



sinosomatics

Ostasiatische Heilkunde trifft Hypnotherapie

Florian Reißner

Anhand eines konkreten Fallbeispiels zur Endometriose skizziert Florian Reißner *sinosomatics*, einen besonderen Therapieansatz, der Hypnotherapie und Traditionelle Ostasiatische Heilkunde integriert. Er beschreibt in diesem Artikel die historischen Wurzeln dieser „Leibtherapie“, den konkreten Ablauf einer Behandlungssitzung, die Wichtigkeit eines Wohlfühlsettings, sowie Erkenntnisse der Neurowissenschaften, die zum Behandlungserfolg direkt beitragen können.

sinosomatics verbindet das Erfahrungswissen der ostasiatischen Heilkunde mit Elementen der modernen Hypnotherapie. Dabei ist es weder eine reine Psychotherapie noch ein rein somatischer Ansatz, sondern eine vollständig integrierte Kombination von beiden. Die Verbindung von altem und neuem Wissen führt zu einem intuitiven Verständnis der aus westlicher Sicht oft ungewohnten Krankheitskonzepte wie Schleim, Hitze oder Wind, denn in der Trance verwenden die Behandelten solche Begriffe ganz selbstverständlich zur Beschreibung ihrer inneren Zustände und Empfindungen. Diese Erkenntnis eröffnet zugleich einen Zugang zur reichen, bildhaften, aber größtenteils vorsprachlichen Welt der Emotionen bzw. des Unterbewusstseins.

„Ich habe mein Leid immer mit mir selbst ausgemacht.“ Mit diesem Satz beginnt eine junge Frau in meiner Praxis die Erzählung ihrer Kindheit. Ihre Mutter sei unnahbar gewesen und habe viel gearbeitet, sodass sie sich schon in sehr jungem Alter allein um ihre Geschwister habe kümmern

müssen. Ihr Stiefvater sei zwar häufig zu Hause gewesen, habe aber kaum Interesse an den Kindern gezeigt und bei Fragen stets genervt reagiert. „Wenn ich Schularbeiten gemacht habe und etwas nicht verstanden habe, dann habe ich lieber zwei Stunden versucht, das Problem selbst zu lösen, bevor ich ihn gefragt habe.“

Irgendwann kommen die Schmerzen und nach der heute leider immer noch häufigen Patientinnenkarriere wird nach einigen Jahren die Diagnose *Endometriose* gestellt. Es folgen mehrere Operationen, die letzte liegt bei Behandlungsbeginn erst ein Dreivierteljahr zurück. Medikamentöse Therapieversuche mit Dienogest und Hormonspirale sind wegen zu starker Nebenwirkungen abgebrochen worden. Ich übernehme die junge Frau von meiner Ausbilderin, Dr. Annemarie Schweizer-Arau, die sie über einen längeren Zeitraum behandelt und es dabei geschafft hat, die Endometriose zurückzudrängen. In der Zwischenzeit hat die Frau geheiratet und es besteht nun ein starker Kinderwunsch. Zu Behandlungsbeginn bei mir hat sie bereits mehrere erfolglose in-vitro-Fertilisationen hinter sich. Zudem leidet sie unter rezidivierenden Ovarialzysten, die teilweise so schmerzhaft sind, dass sie bei der Arbeit kollabiert. Der Bauch ist hart und durch die Operationen stark vernarbt. An der Atmung

scheint er gar nicht beteiligt zu sein. Zunge und Puls deuten auf *Yin*-Mangel, Feuchtigkeit und eine durch Kälte überforderte Mitte hin. Auch der Herzfunktionsreis ist belastet, wie die rote Zungenspitze verrät.

