

Erfahrung mit Submodalitäten-Arbeit

Das «Worte verzaubern» (Magic-Words nach Cora Besser-Siegmund) ist eine Submodalitäten-Technik, welche mich durch ihre Einfachheit und die nachhaltigen Erfolge beeindruckt.



Bertie Frei
bertie.frei@bluewin.ch

Ich habe festgestellt, dass unser Unbewusstes eine sehr konkrete und Wort für Wort und von Mensch zu Mensch unterschiedliche Vorstellung eines geschriebenen Wortes besitzt. Das geschriebene Wort Fieberblase sieht z.B. jemand mit Fieberblasen in den «b»s, das Wort Fehlgeburt beschreibt jemand anders als in Fettschrift und in blutroter Farbe geschrieben, das Wort Schlaflosigkeit kann als inneres Bild so erscheinen, dass alle Buchstaben individuell und ohne erkennbare Rhythmik stetig auf- und abhüpfen etcetc. Ebenso bestehen auditive Zusammenhänge. Bei der Fehlgeburt sind es beispielsweise verschiedene Stimmen, die dieses Wort im inneren Ohr der Person mahnend erklingen lassen, z.B. die Schwiegermutter, die Mutter und eine fremde Frauenstimme gleichzeitig. Oder jemand anders hört das Wort Prüfung in der Stimme seiner Mutter etc. Durch die Veränderung der Submodalitäten erfolgt in der Regel eine augenblickliche Entspannung und... die Fieberblase klingt am nächsten Tag ab, bevor sie sich voll entfaltet, die Freude auf das Baby kann angstfrei er- und gelebt werden, ab sofort kann erholsam durchgeschlafen werden und die Prüfung ist «kein Thema» mehr. Eigentlich unglaublich... und uneigentlich wahr!

Ausserdem scheint es, als wenn das innere Ansehen eines geschriebenen Wortes für alle Menschen ein völlig einfacher Prozess ist. Augenblicklich können sich Menschen ihre in ihrem Gehirn gespeicherten Worte innerlich ansehen und die Submodalitäten beschreiben. Dies verblüfft zeitweilig und die Worte zu verändern macht den Menschen Spass. Zudem empfinde ich das Beobachten und Erstaunen der Personen über ihre innern Bilder und oder Stimmen als unglaublich ereignisreich und erfreuend.

Die Arbeit mit Submodalitäten empfinde ich als überaus kraftvoll und hilfreich.

Wissenschaftler staunen über «Vernetzung der Sinne»

Dr. Jamie Ward, Psychologe und Wahrnehmungs-Forscher am University College in London, beschäftigt sich seit einigen Jahren mit dem wissenschaftlichen Phänomen der «Synästhesie». Dieses Wort leitet sich aus dem griechischen sin (zusammen) und aisthesis (Empfindung) ab. Es geht dabei um die unwillkürliche gleichzeitige Wahrnehmung über verschiedene Sinne, vornehmlich auditiv-visuell. Die Wissenschaft erachtet es als ein Phänomen, dass es Menschen gibt, welche beispielsweise ein gesprochenes Wort in rosa Schrift wahrnehmen, ein anderes Wort dagegen grau oder schwarz. Die Forscher haben herausgefunden, dass gefühlsbesetzte, positive Worte von Synästhetikern in leuchtenden und hellen Farben, negativ besetzte Worte jedoch dunkel und in Grautönen gesehen werden. Ausserdem sind sie der Überzeugung, dass nur ca. eine aus 2000 Personen diese Doppelwahrnehmungsfähigkeit besitzt. Weiter wird in der Hirnforschung vermutet, dass Synästhesie oft mit einer Erweiterung der Wahrnehmungsfähigkeit einhergeht, welche die Kreativität fördert und aussergewöhnliche Gedächtnisleistung ermöglicht. Dies beispielsweise durch die Fähigkeit, sich Nummern oder Vokabeln farbig zu merken.

Bereits seit 150 Jahren ist die Synästhesie ein weltweites Forschungsthema, auch in der Schweiz. Jährlich werden etliche internationale wissenschaftliche Konferenzen zu diesem Thema organisiert mit dem Ziel, neue Einsichten darüber zu gewinnen, wie unser Bewusstsein funktioniert, um diese irgendwann wissenschaftlich belegen zu können.

Quellen:

- «Gehirn&Geist», Fachzeitschrift Hirnforschung, Verlag Spektrum der Wissenschaft Heidelberg
- UCLPsychology, University College London, www.psychol.ucl.ac.uk