

Kommunikation

August 2011

Gewaltfreie Kommunikation • NLP • Business

Seminar

Coaching • Mediation • Pädagogik • Gesundheit

Vergeben statt vergelten

Wie wir den Groll loslassen



Business & Vergebung

Verzeihen heilt die Seele



Von Last befreit

Reinhard Tausch über das Vergeben



Lernen mit Impro

Future Tools mit John Hudson

Junfermann

West-östliche Wege zur Gesundheit

Eindrücke von der
6. deutsch-nepalesischen Ärzte- und
Psychologen-Konferenz in Kathmandu und Pokhara



Rund 200 Therapeuten und Coaches aus deutschsprachigen Ländern trafen sich in der ersten Maiwoche mit 50 nepalesischen Kollegen, hinzu kamen Teilnehmer aus China, Indien, Polen, Ungarn und den USA. Die jungen nepalesischen Ärzte und Psychologen nahmen diese Tagung in Kathmandu dankbar an. Als Bewohner eines der fünf ärmsten Länder der Welt bietet sich ihnen praktisch keine Möglichkeit, selbst auf internationale Kongresse zu reisen.

Bis 1990 wurden in Nepal psychisch kranke Menschen einfach ins Gefängnis gesperrt. Nach 1990 begann man zuerst die Frauen in sozialpsychiatrische Institutionen zu verlegen. Ende der 90er Jahre praktizierten weniger als zehn Psychologen in ganz Nepal. Inzwischen sind es über 200. Die meisten sind in kognitiver Verhaltenstherapie ausgebildet, es gibt auch systemische Therapeuten.

In der zweiten Maiwoche auf dem Nachkongress in Pokhara, idyllisch am Rande des Annapurnagebietes gelegen, waren rund 150 Teilnehmer aus den westlichen Ländern auf den hochkarätigen Workshops überwiegend unter sich. Veranstalter dieser Kongressreihe ist der Förderkreis Hilfe für Nepal e.V. Die Idee dazu kam dem nepalesischen Arzt Bhabani Rana, der mit der deutschen Psychologin Renate Rana verheiratet ist, als er bei Bernhard Trenkle am M.E.G.-Institut in Rottweil seine Hypnoseausbildung machte. Seit dem 3. Kongress ist Bernhard Trenkle, Hypnotherapeut und bis 2003 Vorsitzender der Milton-Erickson-Gesellschaft für Klinische Hypnose in Deutschland (M.E.G.), als Organisator selbst mit dabei.

Die Referenten bekommen kein Honorar, sie tragen auch die Spesen selbst. Mit den Einnahmen werden Projekte in Nepal unterstützt, z. B. ein Altenheim in der Nähe von Kathmandu, eine Reha-Klinik in Bhaktapur und eine Blindeneinrichtung. Ziel dieser Kongresse ist vor allem der Austausch von Gedanken und praktischen Erfahrungen zwischen nepalesischen und westlichen Kollegen. Auch diesmal boten Workshops und Vorträge in deutscher und englischer Sprache Erkenntnisse aus Forschung und Praxis, zum

Beispiel aus der Schmerz- und Traumatherapie, der Arbeit mit Kindern, zu hypno-systemischen Konzepten und Methoden bei Leistungsengpässen, zur Erhaltung psychischer Gesundheit bis hin zu Erkenntnissen aus Teamcoaching und Kommunikation.

Großen Anklang fand die Podiumsdiskussion „Was ist bewusst und was ist unbewusst“, moderiert von Bernhard Trenkle. Die Zusammensetzung der Gäste auf dem Podium war ungewöhnlich: Hans Markowitsch von der Universität Bielefeld, einer der führenden Gehirnforscher und Spezialist für traumainduzierte Amnesie; Tianjun Liu, Direktor des Qi-Gong-Laboratoriums der Peking-Universität; Rainj und Bashkar Vyas, zwei indische Ärzte und Fachleute für westliche und östliche Philosophie; Dolpo Tulku, ein hoher Lama in Nepal; schließlich Burkhard Peter, Gründungspräsident der M.E.G. Ihre höchst unterschiedlichen Weltbilder und Ideen waren die Basis für faszinierende drei Stunden Austausch und Diskussion. Hier zeigten sich auch Grenzen der Verständigung zwischen so unterschiedlichen Menschen: Kaum einer der Referenten redete in seiner Muttersprache. Dolpo Tulku z. B. sprach tibetisch und wurde ins Englische übersetzt.

Die Anwesenheit dieses hohen Lamas empfanden wir als besonderes Geschenk. Dolpo Tulku stammt aus dem Dolpo, einer abgeschiedenen Region im Nordwesten Nepals an der Grenze zu Tibet, umgeben von den Gebirgsketten des Himalaya. Er unterwies uns morgens um 7 Uhr in Yoga, ohne „akrobatische“ Anteile des Yogas. Er teilte mit uns seine Weisheit und suchte jede Gelegenheit zum Gedankenaustausch. Mittags nutzten wir die Möglichkeit, an einer Trance mit Anita Jung und Live-Musik von ihrem Mann, dem indisch-texanischen Weltmusiker Oliver Rajamani, teilzunehmen. Und



Beindruckte auf der Konferenz: Dolpo Tulku, ein hoher Lama aus dem Dolpo, an der Grenze zu Tibet

in Pokhara konnte man morgens im Garten Tai-Chi erlernen.