sinosomatics – Eine Leibtherapie

Der therapeutische Ansatz, den ich hier vorstellen möchte und der den Namen *sinosomatics* trägt, basiert auf der Verbindung von moderner Hypnotherapie mit Elementen der traditionellen ostasiatischen Heilkunde. So steht die Vorsilbe *sino* für die Einflüsse der Therapie aus der Sinosphäre, also dem ostasiatischen Kulturkreis. Zu diesen gehören neben der körperlichen Stimulation durch Akupunktur, Moxa oder Schröpfen auch die Anwendung traditioneller Diagnosen und Krankheitskonzepte. *somatics* dagegen ist der Oberbegriff für therapeutische Ansätze, die die innere Wahrnehmung des Menschen betonen. Der Begriff *Soma* meint dabei weniger den äußerlich sichtbaren und messbaren Körper, sondern vielmehr unseren Leib, wie wir ihn von innen heraus wahrnehmen. Dieser gespürte Leib spielt in der gesamten ostasiatischen Heilkunde eine zentrale Rolle, wie die Sinologin Gudula Linck in ihren Büchern betont. Sie spricht in diesem Zusammenhang vom

chinesischen Phänomen des Vorranges des Leibes, ohne den tast- und sichtbaren Körper zu unterschlagen.¹ Laut ihr stehen in chinesischen Texten manchmal der tast- und sichtbare Körper im Vordergrund, dann wiederum der gespürte Leib. Dies erklärt aus meiner Erfahrung viele Missverständnisse der westlichen Medizin und Wissenschaft etwa beim Versuch, die leiblich gespürten Strukturen wie Leitbahnen oder *Dantiens* fest im physischen Körper verorten bzw. mit anatomischen Strukturen gleichsetzen zu wollen. Ähnliches gilt laut dem Philosophen Hermann Schmitz für die *psychosomatisch* genannten Krankheiten. Laut Schmitz hat ein großer Teil von ihnen seinen Sitz weder im Körper noch in der Seele, sondern im gespürten Leib, und strahlt von dort auf den Körper aus.²

Dr. Schweizer-Arau hat ihre Art der Leibtherapie, die sie ursprünglich SART (systemische Autoregulationstherapie) nannte, über 30 Jahre in ihrer eigenen Praxis für psychosomatische Medizin entwickelt und verfeinert. Ab den 2010er Jahren konnte in mehreren Studien zuerst die Wirksamkeit der Therapie für die Indikationen Endometriose bedingte Schmerzen und unerfüllter Kinderwunsch bewiesen werden.^{3,4} Später gelang es, mittels funktioneller Hirnbildgebung auch Teile des Wirkmechanismus zu entschlüsseln.⁵ All dies geschah in enger Zusammenarbeit von Dr. Schweizer-Arau mit der Placebo-Forscherin Prof. Dr. Karin Meissner und mir. Die intensive Zusammenarbeit führte darüber hinaus zu einer methodischen Verfeinerung, Systematisierung und neurowissenschaftlichen Fundierung der Therapie. Das Ergebnis heißt seit 2020 *sinosomatics*.

Der Ablauf einer typischen Sitzung

Eine Sitzung von *sinosomatics* dauert in der Regel 45 bis 60 Minuten und

orientiert sich damit eher an einer klassischen Psychotherapiestunde als an einer Akupunkturbehandlung. Zu Beginn erhebt der Behandelnde wie gewohnt die Anamnese, wobei idealerweise auch die Lebensgeschichte und aktuelle Situation der behandelten Person beleuchtet werden sollte. Von besonderer Bedeutung sind dabei das familiäre Umfeld (Verhältnis zu Eltern und Geschwistern), die aktuelle Partnerschaft, sowie Lebensereignisse, über die die Person schwer oder gar nicht hinweggekommen ist.

Nach der Anamnese beginnt die eigentliche Behandlung, die im Liegen erfolgen sollte. Zuvor werden störender Schmuck und beengende Kleidung abgelegt und die zu behandelnde Person in eine Decke eingewickelt. Dabei ist besonders darauf zu achten, dass ein angenehmes Temperaturempfinden am ganzen Körper erreicht wird.

