nachteil dieser Vorgehensweise könnte sein, dass der Patronus nur noch in einem begrenzten Spektrum eingesetzt werden kann, wenn die gewählte Ressource sehr spezifisch auf eine bestimmte Situation hin ausgewählt wurde.

Variante b)

Wird das Format mit Kindern genutzt, könnte stärker auf Elemente der Harry Potter Geschichte eingegangen werden und zum Beispiel die in der Geschichte verwendete Zauberformel „Expecto Patronum“ angewandt werden. Weiterhin könnte die Vorstellung des Patronus und des Gefühls von Zuversicht und Sicherheit an einen Gegenstand geankert werden, der dann dem Zauberstab entspricht. Möglicher Nachteil dieser Vorgehensweise ist, dass der Gegenstand unter Umständen bei Bedarf gerade nicht zur Hand ist.

Auch könnte man nach getaner Arbeit seine kleinen Klienten gemäß literarischer Vorlage mit einem Stück Schokolade stärken.

## 5 NLP-Techniken und Wirkelemente des Formates

Die folgende Beschreibung der Wirkelemente der einzelnen NLP-Techniken, die im Remus-Lupin-Format zum Einsatz kommen, stützt sich auf die Grundannahme der sinnesspezifischen neuronalen Speicherung menschlichen Erlebens. Die daraus folgende Konsequenz für die Veränderungsarbeit mit einem Coachee ist, dass es gilt mittels passender Interventionen die neuronale Speicherung spezifischer VAKOG-Kombinationen zu modifizieren.

Klar (2006: 1) unterscheidet dabei vier Grundprinzipien:

- 1) Neuronale Speicherung der Sinneseindrücke (VAKOG incl. Submodalitäten)
- 2) Räumliche Organisation neuronaler Speicher
- 3) Verbindung (Assoziation) oder Trennung (Dissoziation) neuronaler Speicher
- 4) Verbale Abbildungs- und Übersetzungsmöglichkeiten aller neuronalen Vernetzungen.

Das Grundprinzip der verbalen Abbildungs- und Übersetzungsmöglichkeit aller neuronalen Vernetzungen kommt als wirkendes Element insofern bei jeder Intervention zum tragen, als dass Menschen sich bewusst überwiegend verbal über ihr Erleben und Empfinden austauschen. Das gilt dementsprechend auch für die Zusammenarbeit zwischen Coach und Coachee bei der Anwendung des Remus-Lupin-Formates.

Das Format basiert auf folgenden NLP-Techniken und Wirkelementen:

VAKOG Repräsentation: Führt den Coachee in Schritt eins in ein negatives Erlebnis und in Schritt drei in ein positives Erlebnis mit der gewünschten Ressource z.B. Zuversicht ein. **Wirkelement:** neuronale Speicherung von Sinneseindrücken / die neuronale Speicherung der Sinneseindrücke ist abrufbar.

Mini-Metapher: Das Tier, das diese Ressource symbolisch repräsentiert (Schritt 4 bis 7) entwickelt sich zu einem beschützenden Patronus, der den Coachee mit einer erforderlichen Ressource versorgt und ihn handlungsfähig hält. Dieser Patronus kommt dem Coachee in bedrohlichen Situationen zur Hilfe, wenn er von diesem gerufen wird. Die bedrohliche Situation kann mit dieser Unterstützung bewältigt werden. **Wirkelement:** Geschichten/ Vorstellungen können wie reales Erleben neuronal gespeichert werden.

Arbeit mit Submodalitäten: Das Tiersymbol, welches die erforderliche Ressource darstellt, wird mit den Submodalitäten

von ‚wahr‘ des Coachee versehen (Schritt 2 und 5).

