

INHALT

Gunther Schmidt

Vorwort 13

Vorwort und Einleitung der Herausgeber 17

Servatia Geßner-van Kersbergen

1. Geschichte dieses Buches 17

Maarten Aalberse

2. Einführung zu diesem Buch 22

Servatia Geßner-van Kersbergen

Bifokale multisensorische Interventionen in der Psychoonkologie

Zur Behandlung von Trauma, Angst und Schmerz bei Krebspatienten 39

Krebs als Psychotrauma 39

Tapping-Protokolle 45

Fallskizzen 46

Literatur 51

Joaquin Andrade

Die Lösung liegt in der Hand des Patienten!

Techniken der bifokalen multisensorischen Aktivierung BMSA

(Bifocal Multi-Sensory Activation) zur Behandlung von

Angststörungen, Stressreaktionen, Trauma, Zwang und Depression

Mit Studien und Protokollen unter Berücksichtigung neuer

Erkenntnisse aus der Psycho-Immuno-Neuro-Endokrinologie 55

Zielsetzung und Begrifflichkeiten 55

Vorwort 56

1. Angststörungen 64

1.1 Die Entstehung von Angststörungen 65

1.2 Strukturen, Mechanismen und Neurotransmitter der Angst 67

1.3	Konventionelle therapeutische Verfahren	68
1.4	Psychotherapie	68
1.5	Pharmaka	69
2.	Energie- und meridianbezogene Methoden	69
2.1	Die frühen asiatischen Hochkulturen	69
2.2	Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und Leitbahnen (Meridiane)	70
2.3	Ayurveda und Chakren	72
2.4	Überzeugung aufgrund von Glauben oder wissenschaftlichen Nachweisen?	72
3.	Die Praxis von BMSA	73
3.1	Allgemeine Indikationen für BMSA, Komorbidität, Spektrum	73
3.2	Kontraindikationen und umstrittene Indikationen	74
3.3	Grundlagen der Behandlung mit BMSA	75
4.	Struktur der BMSA-Behandlung, Behandlungsstrategie und Selbstbehandlung sowie Heilungskriterien und Strategien bei schwachem Therapieansprechen	96
4.1	Der Weg von einer Therapeut-Patienten-Beziehung zur therapeutischen Kooperation	96
4.2	Struktur einer Behandlung	96
4.3	Behandlungsstrategie	97
4.4	Selbstbehandlung	99
4.5	Heilungs- und Besserungskriterien	102
4.6	Anwendungsbereiche	103
5.	ISEP (Integrated Sensory Emotional Protocols), Entwurf eines BMSA-Protokolls sowie einige Beispielprotokolle	105
5.1	Anwendung eines integrierten sensorisch-emotionalen Protokolls	105
5.2	Verschiedene Stimulustypen	107
5.3	Praktische Vorgehensweise	110
6.	Provisorischer Katalog für BMSA-Indikationen und indikationsspezifische ISE-Protokolle	111
6.1	Die Störungen und deren Behandlung	111
6.2	Angststörungen	115
7.	PINE-Erklärungsmodell der BMSA („Bifokale Multisensorische Aktivierung“, Bifocal Multi-Sensory Activation)	131
7.1	Die Vorgeschichte zu BMSA	131
7.2	Schlussfolgerungen aus Fallbeobachtungen, klinischer Erfahrung und Forschungsergebnissen aus den Neurowissenschaften	132
7.3	Wirkungen von BMSA und Erklärungsansätze	133
7.4	Das PINE-Modell der BMSA	134
7.5	Wirkung von BMSA auf sogenannte somatische Erkrankungen	157
7.6	Das hierarchische Modell des VNS nach S. Porges	158