Liegt die Person bequem, erfolgt zunächst die Inspektion der Zunge und die Tastung der Pulse. Danach beginnt die eigentliche Behandlung mit dem sogenannten Klären der Mitte. Gemeint ist damit eine modifizierte Version der palpationsbasierten Bauchdeckendiagnostik nach japanischer Art, wie sie vor allem Kiiko Matsumoto, Stephen Birch und David Euler in Europa bekannt gemacht haben.^{6,7} Bei *sinosomatics* werden die klassischen Bauchdeckenzonen durch einige weitere an Schultern, Armen und Beinen ergänzt (siehe Abbildung 1). Jeder Zone sind nach einem festen Schema Akupunkturpunkte am Körper und Ohr zugeordnet, die der Reihe nach genadelt bzw. gemoxt werden. Ziel ist es, alle bei der Palpation durch Druckschmerz aufgefallenen Zonen mittels Akupunktur oder Moxa zu entlasten und damit den Körper in einen Zustand des Wohlbefindens zu versetzen. Letzterer ist, wie wir noch sehen werden, in der Behandlung psychisch be-

lastender Inhalte von erheblicher Bedeutung.

Bei der jungen Frau mit Endometriose und Kinderwunsch sind es vor allem Punkte in der Mittellinie, die sich druckschmerzhaft zeigen: Ren 4 (*Guanyuan*) und 6 (*Qihai*), die beide durch Bewegung der Beine und das Auflegen eines warmen Steines gelöst werden, Ni 16 (*Huangshu*), der sich bei Akupunktur an Ni 6 (*Zhaohai*) ein wenig und erst bei einer zweiten Nadel an Ni 27 (*Shufu*) vollständig löst, und zuletzt Ma 26 (*Wailing*)/Ma 27 (*Daju*) auf der linken Seite. Hier muss ich nach Ma 41 (*Jiexi*) und Ma 36 (*Zusanli*) mit Di 11 (*Quchi*) sogar einen dritten Punkt stechen, bevor die Palpation mit den Fingern keinen Schmerz mehr auslöst. Der Bauch ist nun insgesamt weicher und hebt sich sichtbar mit jeder Einatmung. Die Behandelte gibt auf Nachfrage an, dass sie den Atem nun weiter nach unten fließen spüre.

Eine Besonderheit der palpationsbasierten Behandlung gegenüber der chinesischen Körperakupunktur ist der fließende Wechsel zwischen diagnostischer Palpation, therapeutischer Akupunktur und erneuter Palpation. Dabei erleben die Behandelten schon zu Beginn der Therapie am eigenen Körper, wie Symptome in kürzester Zeit und mit minimalem Aufwand deutlich gebessert werden oder sogar komplett verschwinden. Die Bedeutung dieser Erfahrung für den Heilungsprozess ist nicht zu unterschätzen und gehört zum therapeutischen Gesamtkonzept von *sinosomatics*. Denn insbesondere chronisch kranke Personen stecken häufig in einem Set negativer Erwartungen fest, was eine grundlegende Verbesserung der Symptome erschwert oder sie sogar komplett verhindern kann. Der Trick, der es ermöglicht, diese festgefahrene Erwartungshaltung aufzubrechen, besteht darin, die Behandelten über das eigene Erleben einer schnellen Ver-

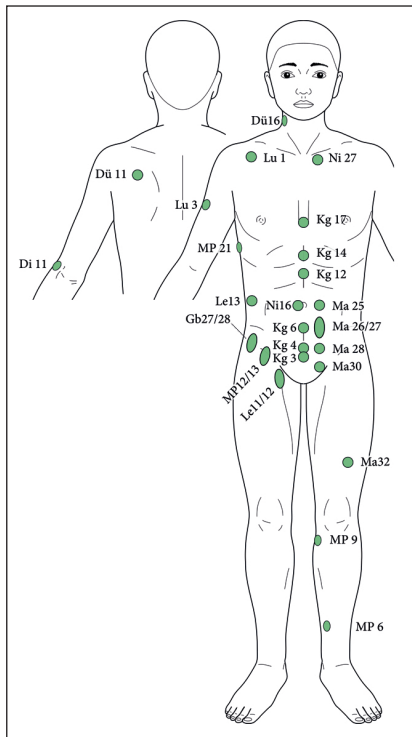


Abb. 1 Beim Klären der Mitte werden die hier gezeigten Punkte auf Druckschmerz palpirt und bei positivem Befund über periphere Akupunkturpunkte, Ohrakupunktur oder lokale Wärme entlastet. Alle Punkte sind auf beiden Körperseiten zu palpieren.

