

Wenn Beruf und Berufung zusammen kommen



Dina Linder
dina@lindercoaching.ch

Es geschah an der Kasse eines Einkaufszentrums: «Die ist wohl auch mit dem falschen Bein aufgestanden!» dachte mein Kopf, als die Kassierin mich anschnauzte. Ich fuhr zusammen, als ich den Gedanken hörte: Zum ersten Mal in meinem Leben nahm ich eine Aussage nicht persönlich und liess die schlechte Laune einfach bei ihr an der Kasse stehen. Dabei hatte ich nur ein Märchen gelesen, in welches der Autor ganz viel NLP einfließen liess. Konnte es möglich sein, dass das Lesen allein mir zu dieser ungeahnten gedanklichen Wahlfreiheit verhalf?! Und die fühlte sich erst noch wahnsinnig gut an! Dem musste ich auf den Grund gehen!

Seither habe ich mich zum NLP Practitioner, Master und Trainer weitergebildet. Zusätzlich habe ich anschliessend auch die Weiterbildungen zum Wingwave-Coach und zur Supervisorin/Coach BSO besucht. Eine intensive Zeit des Lernens, Trainierens und der persönlichen Entwicklung.

Liebe für Menschen, Natur, Genuss und Höheres

Seit ich 18 bin, weiss ich, dass ich selber keine Kinder bekommen kann. Irgendwann weiss dies auch das Umfeld und so avancierte ich zur beliebten Gotti. So habe ich heute sechs Gottikinder und geniesse die gemeinsamen Momente mit ihnen sehr.

In meiner Freizeit bewege ich mich gerne irgendwo draussen in der Natur. Dabei spielt es mir keine Rolle ob zu Fuss, auf dem Velo, in den Bergen oder an einem See. Hauptsache ist dabei die frische Luft und die Bewegung. Bei Wanderungen achte ich mich immer wieder, ob es denn am Ziel auch eine schöne Beiz hat, auf deren Terrasse man sich etwas Kühles gönnen kann. Gerne lese ich dabei in einem Buch oder philosophiere mit meinem Partner über das Menschsein in dieser heutigen Welt.

So bin ich gerne in guter Gesellschaft und mag interessante und inspirierende Gespräche. Diese Vorliebe schenkt mir viele schöne und verschiedenartige Freundschaften, in welchen ich selbst meine unterschiedlichsten Seiten erleben kann.

Innere und äussere Grenzen erkunden

Nicht nur für meinen professionellen Auftrag als

Supervisorin und Coach sondern auch ganz persönlich interessiert es mich, die Rahmenbedingungen für Zufriedenheit und Glück zu erforschen. So gehe ich seit 6 Jahren jährlich eine Woche in die Berge zu einem Retreat mit Arpito Storms. Dabei geht es darum, mit unterschiedlichsten Formen der Meditation die innere Stille zu finden. Wer möchte, kann dies während fünf der sieben Tagen schweigend tun. Diese Woche ist für mich eine unglaubliche Quelle der Inspiration und Kraft geworden. Für manche mag das nicht ungewöhnlich klingen, aber in meinem Umfeld höre ich immer wieder Stimmen, die meinen, sie könnten das nicht.

Die Berufung leben

NLP begleitet mich durch alle meine Tätigkeitsfelder. Sei es, ob ich in unserer Praxisgemeinschaft ein Mitarbeitergespräch führe, ob ich Patienten mit ihren körperlichen Herausforderungen begleite oder ob ich für den Physiotherapieverband Bern einen Newsletter Beitrag schreibe: Stets sind mir Methoden des NLPs wie z.B. die Gestaltungsebenen oder das Reframing, die Zielformulierung oder das Pacing und Leading treue Tools.

Zusätzlich biete ich an zwei Halbtagen der Woche Einzelcoachings, Supervision und Lehrsupervision an. Die Kundinnen kommen aus den verschiedensten Bereichen, nicht nur aus der Physiotherapie. Um all diese Menschen wertschätzend abzuholen und in ihren ganz persönlichen Prozessen begleiten zu können, bin ich enorm dankbar, zu wissen, wie ich eine vertrauensvolle Atmosphäre aufbauen und halten kann.