**Wirkelement:** neuronale Speicherung von Sinnes-  
eindrücken kann übertragen werden auf  
Vorstellungen.

Ankern: Die Ressource wird auditiv mittels des Wortes  
‚Patronus‘ und visuell über die bildliche Vorstellung  
des Patronus geankert (Schritt 6). **Wirkelement:**  
neuronale Speicher sind räumlich und  
sinnesspezifisch organisiert / angsterzeugende  
Hirnregionen können mit besonders angstfreien  
Hirnregionen vernetzt werden.

Future Pace: In Schritt 9 wird der Anker getestet, indem der  
Coachee sich in seiner Vorstellung in eine  
zukünftige Angst auslösende Situation begibt.

**Wirkelement:** Die neuronale Vernetzung einer  
Vorstellung mit einer besonders angstfreien  
Hirnregion ist abrufbar.

Separator: Separatoren trennen in diesem Format bestimmte  
Elemente des Ablaufs. Sie führen den Coachee  
kurzzeitig zurück in das Hier und Jetzt. Dies dient  
dem Abschließen eines vorherigen Schrittes und  
unterstützt den Coachee dabei, sich im nächsten  
Schritt mit einem neuen Element des Formates  
losgelöst vom vorherigen Schritt zu befassen.

**Wirkelement:** Räumliche Organisation neuronaler  
Speicher / Dissoziation neuronaler Speicher.

Hypnotischen Sprachmuster: Hypnotische Sprachmuster nach Milton Erickson  
unterstützen und vertiefen den Prozess.

**Wirkelement:** Die Gehirnaktivität bewegt sich  
innerhalb unterschiedlicher Frequenzbereiche.  
Diese sind durch verschiedenartige Fähigkeiten  
gekennzeichnet. Die Frequenzbereiche, die als  
Trancezustände bezeichnet werden <14Hz,  
zeichnen sich z.B. durch eine erhöhte  
Aufnahmebereitschaft und -fähigkeit sowie durch  
eine herabgesetzte Kritikfähigkeit aus (Schütz  
2002: 28-29).

## 6 Erste Erfahrungen mit dem Format

Bislang habe ich das Format mit zwei Personen (eine Frau / ein Mann) durchgeführt. Es handelt sich im Folgenden also um meine ersten Eindrücke und Erfahrungen mit dem Format, die jedoch aufgrund der wenigen Durchführungen noch wenig aussagekräftig sind.

Das Anliegen meiner ersten Klientin war die Vorbereitung auf ein Vorgesetzten-Mitarbeiter-Gespräch. Obwohl die Klientin als Betriebsratsmitglied sachlichen Auseinandersetzungen durchaus gewachsen ist, erwartete sie von diesem Gespräch Angriffe und Vorwürfe auf der persönlichen Ebene, die sie bereits im Vorfeld verunsicherten und ihr Kopfzerbrechen bereiteten. Das Anliegen des Klienten war mit einem besseren Gefühl mit unangenehmen Gruppen zu arbeiten.

Mit beiden Klienten konnte das Format in der vorliegenden Form gut durchgeführt werden. Anzumerken ist, dass die Klientin als Harry-Potter-Fan bereits vom Format-Titel angetan war und mit zusätzlicher Neugier und Motivation in die Arbeitsphase ging. Mein Klient war zunächst etwas unsicher in Hinblick auf den spielerischen bis kindlichen Ansatz des Formates.

Beiden Klienten gelang es ein starkes positives Gefühl (Zuversicht / Zufriedenheit) aufzubauen und ein entsprechendes Symboltier für dieses Gefühl zu benennen und zu visualisieren. Auch die Verknüpfung mit dem innerlich gesprochen/gehörten Wort Patronus gelang nach einer Übungsphase/Wiederholungs- und Intensivierungsphase beiden Klienten, so dass der *Future Pace* in beiden Fällen erfolgreich verlief und ein deutliches K+ zu sehen war.

