

Duftkommunikation - ganz praktisch...

Also, NEIN, das geht ja gar nicht!

...sprach die Kundin und wandte sich, vom erwartungsvoll (mit Tendenz zu siegessicher), gereichten Duftstreifen empört ab. Mit ihr ihre Nase, die „uns“ zu einer Lösung führen sollte. Dieses „UNS“ war eher ein Singular, denn im Grunde sollte es mich bestätigen. Meine Fachkompetenz und meine Erfahrung. Aus diesem Wissen heraus“ kann ich natürlich ableiten“, dass ICH weiss, welches ÄÖ die Kundin im Sinne ihres Anliegens braucht. Schließlich möchte ich ihr in bester Absicht helfen ... und dieses ÄÖ, tut es, dazu gibt es sogar Studien... So die Ansicht meiner inneren Besserwisslerin.

Nun sind die Düfte der ÄÖ sehr ehrlich im Riechkontakt. Der Duft wird begeistert gemocht oder unmißverständlich abgelehnt, selten ist er „neutral“, sprich, er hebt nicht so an - „Ja, geht schon.“ Die Ablehnung ist meist sehr bestimmt. Manchmal allerdings erfordert es fast schon kriminalistisches Beobachtungsgeschick. Minimalistische physiologische „Zuckungen“, Veränderung der Sitzhaltung, der Stimmlage oder freundlich gesprochene Worte (mit Lächeln!) die so gar nicht zu den beschreibenden Worten und zum „Rest“ passen wollen. Hier helfen Nachfragen weiter. Mir als Begleiterin, um Informationen aus der Welt des Kunden zu erhalten und um meine Vermutungen zurückzufahren und auch dem Kunden, der dadurch seine tatsächliche Ablehnung bewusst wahrnehmen kann.

Manchmal sind „Anstandsregeln“ so gut verankert, daß es schon zur Gewohnheit geworden ist, Unangenehmes mit einem Lächeln zu überspielen.

Das Lächeln

In einer Übungssequenz reichte der Übende (Therapeut) seiner Klientin einen Duft. Sie roch daran, zögerte kurz und meinte dann lächelnd „Ja, er ist angenehm“. Die nächste Frage nach der Bewertungsnote fiel eher schlecht aus (Note 4) und auch die Farbzuordnung mit „dunkelgrau“ war nicht sehr erhebend. Sie lächelte immer noch, gab schnell den Duftstreifen zurück ... und der Übende lächelte mit. Ich unterbrach die Übung und fragte beide, ob ihnen gerade etwas aufgefallen sei. Beide verneinten. Ich erzählte kurz meine Beobachtung (Lächeln, Note, Farbe) und fragte nach, ob die Klientin eine Idee hätte, wie ihr Lächeln und ihre Duftwahrnehmung zusammen-



mengehen könnten. Sie wurde sehr still und nachdenklich und meinte plötzlich, dass sie das immer so machen würde, wenn ihr etwas unangenehm sei, sie aber den Anderen nicht verletzen möchte...

Der Übende erwähnte, dass er mitgelächelt hätte, weil sie lächelte. „Und wie fühlte sich dieses Lächeln an?“ fragte ich. „Nicht rund, nicht stimmig, wenn ich dem genau nachspüre...allerdings mache ich das immer so“, so seine Antwort. Diese Erfahrung war für Beide eindrucksvoll und erkenntnisreich.

Was hab ich falsch gemacht?

Im allgemeinen haben wir einen „winzig kleinen Plan“, was passen könnte. „Blockt“ der Klient/Kunde, gibt es Irritation und in Fragestellen. Eine Aromapraktikerin hatte gemeinsam mit dem Kunden eine, für sein Anliegen, passende ÄÖ- Anwendung erarbeitet. Der Kunde ist zufrieden, die Aromapraktikerin auch. Drei Tage später erfährt sie im vereinbarten Telefonat mit dem Kunden, dass er die Flasche weggestellt hat, weil sie ihm nicht mehr „gut roch“. Die Aromapraktikerin war am Boden zerstört. Das konnte doch nicht sein, sie hatte ihr ganzes Fachwissen hineingegeben. Gedanken wie, was denkt der Kunde nur jetzt von mir, habe ich versagt, wenn sich das herumspricht usw. nahmen Platz in ihrem Kopf. Vielleicht aber ist auch der Kunde Schuld, wer weiß was er gemacht hat...

Die Aromapraktikerin hatte bis zu diesem Zeitpunkt etwas nicht beachtet: ÄÖ bestehen nicht nur aus biochemischen Inhaltsstoffen mit bekannten pharmakologischen Wirkmechanismen, sondern auch aus Duftmolekülen. Diese Duftmoleküle gehen mit dem Menschen in Duftkommunikation, treffen auf Resonanz. Im Sinne von „Oh ja, das brauche ich jetzt, das tut mir gut“ oder sie begegnen dem Wächter des Schadenbereiches und der Duft wird abgelehnt. Die Mischung ÄÖ hat offensichtlich mit dem Kunden „gearbeitet“ und Bereiche angesprochen, die gut bewacht waren. Beide, der Kunde und sie als Fachfrau, hatten nichts falsch gemacht.

Nur den Duftweg über die Psyche ausser acht gelassen.

ÄÖ auf zwei Wegen

Es gibt zwei grundsätzliche Wege, um mit ÄÖ zu arbeiten. Der eine Weg beschreitet die Heilpraxis: Aromatherapie, Psycho-Aromatherapie oder einen Bereich der Aromapflege im Kontext der professionellen Pflege. Der andere Weg führt in die Gesundheitspraxis. Wohlgefühl, sinnliches Erleben, Vitalität oder Duftkommunikation zur Selbsterfahrung, Selbsterkenntnis, Achtsamkeit, Erfahren und Erleben von Selbstkompetenz, Duftcoaching, Selbstpflege (körperliche und seelische), Rückbindung an die Natur und spirituelles Dufterleben.