Seit zwei Jahren engagiere ich mich zudem in einer Arbeitsgruppe, die physiotherapeutischen Fachexperten Supervisionstools vermittelt, um die Qualität ihrer fachspezifischen Supervisionen zu kalibrieren. In den Vorbereitungen dieser Kurse nutze ich intensiv das Material, welches wir im Sommercampus für die Ausbildung zur NLP Trainerin vermittelt bekommen haben. Es hat mir auch schon geholfen, brenzlige Gruppensituationen zu entschärfen.

Die Menschen in meinem Kommunikationsbereich

– Patienten: Sie sind in einer persönlichen Ausnahmesituation und haben oft das Bedürf-

nis, in ihrer Not verstanden und abgeholt zu werden. Mit der Fähigkeit, sinnlich konkret wahrzunehmen – in diesem Fall wortgenau zuhören und uninterpretiert wiederzugeben – und Pacing ganz allgemein, gelingt dies fast in allen Fällen. So fassen Patienten schnell Vertrauen und wir können damit eine gute Basis für eine konstruktive Zusammenarbeit legen.

- Mitarbeiter/innen: Durch die Ausbildung an der NLPA sind mir meine Werte, meine Motivation und meine Vision für die Physiotherapie und unsere Praxis sehr bewusst geworden. Meine Rolle als Führungskraft reflektiere ich regelmässig. So kann ich authentisch und stimmig vorausgehen und die Mitarbeiterinnen in ihren Stärken fordern und fördern.
- Kursteilnehmer «Fachsupervisoren physio-wiss»: In diesen Kursen vermitteln wir aktuell in drei Tagen viel Stoff zum Thema Supervision. Mit dem Wissen aus der NLP Trainerausbildung kann ich meine Kursmodule so gestalten, dass eine unterstützende Lernatmosphäre und Gruppendynamik entsteht.
- Berufsverband / Mitglieder / Netzwerk: Da gibt es natürlich die unterschiedlichsten Situationen, in denen mir die Auftrittskompetenz, wieder das Pacing oder auch Zielformulie-



rungen und Reframing die Möglichkeit geben, mich wirksam für unsere Anliegen einzusetzen. Die Menschen in den unterschiedlichsten Rollen lassen sich gerne für eine gute Sache – wie eben zum Beispiel Physiotherapie – gewinnen. Und wenn ich sie entsprechend abholen kann, dann gelingt dies in bester Stimmung.

Es sind die konkreten Erleichterungen, die das Leben verschönern

«Frau Linder, mich dünkt ich war etwas gar fixiert auf meine Schmerzen?!» – dieser Satz hat mich ziemlich beeindruckt. Zum einen, weil er von einer Frau kam, die seit den 60er Jahren jede Episode über Krankheit, Arztbesuche etc. notiert hatte. Und zum anderen, weil ich als Physiotherapeutin auf physischer Ebene nichts hatte erreichen können und ihr damals in meiner Verzweiflung verschiedene Heimaufträge erteilt hatte. Erst später, in der NLP Ausbildung verstand ich, dass die Patientin durch das Aufschreiben nicht schmerzhafter Körperteile und schmerzfreier Bewegungsoptionen für diese Bereiche einen Perspektivenwechsel (Reframing) vollzogen hatte und das Bewusstsein um das Potential ihres Körpers wiedergefunden hatte. Als Therapeutin hatte ich schlussendlich nichts anderes getan, als ihr die «richtigen» Fragen gestellt.

Dieses Erlebnis fasziniert mich bis heute und motiviert mich sehr, das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele zu erkunden und zu bestaunen.

Muskeln funktionieren in Ketten, Menschen leben in Systemen

Mein Spezialgebiet in der Physiotherapie ist die Triggerpunkttherapie. Dadurch habe ich oft mit Menschen zu tun, die schon einen längeren Therapieweg hinter sich haben und intensiv mit Schmerzen zu tun haben. Irgendwie hat sich in der Medizin der einfache Gedanke, dass auch Muskeln schmerzen können, noch nicht ganz durchgesetzt. So werden Patienten für viele Untersuchungen und Behandlungen zu manchen Spezialärzten geschickt und am Schluss stellt sich ein simpler Muskelschmerz heraus. Die Behandlung ist dann auf der ersten Ebene einfach – man stellt die Funktionstüchtigkeit des Muskels wieder her.