besserung in einen Zustand der Überraschung zu bringen. Hierbei kommt es nicht selten zu Ausdrücken des Erstaunens oder der Ungläubigkeit, wie „Das kann doch nicht sein!“, „Sie drücken weniger stark als vorher.“, oder auch „Ich muss zugeben, dass es jetzt besser ist.“ Um die Bedeutung ebendieser Überraschung für den Therapieerfolg zu verstehen, hilft ein Exkurs in die Neurowissenschaften.

Das prädiktive Gehirn

Einer der wichtigsten Fortschritte der letzten Jahrzehnte in den Neurowissenschaften war die Theorie des prädiktiven Gehirns (siehe Abbildung 2). Sie bricht mit der früheren Lehrmeinung eines Gehirns bzw. Nervensystems, das äußere Reize nur passiv empfängt und zu Sinneseindrücken verarbeitet. Nach dem neuen Ver-

ständnis können wir das Gehirn als eine Art Vorhersagemaschine betrachten. So beginnt beispielsweise der Prozess der Wahrnehmung mit einer Vorhersage des Gehirns (engl. „prediction“) über das wahrzunehmende Objekt, von dem zu diesem Zeitpunkt nur sehr wenige Sinnesinformationen vorliegen.

Das Objekt wird vom Gehirn simuliert und diese Simulation dann mit den tatsächlich empfangenen Sinnes-signalen abgeglichen. Unser Gehirn versucht also, die wahrscheinlichste Ursache für die von den Sinnen wahrgenommenen Signale zu erraten. Betrachten wir also beispielsweise einen Baum, so liegt am Anfang nur ein schemenhafter visueller Eindruck vor. Unser Gehirn simuliert zunächst das typische Bild eines Baumes basierend auf unseren Erfahrungen, Konzepten und dem Kontext der Situation. Dieses Bild wird dann mit den vom Auge empfangenen Signalen und eventuell weiteren (z. B. akustischen oder olfaktorischen) Sinnesreizen so lange verbessert, bis beide gut genug übereinstimmen. Erst dann wird das Ergebnis zu der bewussten Erfahrung „Ich sehe einen Baum“. Stimmen Prädiktion und das sensorische Feedback hingegen nicht überein, so sprechen wir von einem Vorhersagefehler (engl. „prediction error“). In diesem Fall wird das simulierte Bild vom Gehirn korrigiert und der Kreis der Vorhersage (engl. „prediction loop“) beginnt von vorn. Der Moment, in dem ein prediction error zu einem neuen oder verbesserten Bild führt, ist der Moment, in dem wir etwas lernen.

Das gezielte Auslösen einer positiven Überraschung über den verschwundenen Druckschmerz, das zu einem prediction error führt, ist also gut mit neurowissenschaftlichen Erkenntnissen vereinbar. Das Gehirn der behandelten Person wird hierdurch in die Lage versetzt, einen neuen Zustand des Wohlfühls zu erlernen und da-

mit den Kreislauf von negativer Prädiktion und körperlichen Beschwerden zu durchbrechen.

Aber Prädiktionen sind auch in den anderen Domänen unserer Kognition am Werk. So können nach neuesten Erkenntnissen auch unsere Gefühle als das Resultat von Prädiktionen verstanden werden. Sie machen nämlich Vorhersagen über die möglichen Ursachen interozeptiver Signale⁸, also solcher, die wir aus unserem Körperinneren wahrnehmen. Wie sehr auch hier unsere Erwartung die Prädiktion beeinflussen kann, zeigt ein berühmtes Experiment von Schachter und Singer aus dem Jahr 1962.⁹ Sie verabreichten Versuchspersonen Adrenalin oder ein Placebo mit der Angabe, es handle sich um eine Vitamininjektion und ließen sie danach von einem Schauspieler entweder in eine euphorische oder wütende Stimmung bringen. In beiden Fällen zeigten die Versuchspersonen, die Adrenalin erhalten hatten, stärkere Emotionen als diejenigen mit Placeboinjektion. Weiterhin interpretierten die Versuchspersonen in der ersten Gruppe ihre körperlichen Reaktion auf das Adrenalin (Palpitationen, Zittern, Rotwerden) als Ausdruck ihrer Euphorie, während diejenigen in der zweiten Gruppe dieselben Reaktionen als Zeichen ihrer Wut deuteten.