Andreas Reimers, Arzt und profunder Kenner des nepalesischen Schamanismus, gab in seinem Hauptvortrag einen Einblick in das Weltbild schamanistischer Arbeit – gemeinsam mit Schamanen, die ein Heilritual durchführten. Dies zählte zu den ausgezeichneten Gelegenheiten, Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen unseren westlichen Methoden und östlichen „Ritualen“ zu reflektieren.

Ein wichtiges Thema auf der Tagung war die ärztliche Kommunikation in Notsituationen. Ernil Hansen, Professor für Anästhesie an der Universität Regensburg, sprach u. a. über den Effekt positiver Suggestion und über enorm beeindruckende Gehirnoperationen unter Hypnose. Da es um die Erhaltung des Sprachzentrums ging, wurden die Patienten ohne Narkose operiert, um sich jederzeit sprachlich mitteilen zu können. Der Gründungspräsident des deutschen WHO-Netzwerkes „Gesundheitsfördernde Krankenhäuser“, Klaus-Diethart Hüllemann, sprach darüber, wie Ärzte bei der Vermittlung eines schwerwiegenden Krankheitsbefunds dem Patienten die Ängste nehmen können. Die US-amerikanischen Kollegen Judith Landau (frühere Präsidentin der Internationalen Familientherapie Gesellschaft), Heather Hayes und Wayne Raiter berichteten über ihre Arbeit und die Erfahrung, dass in den Jahren nach großen Katastrophen, etwa nach dem Krieg auf dem Balkan sowie nach Naturkatastrophen wie dem Hurrikan in New Orleans, die Suchtprobleme in diesen Regionen massiv ansteigen.

Die nepalesische Öffentlichkeit nahm den Aufenthalt der internationalen Kongressreferenten und -teilnehmer erstaunlich aufmerksam zur Kenntnis. Tagungsorganisator Bernhard Trenkle war zur besten Sendezeit morgens eine halbe Stunde live im Fernsehen zu erleben. Daraufhin meldete sich eine nepalesische Akademiker-Familie, deren Sohn große Drogenprobleme hat. Die Familientherapie- und Drogenspezialisten Landau, Hayes und Raiter arbeiteten mehrere Stunden mit dieser Familie.

Beim Abendessen in der Altstadt Kathmandus trafen wir zufällig auf den Cheforganisator des Kathmandu Marathons, Nilendra Shresta, einen Sportmanager, der viele Jahre in Deutschland als Trainer gearbeitet hatte und mit einer Deutschen verheiratet ist. Er begeisterte sich u. a. für das

Sportmentaltraining von Antje Heimsoeth, eine der beiden Autorinnen dieses Artikels, und organisierte für Antje prompt Interviews mit Sportjournalisten, Auftritte in TV-Sportsendungen und schließlich einen Termin für ein Mentaltraining beim besten nepalesischen Fußballteam, dem Three Star Club von Kathmandu.

Am letzten Kongresstag besichtigten die Teilnehmer das sozialpsychiatrische Projekt Maryknoll. Dort fiel uns ein Patient auf, der immer im Kreis herumlief, und wir erfuhren seine Geschichte. Als seine Frau schwanger geworden war, wurde dieser Mann psychotisch. Die Familie und das Dorf wussten sich nicht anders zu helfen, als ihn in einen kleinen Holzverschlag von drei bis vier Quadratmetern zu sperren. Dort verbrachte der Mann schließlich 17 Jahre, bis man ihn nach Maryknoll brachte, wo er seit zwei Monaten behandelt wird. Die Familie samt seinem Sohn, inzwischen 17 Jahre alt, und das Dorf sind mit einbezogen. Die Prognose für diesen Mann lautete, dass er in ein bis zwei Monaten wieder zu seiner Familie zurückkehren könne. Wir sahen ein Foto, auf dem er mit seinem Sohn vor dem Holzverschlag steht.

Es sind solche und ähnliche Geschichten, welche die Veranstalter motivieren, diesen Kongress wieder zu organisieren. 2008 konnten über 30.000 Euro zur Verfügung gestellt werden, 2011 sind es über 20.000 Euro geworden. Der nächste Kongress wird 2014 stattfinden.

Antje Heimsoeth, Sabine Fruth
www.gesundheitscoachings.eu

Infos und Kontakt:
<http://www.hilfe-fuer-nepal.de>



Mentaltraining beim
Three Star Club Kathmandu.
Rechts: Mitautorin Antje Hemsoeth.
Foto: privat