Die zweite Ebene bedeutet dann etwas mehr Komplexität, weil Muskeln in Ketten funktionieren. So sind häufig mehrere betroffen, welche gefunden werden wollen.

Die dritte Ebene wird dann noch komplexer, weil es für die nachhaltige Verbesserung der Beschwerden wichtig ist, dass die Menschen ihre Gewohnheiten verändern. Z.B müssen sie den PC Arbeitsplatz neu einrichten, sich neu halten und zwischendurch lockernd bewegen. Eine Haltungsveränderung – wir NLP-ler wissen das – wirkt sich dann nicht nur äusserlich aus. So kommen manchmal auch emotionale oder soziale Gründe zum Vorschein, warum sich jemand nicht aufrecht zu halten vermag. Menschen so umfassend begleiten zu können, motiviert mich sehr.

Natürlich ist dabei wichtig, mir der Grenze der Verantwortlichkeit bewusst zu bleiben. Deshalb ist eine wichtige ethische Richtlinie für mich der Satz «Hilfe zur Selbsthilfe». Ich kann nicht das Leben der Patienten oder Klientinnen leben und externe Hilfe funktioniert nicht oder schlecht in Abhängigkeitsverhältnissen (Dependency, Co-Dependency). Diese Abgrenzung der Verantwortlichkeiten kläre ich jeweils so früh wie angebracht. Mir ist auch wichtig, dass meine Gegenüber verstehen, wie ich arbeite und so versuche ich, meine Hypothesen und Massnahmen in für sie verständlicher Sprache zu erklären.



Wir gestalten unsere Zukunft

Ich wünsche mir, dass die Menschen je länger je mehr «back to the roots» finden. Dass wir Fachkräfte NLP verstehen und vermitteln können, wie wahre Lebensqualität in uns selbst beginnt und nirgendwo ausserhalb zu finden ist. Dafür sind die Methoden und Denkmodelle des NLP eine Schatztruhe und NLP dürfte dafür noch mehr Anerkennung geniessen.

Um diese Anerkennung zu unterstützen engagiere ich mich im Netzwerk der NLPA durch meine Tätigkeit als Lehrsupervisorin und arbeite aktiv in einer Interventionsgruppe mit, die wir nach der Ausbildung zur Supervisorin gegründet haben.

«IF YOU CAN DREAM IT – YOU CAN DO IT»

Der Satz bedeutet für mich Freiheit und zugleich auch Verantwortung. Ich kann umsetzen, wovon ich träume und damit das Leben erkunden, erforschen und wahrhaftig erleben. Die Verantwortung liegt darin, diese Richtung auch zu suchen, denn das Leben lebt auch unbewusste Träume oder Albträume. Er bedeutet Freiheit, wenn wir uns täglich fragen: «Was will ich?» und «Wer bin ich?». So kann man Träumen und Visionen eine Richtung geben. Sei das auf materieller, spiritueller, sozialer oder auch auf geschäftlicher Ebene. Und diese Möglichkeiten sind unbegrenzt und deshalb frei.

Für die Welt der Zukunft wünsche ich mir Menschen, die sich bewusst werden, dass die Welt in ihnen selbst der Anfang findet, ein fröhlicher und guter Ort zu sein. NLP selbst ist eine grossartige Welt, mit der man auf sehr sachliche aber auch emotionale Art und Weise, die Beziehung zu sich selbst und seiner Umwelt so beeinflussen kann, wie es für das persönliche Wohlbefinden stimmt. Und solches Bewusstsein braucht unsere Gesellschaft mehr denn je.

Zur Autorin:

Dina Linder, Physiotherapeutin FH in eigener Praxis seit 2005, Coach und Supervisorin BSO, NLP Trainerin IANLP, Wingwave Coach
Leben ist in Bewegung sein.