Die Bedeutung von Wohlfühl und Geborgenheit

Bei sinosomatics versuchen wir, durch bequeme Lagerung, angenehmes Temperaturempfinden und eine offene, nicht direktive Sprache bei den Behandelten körperlichen Signale von der Art zu erzeugen, die unser prädiktives Gehirn als Wohlfühl, Sicherheit und Geborgenheit interpretiert. Letzteres unterstützen wir durch eine gezielte Arbeit an eventuell vorhandenen negativen Erwartungen. Von besonderer Bedeutung ist dabei auch die

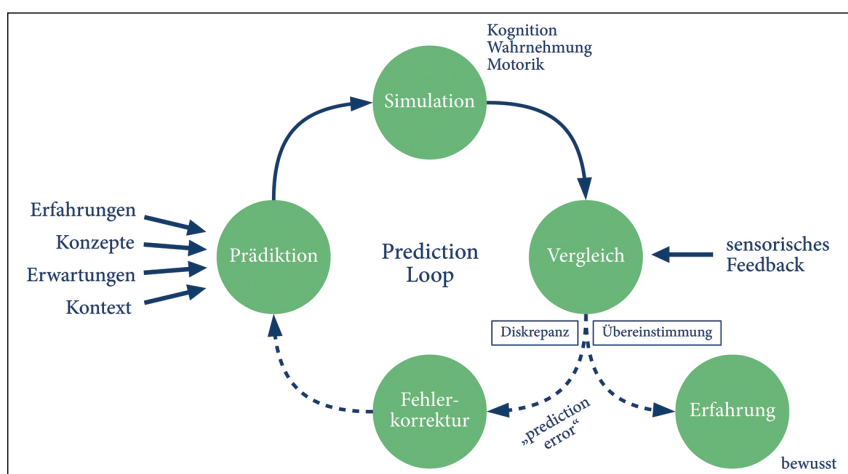


Abb. 2 Das neurowissenschaftliche Modell des prädiktiven Gehirns.

Erkenntnis, dass ein unvorsichtiger Umgang mit Nadeln, bei dem nicht auf körperliche Reaktionen der behandelten Person geachtet wird, den Therapieerfolg leicht gefährden oder sogar eine Verschlechterung herbeiführen kann. Haben wir beispielsweise eine Person vor uns, die aus dem Glaubenssatz lebt, dass man sich zusammenreißen und alles aushalten müsse, so werden wir vielleicht gar nicht bemerken, wenn sie die Akupunktur eigentlich als unangenehme Grenzüberschreitung empfindet. Bei genauer Betrachtung während der Nadelung, hätten wir jedoch körperliche Reaktionen wie Zusammenzucken, Anspannen der Muskulatur, Fäustballen oder Luftanhalten beobachten können. Zeigt die behandelte Person derartige Reaktionen, so sollte die Akupunktur auf keinen Fall fortgesetzt werden. Zu schnell wird dadurch ein altes Muster verstärkt, welches häufig selbst zu den gesundheitlichen Problemen der Person beigetragen hat. Stattdessen sollten wir die behandelte Person bitten, sich zu schütteln und willentlich die der ursprünglichen Reaktion entgegengesetzte Bewegung auszuführen. Hat die Person also in Erwartung des Nadelstichs Brust, Becken oder Kopf eingezogen, so bitten wir sie, den Brustkorb gezielt zu öff-

nen, das Becken zu heben oder den Hals zu strecken. Auch die Aufforderung, sich beim Einstechen der Nadel durch Boxen oder Ellenbogeneinsatz körperlich zu wehren, kann helfen, diese Person aus einem passiven „Ich muss alles aushalten“-Muster heraus in ein aktives Coping mit dem Schmerz bzw. der Angst zu bringen.