### **Feedback unmittelbar im Anschluss an das Format:**

- ich fühl mich gut
- ich bin jetzt ganz gespannt auf das Gespräch
- eine Beunruhigung spüre ich im Moment nicht
- die Separatorenschritte haben mich gestört, ich wäre lieber in meiner Vorstellungswelt geblieben als von dir wieder mit der Realität (Frühstück) konfrontiert zu werden
- der Patronus bildet einen massiven Schutz
- die Energie ist spürbar
- ein gutes Gefühl wird ausgelöst
- der Patronus stärkt

### **Feedback im Anschluss an das Gespräch / an die Arbeit mit der Gruppe:**

- Anschuldigungen sind am Schutzschild abgeprallt
- der Patronus hat nach meiner Gesprächspartnerin gehackt
- die Erkenntnis, dass Teammitglieder private Informationen an die Geschäftsleitung weitergegeben haben, war nicht ganz so verletzend; der Patronus kann trösten
- ich habe den Patronus in weiteren Situationen eingesetzt, das funktioniert auch
- er hat für eine bessere Grundstimmung bei mir gesorgt
- der Patronus ließ sich gut visualisieren
- ich habe diese unglaubliche Energie gespürt
- er wurde vor der Gruppe ganz groß und hat sie in Schach gehalten

-ich fühlte mich im Rücken gestärkt

Interessant finde ich, dass beide Klienten davon berichten, dass ihr Patronus in ihrer Vorstellung über die Erzeugung eines Schutzschildes hinaus aktiv wurde, z.B. die Gruppe in Schach hält, trösten kann, nach dem Gesprächspartner hakt...

Da beide Klienten ihren Patronus unmittelbar in ihren persönlichen Submodalitäten von ‚wahr‘ repräsentierten, scheint es auch praktikabel zu sein, Schritt 2 aus dem Format zu nehmen, zumal dann auch einer der Separatorenschritte entfallen würde. Sollte Schritt 8, der *Future Pace*, nicht die gewünschte Wirkung zeigen, könnte dann immer noch geprüft werden, ob die Submodalitäten der Repräsentation von ‚wahr‘ entsprechen, und diese gegebenenfalls angepasst werden. Das Format wäre dann insgesamt stringenter im Ablauf.

Weiterhin ist es wohl auch möglich die gewissermaßen doppelte Ankerung von positivem Gefühl mit der Visualisierung des Patronus und mit dem innerlich gesprochenem Wort Patronus auf den visuellen Anker zu reduzieren. Zumindest gelingt es meinem Klienten, seinen Patronus allein über die bildliche Vorstellung zu aktivieren.

Vor der Umstellung des Formates möchte ich jedoch weitere Erfahrungen damit sammeln und ich bin dankbar für Rückmeldungen über Erfahrungen mit dem Format.

Oldenburg, 25.04.2008  
Alexandra Czerny-Bohn

# Literaturverzeichnis

Hicklin, Alois (1994): Das menschliche Gesicht der Angst. Zürich: Kreuzverlag.

Klar, Franz-Josef (2006): Therapieanwendungen. <<http://www.nlp-fuer-aerzte-und-psychotherapeuten.de/therapieanwendungen.html>> (14.02.2008).

Lötscher-Gugler (2007): Lernen mit Zauberkraft. NLP für Kinder. Düsseldorf: Patmos.

Maaß, Evelyne et al. (2004): Von Ärgermäusen und Zauberjacken. Die NLP-Schatzkiste für den Alltag mit Kindern. Kirchzarten: VAK.

Meyers Lexikon Online (2007): Seelentiere. <<http://lexikon.meyers.de/meyers/seelentiere>> (08.02.2008).

Online Wörterbuch Latein (2004): Latein Wörterbuch. <<http://www.albertmartin.de/latein/>> (08.02.2008).

Rowling, J.K. (1999): Harry Potter and the Prisoner of Azkaban. London: Bloomsbury.

Schütz, Gerhard (2002): Hypnose in der Praxis. Über das Phänomen der Trance. Paderborn: Junfermann.

Tausch, Reinhard (1989): Lebensschritte. Umgang mit belastenden Gefühlen. Reinbek: Rowohlt.