

Konflikte lösen ist gesund

Vortrag und praktische Beispiele mit der Diplompsychologin Tonia Schiftan Kyburz

WATTWIL. Über in ihrer Praxis angewandte Methoden der Psychokinesologie informierte Tonia Schiftan am Donnerstagabend in der Aula des Berufs- und Weiterbildungszentrums in Wattwil.

KATHRIN OESCH

Mit Streit, Zwiespalt oder Kampf kann der Begriff «Konflikt» umschrieben werden. Konflikte können nicht aus dieser Welt verbannt werden, solche im Innern einer Person, zwischen einzelnen Menschen, Gruppen, bis hin zu Ländern, die in Kriege ausarten können. Unter der Kampagne «Lebensqualität» wurde die Diplompsychologin Tonia Schiftan aus Wattwil zu einem Referat eingeladen.

Angst vor Konflikten

Es gibt verschiedene Strategien, um mit Konflikten umzugehen. Eine verbreitete ist, sie zu unterdrücken. Ungelöste Konflikte aber machen krank, sind Ursachen für seelische und körperliche Leiden. «Warum haben wir Menschen so viel Angst vor Konflikten», fragte die Psychologin und gab sich die Antwort gleich selber: «Meist ist es Angst, die Liebe unserer Nächsten zu verlieren.» Das Gegenteil aber sei der Fall, unterdrückte Konflikte zerstören jede Liebe. In Ausbildungen und Weiterbildungen hat sich die Diplompsychologin nach ihrem Studium in Berlin, Konstanz und Zürich Wissen in psychologisch therapeutischen Verfahren angeeignet. Ihre Therapieformen, die sie zurzeit anbietet, sind Familienstellen, Psychokinesologie und Arbeit im Mentalfeld-Bereich.

Zur Kinderzeit

Viele Symptome, die heute zu Beschwerden führen, sind in der Kinderzeit entstanden, haben



Anhand praktischer Beispiele wurden verschiedene Therapieformen der Psychokinesologie demonstriert.

sich zu Blockaden ausgewirkt. «Man geht davon aus, dass diesen Beschwerden ein ungelöster seelischer Konflikt zu Grunde liegt», so die Psychologin. Mit dem in der Kinesologie bekannten Muskeltest wird nachgewiesen, welche Energie bestimmte Gedanken freisetzen.

Wer kennt nicht den inneren Glaubenssatz: Das kann ich nicht? In der Psychokinesologie wird gemeinsam mit der Therapeutin – geleitet von Fragen und beantwortet durch den Muskeltest – alten Gefühlen, Situationen, ja Gerüchen und Farben nachgespürt. Die Psychokinesologie versucht diese Gefühle mittels feinen Klopfbewegungen auf der Stirn oder mittels Augenbewegungen im Gehirn zu entkop-

peln und die Beschwerden machenden Glaubenssätze zu lösen. Tonia Schiftan zeigte die Therapieschritte mit Demonstrationen.

Mentaler Körper

Eine neue Therapieform, die Schiftan anbietet, ist die Mentalfeldtherapie. Wie eine Hülle sei der mentale Körper um den physischen gelegt, erklärt sie. Sei die Energie zwischen diesen beiden Körpern gestört, so herrsche Chaos. Auch bei dieser Therapieform wird grosse Linderung bei Schmerzen erzielt. «Was jedoch unbestritten ist, ist die Tatsache, dass ernste Krankheiten in die ärztliche Hand gehören», forderte Tonia Schiftan. Therapien unterstützen die Heilung. Bei der

Mentaltherapie werden gemeinsam mit der Therapeutin, durch sanftes Beklopfen vorgeschriebener Punkte am Körper, Schmerzen gelindert. Eigentliche Krisenbewältigung kann so erlernt werden.

Platz in der Familie

Das Familienstellen nach Bert Hellinger ist eine befreiende und heilende Lösungsmöglichkeit für verdeckte psychische und physische Leiden. Durch das stellvertretende Aufstellen der eigenen Herkunftsfamilie mit beliebigen Personen – manchmal bis auf drei Generationen zurück – können gestörte Beziehungen untereinander erkannt und die Ordnung und die Liebe innerhalb der Sippe wieder erneuert und rich-

tig gestellt werden. «Ein Ordnungsprinzip wacht in jeder Familie darüber, dass alle Mitglieder ihren Platz erhalten», ist die Überzeugung dieser Methode. Werden einzelne Personen verschwiegen, weil der frühe Tod sie aus der Sippe gerissen hat, nimmt jemand anders aus der Familie unbewusst deren Position ein und verhält sich aus diesem Grund oft stellvertretend und in seinem eigenen Leben belastet und unfrei.

Der Abend war sehr vielschichtig und zeugte von manchmal überraschenden Vorkommnissen. Trotzdem bleibt die Frage: Ist Leiden so schnell aus der Welt geschafft? Antworten darauf erfährt, wer sich den Therapieformen anvertraut.

Bild: k