

Trance und Vertrauen

59-jähriger pensionierter Lehrer ist Therapeut

Entspannt sitzt der Mann auf einem schwarzen Sessel. Die Augen sind geschlossen, die Hände leicht angehoben. Ihm gegenüber: Uwe Rakow. Leise spricht er mit dem jungen Mann. Er behandelt ihn – per Hypnotherapie.

KIRN. Eigentlich war der Kirner Uwe Rakow Lehrer bis zu seiner krankheitsbedingten Pensionierung zu Jahresanfang an der Berufsbildenden Schule. Doch das war und ist nicht alles für den quicklebendigen 59-Jährigen. Er ließ sich bereits Ende der 80-er Jahre zum Heilpraktiker ausbilden und eröffnete eine Praxis. Dann entdeckte er eine ihn faszinierende Behandlungsform: die Hypnopsychotherapie – für ihn eine Art Wunderwaffe der Behandlung verschiedenster Probleme.

In rund 600 Stunden bildete sich Rakow in Seminaren und

Fachveranstaltungen fort, ein dickes Bündel von Bescheinigungen beweist seinen Fleiß und die Breite der besuchten Kurse. Eine wichtige Rolle spielte dabei das Zentrum für angewandte Hypnose unter der Leitung von Götz Renartz in Mainz. Dort lehren Ärzte und Professoren die vielfältigen Anwendungsgebiete der Hypnotherapie. Fast scheinen hier keine Grenzen gesetzt, wie Rakow schildert. Als „Kommunikation mit dem Unbewussten“ beschreibt er die Behandlung, bei der er sein Gegenüber in Trance versetzt. Den Begriff „Patient“ vermeidet er, will kein Halbgott in weiß sein, sondern gleichberechtigter Partner dessen, der Hilfe bei ihm sucht. Trance habe nichts mit Schlaf oder Willenlosigkeit zu tun. Ein rotes Tuch sind für ihn Hypnose-tricks, wie sie in Bühnenshows angewandt werden.

HINTERGRUND

Was ist Hypnopsychotherapie?

Die Hypnopsychotherapie wird als das älteste Heilverfahren der Menschheit bezeichnet. Sie habe nichts mit Bewusst- oder Willenlosigkeit zu tun, ebenso wenig mit Magie, Esoterik oder Gehirnwäsche. Die Hypnotherapeuten behandeln Phobien und Ängste, Gewohnheitsprobleme (wie Rauchen), Asthma, Hauterkrankungen, Schlafstörungen, Zwangshandlungen, Verhaltensstörungen, Sprachstörungen, Schmerzen, traumatische Erlebnisse, Krebserkrankungen, Gewichtsprobleme, Darmerkrankungen, Bulimie, Magersucht, Depressionen, Zähneknirschen, Würgereiz. Eingesetzt wird die Hypnose auch in der Familientherapie und der Zahnheilkunde.



Entspannte Atmosphäre und ein Vertrauensverhältnis zwischen dem Therapeuten und dem, der seine Hilfe sucht. Das sind für Uwe Rakow die Behandlungsbedingungen. ■ Foto: Rainer Gräff

Der Hypnotherapeut sucht die Zusammenarbeit mit Ärzten verschiedener Fachgebiete, um Krankheitsbilder abzuklären. Sein Ziel ist es, die Ressourcen der Menschen zu mobilisieren, sie von Blockaden zu befreien. Dazu gehöre ein tiefes Vertrauensverhältnis –

und Selbsterkenntnis: 200 Stunden hat Uwe Rakow in therapeutische Selbstanalyse investiert. Die Behandlungsstrategien sind flexibel und auf den „Patienten“ zugeschnitten, der Therapeut kombiniert sie zum Beispiel mit Entspannungstechniken, Verhaltens-

und Traumtherapie oder Tiefenpsychologie. Unterschiedlich lang sei die Behandlungsdauer, vieles sei in wenigen Stunden zu beheben. Rakow arbeitet nur auf Termin und nur in begrenztem Ausmaß. Privatkassen übernehmen oft die Kosten. (rg)