7.7 Multifunktionalität der BMSA	158
7.8 Mechanismen der Löschung einer traumatischen Erinnerung mittels BMSA	159
7.9 Nicht-lineare Wirkmechanismen der BMSA	160
8. Klinische Studien	163
8.1 Veröffentlichte Studien	163
8.2 Binationale Studien	165
8.3 Stichproben aus zwei Ländern sowie Studienteilnehmerzahlen	171
8.4 Ergebnisse	178
8.5 Schlussfolgerungen und Reflexionen bezüglich PINE	188
9. Laborwerte	189
9.1 Signalübertragung	189
9.2 Signale aus dem ZNS	190
9.3 Neuronale Bildgebung	191
9.4 Die Rolle der Neurotransmitter	192
9.5 Neurochemische Synergie	193
10. BMSA-Anwendung als Werkzeug des Coachings	194
10.1 Die Rolle des Coach	194
10.2 Emotionale Balance in Unternehmen und im beruflichen Leben	194
10.3 Verbesserung sportlicher Leistung	195
11. Ausblick in die Zukunft	196
Anhang I	
Integrierte Therapieformen	199
Anhang II	
Die Techniken der Energetischen Psychologie (die klassischen Tapping-Systeme)	214
Anhang III	
ISE-Protokolle	253
Literatur	263

Maarten Aalberse

ARTm (Autonomic Rebalancing with Tongue Movements) – Bewegungen der Zunge und das „Social Engagement System“ nach Porges	283
---	------------

1. Geschichte der ARTm und theoretischer Hintergrund	283
1.1 Bilateral-wechselseitige Stimulierung	283
1.2 Die Verwendung der Zunge zur bilateral-wechselseitigen Stimulierung	285

1.3 Porges Polyvagaltheorie und das „Social Engagement System“ (SES)	286
1.4 Wirkungen von ARTm	293
1.5 Emotionen, emotionale Intelligenz und die Resensibilisierung des Gesichts	295
2. Praktische Anwendung von ARTm	299
Literatur	304

Maarten Aalberse

Ein roter Teppich für fluide Intelligenz: Angst-Desensibilisierung, Achtsamkeit, Präfrontalisierung	305
1. Arme Amygdala	305
2. Die zwei Wege von LeDoux: „high road“ und „low road“	307
3. Innehalten („klopfen“) und beobachten	310
4. Multisensorische Interventionen für die Achtsamkeit.....	310
5. Die Rolle des mittleren Präfrontalcortex	312
6. Stress und die Neurowissenschaften – oder: Die Unterdrückung unserer adaptiven Intelligenz.....	316
7. Den Zugang der flexiblen Intelligenz zu bewusster Wahrnehmung fördern	319
8. Intelligent-fürsorglichen Kontext für die multisensorischen Interventionen schaffen	320
9. Reflexion, Achtsamkeit und Neuroplastizität.....	345
10. Schlussfolgerungen	348
Literatur	349

Maarten Aalberse

Von Verzweiflung zu werteorientierter Aktivität: Bifokale Achtsamkeit (BFA) zur Behandlung von Depression	353
Einleitung	353
1. Zur Abklärung: Über was für eine Depression reden wir hier eigentlich?	354
2. Von kognitiver Therapie zur Verhaltensaktivierung	356
3. Bifokale Achtsamkeit zur Verhaltensaktivierung	358
4. Depression und alte Wunden	360

5. „Aktive Punkte“ identifizieren, während gleichzeitig Achtsamkeit zum Körper gefördert wird.....	362
6. Die Rolle der Berührung und der Atmung	363
7. „Tönen“	364
8. Das Wahrnehmen von Versuchen, die Depression zu bekämpfen ...	367
9. „Aber ich habe keine Lust dazu!“	368
10. Von der Verzweiflung über unbefriedigte Bedürfnisse hin zur Bereitwilligkeit, die eigenen Werte zu leben.....	370
11. Die Dunkelkammer lichtet sich	373
12. Revitalisierung guter Erinnerungen	374
13. Ein wenig dankbar zu sein, sich über ein Gefühl der Isoliertheit hinaus bewegt zu haben	375
14. Sich an werte- und bedürfnisorientierte Handlungen anerkennend erinnern	376
15. „Der Gedanke an den Selbstmord ist ein starkes Trostmittel“	377
16. Achtsamkeit und Selbstmordgedanken	378