Nach innen spüren

Wenn die Mitte erfolgreich geklärt ist, d. h. der Druckschmerz an allen zu testenden Zonen beseitigt oder deutlich gebessert wurde, beginnt die nächste Phase der Behandlung. Hierzu bitten wir die behandelte Person im sogenannten Nach-innen-spüren, ihre Aufmerksamkeit auf ihren Leib zu richten und die eigenen leiblichen Empfindungen zu beschreiben. Gegebenenfalls kann der Fokus auch gezielt auf bestimmte Empfindungen gelenkt werden. Dabei nutzen wir den Leib als Vermittler zwischen Seele und Körper. In dieser Phase kommt es nicht selten zu spontanen Gefühlen, wie Anspannung, Druckgefühl, Beklemmung oder Übelkeit, die wir bei sinosomatics nach einem festen Schema entweder durch verschiedene Arten der therapeutischen Stimulation oder durch gezielte Abwehrbewegungen

der behandelten Person auflösen. Dabei passiert es häufig, dass sobald ein Symptom verschwunden ist, ein anderes an seine Stelle tritt. Oder wie es eine andere Frau nach der Behandlung einmal beschrieb: „Ich bin immer wieder beeindruckt, wie man die Schmerzen durch den Körper schicken kann.“

Hier besteht eine interessante Parallele zur modernen Körperpsychotherapie. Einer ihrer Begründer, Wilhelm Reich, ein Schüler Sigmund Freuds, hat für die Zonen, die wir beim Klären der Mitte zu lösen versuchen, den Begriff des Körperpanzers geprägt. Dieser fasst muskuläre Verspannung zusammen, die der Mensch als Abwehr zur Bewältigung psychischer Verletzungen aufgebaut hat. Nach Reichs Vorstellungen war ein wichtiges Therapieziel, diesen Panzer, der sich in der Therapie immer wieder als Widerstand manifestiert, zu durchbrechen. Andere körperpsychotherapeutisch arbeitenden Personen, wie etwa Alexander Lowen, David Boadella oder Gerda Boyesen, haben die Vorstellungen von einem muskulären Panzer auf die Faszien und weitere Körperschichten ausgedehnt. Auch sie verfolgten jedoch den Ansatz, Verhärtungen körperlich zu bearbeiten, entweder durch starken Druck auf die verspannten Muskeln (Reich), Bewegungsübungen und Massagen der betroffenen Zonen (Boadella) oder eine spezielle Massage des Abdomens (Boyesen). In der palpationsbasierten Akupunktur geschieht letztendlich dasselbe, nur eben mithilfe von Akupunkturadeln.

Auch wenn der theoretische Hintergrund von ostasiatischem und europäischem Ansatz zunächst sehr unterschiedlich erscheint, so berichtet auch Wilhelm Reich vom spontanen Auftreten körperlicher Symptome oder Empfindungen nach dem Lösen der muskulären Verhärtungen. Er schreibt 1942:¹⁰



„Die Auflockerung der starren muskulären Haltung ergab bei den Kranken merkwürdige Körperempfindungen: unwillkürliches Zittern, Zucken der Muskulatur, Kälte und Wärmeempfindungen, Jucken, Ameisenlaufen, Prickeln, Gruseln und körperliche Wahrnehmungen von Angst, Wut und Lust. [...] Ich faßte alle körperlichen Erscheinungen, die im Gegensatz zur starren muskulären Panzerung sich durch Bewegung kennzeichnen, als ‚vegetative Strömungen‘ zusammen.“

Das, was Reich hier vegetative Strömungen nennt, wird in der Traditionellen Ostasiatischen Medizin klassischerweise als Qi-Fluss interpretiert. Auch Reich selbst entwickelte in späteren Jahren ein rein energetisches Verständnis dieser Vorgänge, welches in seinem Fall jedoch so weit von der anerkannten Lehrmeinung entfernt war, dass es ihn in die persönliche Isolation und am Ende sogar ins Gefängnis brachte, wo er 1957 starb.¹¹