Ein kleines DuftGespräch® - oder Meine Gedanken über das was gut sein könnte und die Antwort der Nase



Eine Freundin bat mich, doch mit meinem Öle-Köffchen vorbeizukommen. Sie hätte solche Schmerzen und möchte nur etwas zum Riechen, das ihr ein wenig Erleichterung verschaffen könnte. Sie war in ärztlicher Behandlung. Befund abgeklärt.

Meine Gedanken fokussierten sich auf die Zitrusdüfte. Etwas zum Stimmung anheben, wie in der Literatur beschrieben, vielleicht noch etwas Benzoe dazu, das gibt Schutz und Ruhe. Ja und Lavendel natürlich auch, der ist fürs Entspannen bekannt. Auf keinem Fall würde ich Rosengeranie anbieten, denn ihre momentane Situation hatte von Kontakt und DU genug. Geranie ist ein Kontaktdüfter und berührt die Themen Gefühl, Kontakt und Kommunikation mit dem Du, Nähe, Geben und Nehmen usw. So mein Plan.

Das Ergebnis des DuftGespräch®: Es war der Duft der Rosengeranie, der ihr als einziger Duft Erleichterung verschaffte. Ein tiefes Durchatmen, Seufzen und Entspannung im Gesicht waren die sichtbaren Zeichen. Bot ich einen Zitrusduft an oder ihr Lieblingsöl Lavendel, sofort verspannte sie sich wieder, das Gesicht verzog sich schmerzhaft.

Die Weisheit des Körpers hatte gewählt.

Wie ich danach in der Literatur fand, war Geranie ein Duft, der als ÄÖ u.a. bei Gürtelrose (ihre Erkrankung) im Anwendungsspektrum erwähnt wird. Mein Plan ging also nicht auf, ich nahm es nicht persönlich. Die ÄÖ im Dialog hatten mich wieder etwas gelehrt.

Sie behielt das Riechfläschchen bis zur Gesundung und verschaffte sich mit dem Duft der Rosengeranie immer wieder kleine Entspannungspausen.

Duftkommunikation

Als Gesundheitspraktikerin übernehme ich eine Lotsen-Funktion und begleite den Klienten durch das Erleben und Erfahren der eigenen individuellen Wahrnehmung. Voraussetzung ist, dem Klienten seinen Raum zulassen. Mit Respekt die mir dargebotene Tür zu seiner sinnlichen Wahrnehmung der Welt zu betreten. Das was mir hinter dieser Tür begegnet, muss sich bei weitem nicht mit meiner Erfahrung der Welt decken. Auf dem Weg über die Duft-Brücke in diese, seine Welt, begegne ich staunend und ehrfurchtsvoll seiner „Realität“ Der Klient lässt mich teilhaben an seinen Lebensstrategien zur Meisterung des Lebens.

Der Duft als das Dritte im Bunde, ermöglicht den Raum der Kommunikation, den Raum des Fragenstellens und den Raum der Erkenntnisse und Erfahrungen. Der Duft wird zum Navigator im Sinne des Auftrages des Klienten. Die Kenntnis der „Duftsprache“ der Pflanzen, bildet dabei die Basis für den Dialog über das Medium Duft. Die „Duftantworten“ des Klienten sind sehr, sehr persönlich und bedürfen einer ethischen respektvollen inneren Haltung des Begleiters. Die Duftkommunikation, speziell das DuftGespräch®, kann ein sehr intimes Gespräch sein, das seinen geschützten Raum beansprucht.

Meine Erfahrungen mit der gesundheitspraktischen Duftkommunikation betrachte ich immer wieder als Geschenk.

Wahrzunehmen, wie Augen zu strahlen beginnen beim Duftkontakt, wie Gefühle plötzlich sichtbar werden und die Dankbarkeit des Klienten über dieses Erleben, bereichern. Wenn Menschen die Erfahrung machen...ich weiss ja auch was ... ich kann etwas wahrnehmen ... ich nehme den Unterschied wahr ... ich kann mir vertrauen ... ich bin ja gar nicht so hilflos ..., das sind die Momente, wo etwas Heiliges in der Begegnung stattfindet.

Anmerkung: DuftGespräch® - Duft und Psyche im Dialog (Methode der Duftkommunikation mit ÄÖ; 2016 Christine Lamontain)



Zurück zum Anfang...

Die Dame, die ihre Nase so empört abwendete, mochte um nichts in der Welt den Duft des Lavendels. Obwohl er doch sooo gut zu ihrem Wunsch, ruhiger in den Schlaf zu kommen gepasst hätte. Im DuftGespräch® zeigte sich eine ganz andere Duftspur, die hinführte zu dem, was ihr ganz offensichtlich die Ruhe nahm. Eine alte „handfeste“ Wut auf ihren Partner, der sie vor vielen Jahren betrogen hatte...

Sie wählte den Duft des Linaloeholzes. Seine Duftinformation: Verarbeiten von altem Frust, der zu Herzen geht.



Christine Lamontain

DGAM-Regionalstelle Jena
Dipl.-Ing. (FH), Aroma Gesundheitspraktikerin (BfG)
Duftkommunikation und
Duftcoaching

Kontakt: duftarte@web.de, jena@dgam.de
<http://dasolfaktorische.blogspot.de>