Literatur

Maarten Aalberse

„Graceful Means“ – Wege der Anmut

Intentionsbewegungen, achtsame Klopfinterventionen und Beziehungsbewusstsein in einer „choreographischen“ Psychotherapie ... 383

Vorwort	383
1. Aus der Biographie abgeleitete „choreographische“ Intentionsbewegungen.....	383
2. Sensorische Bewegung, Achtsamkeit und Authentizität	388
3. Emotionale Überflutung und das Ausbalancieren der „Meridiane“	392
3.1 EMDR und die Meridian-Therapien	399
4. Erkunden und Entwickeln der eigenen heilenden Bewegungssequenzen.....	404
4.1 Zur Bewegung einladen – nicht auffordern!	405
4.2 Ein hilfreicher Beginn: Intentionsbewegungen der Selbstannahme.....	406
4.3 Spontane Bewegungen ermöglichen und spiegeln	407
4.4 Intentionsbewegungen im Gegensatz zu kontrollierten Bewegungen und Impulsen	407
4.5 Die eigene Sprache anpassen	409
4.6 Bewegungen und traumatische Erinnerungen.....	410

4.7 Von der Positur zur Bewegung	410
4.8 Durch Handbewegungen sein Inneres zeigen.....	411
4.9 Verwendung der Gegenübertragungsbewegung	412
4.10 Interpretierende sensorische Berührung	415
4.11 Ein stärker betonter direkter Ansatz	417
4.12 Bewegung und Eros	418
5. Fallbeschreibung mit Kommentaren	421
5.1 Einschub: Problematik der SUD-Skala	427
6. Abschließende Betrachtungen	442
7. Schamgebundene Probleme	445
Literatur	448

Richard Bradshaw, Audrey Cook, Marvin McDonald

Observed & Experiential Integration (OEI): Entdeckung und Entwicklung neuer Techniken in der Traumatherapie	451
--	------------

Einführung zur Entdeckung und Entwicklung verschiedener neuer Traumatherapie-Techniken: Observed & Experiential Integration (OEI)	452
1. Positionierung von OEI in der Literatur zur Psychotherapieintegration	453
1.1 Assimilative Integration	453
1.2 Technischer Eklektizismus	460
1.3 Gemeinsame Wirkfaktoren (Common Factors Approach)	463
1.4 Theoretische Integration	468
2. Beschreibungen der OEI-Techniken und beabsichtigte Anwendungen.....	480
2.1 Switching.....	481
2.2 Sweeping	489
2.3 Glitch-Massage.....	493
2.4 Glitch-Holding bei bilaterale Stimulierung	500
2.5 Die Anwendung von Freisetzungspunkten (Release Points).....	504
2.6 Zusammenfassung neurobiologischer Konzeptualisierungen	508
3. Besondere Anwendungen der OEI-Techniken	509
3.1 Paare	509
3.2 Kinder und Jugendliche	510
3.3 Familien.....	510
3.4 Essstörungen, Süchte und Leistungsthemen.....	511

3.5	Dissoziative Identitätsstörung DIS (Dissociative Identity Disorder, DID)	512
3.6	Körpertherapien und Neurotherapie	512
4.	Diagnostische Kriterien komplexer PTBS	513
4.1	Schwierigkeiten der Steuerung emotionaler Impulse.....	513
4.2	Veränderungen hinsichtlich Aufmerksamkeit und Bewusstsein	514
4.3	Negative Selbstwahrnehmung	514
4.4	Verzerrte Wahrnehmung von Missbrauchstätern.....	514
4.5	Schwierigkeiten der Beziehungnahme gegenüber Mitmenschen ...	515
4.6	Körperliche Symptome und/oder medizinische Probleme	515
4.7	Erschütterte Annahmen zur Sinnhaftigkeit	515
5.	Breitere Anwendungsbereiche der OEI-Techniken	516
6.	Fallbeispiele	517
6.1	Fallbeispiel Nr. 1	517
6.2	Fallbeispiel Nr. 2	525
	Literatur	526
	AutorInnen	539
	Ausführliches Inhaltsverzeichnis	543