Therapeutische Empfindungen

Tatsächlich treten Empfindungen, wie Kribbeln, Wärme, Schwere, Taubheit, Druck oder Strömen, in nahezu allen körperorientierten Therapien auf. Ich bezeichne das Phänomen in meiner wissenschaftlichen Arbeit als therapeutische Empfindungen und definiere es als komplexe Leibesempfindungen, die im Kontext von Mind-Body-Therapien und -Übungen auftreten und von der behandelten Person, der behandelnden Person oder von beiden erlebt werden.¹² Beispiele für andere Therapien, in denen es zu therapeutischen Empfindungen kommt, sind Akupunktur, Moxibustion, Aurikulotherapie, klassische Massage, Osteopathie, somatische Körperarbeit, innere Kampfkünste, Hypnotherapie, Geistheilung und verschiedenen Arten der Meditation, be-

wussten Aufmerksamkeitslenkung und Placebostimulation.

Bei sinusomatics kommt es vermutlich aufgrund der Kombination aus dem Klären der Mitte und dem anschließenden Spüren nach innen zu ungewöhnlich starken und ausgeprägten therapeutischen Empfindungen, wie Dr. Schweizer-Arau und ich bereits 2018 an einem großen Datensatz von digitalen Empfindungszeichnungen zeigen konnten (siehe Abbildung 3). Viele Behandelte nehmen diese Empfindungen dabei als integralen Teil der Therapie wahr.¹³

Die Arbeit an belastenden Themen

Beim Spüren nach innen können die Behandelten in direkter Rückkopplung mit ihren Leibesempfindungen an akuten oder länger zurückliegenden belastenden Erlebnissen arbeiten. So werden ihnen die eigenen leiblichen Reaktionen auf Erlebnisse bewusst, ohne dass diese mit Worten beschrieben werden müssen.

Gleichzeitig ermöglichen die Qualität und Lokalisation der Empfindungen eine Interpretation aus traditionell ostasiatischer Sicht und einen entsprechenden Ansatz zur unterstützenden Behandlung. Auch die bildhafte Sprache, welche die Behandelten in der Trance verwenden, hilft oft beim Auffinden der korrekten Diagnose.

Bei der jungen Frau mit Endometriose und Kinderwunsch ist es zunächst die Vorstellung des neu geborenen eigenen Kindes, die in ihr Unwohlsein auslöst. Sie spürt in dieser Phase echte körperliche Angst, nicht alles richtig zu machen. Ihr Ehemann ist bei den Sitzungen dabei und hält ihre Hand oder Schulter. In der nächsten Stunde tritt an die Stelle der Angst die Sorge, mit dem Kind könne nach der Geburt etwas nicht in Ordnung sein. Auch sie äußert sich in Form leiblichen Unwohlseins, als wir in Gedanken die

Geburt durchspielen. Gezieltes Nachfragen ergibt, dass sich diese Sorge aus der realen Erfahrung eines plötzlichen Kindstodes im nahen Verwandtenkreis speist. Die unangenehmen Leibesempfindungen, die durch diese Sorgen und Ängste ausgelöst werden, sind in beiden Fällen von kurzer Dauer und reagieren gut auf die Behandlung mit lokaler Wärme und Ohrakupunktur. Ein häufiges Thema dieser Sitzungen ist auch das starke Autonomiebedürfnis der Frau und damit verbunden ihre große Schwierigkeit, Hilfe von anderen anzunehmen. Selbst wenn ihr nahestehende Personen ihre Hilfe anbieten, bekommt sie Schuldgefühle. Da auch hier die Bearbeitung auf der leiblichen Ebene oft neue Lösungsimpulse bringt, lasse ich sie das Schuldgefühl symbolisch in die eine und den Wunsch nach Hilfe in die andere Hand legen. Die Seite mit dem Schuldgefühl wird sofort als „zehn Mal schwerer“ und „wie aus Eisen“ wahrgenommen. Aufgrund des eindeutigen Hinweises auf die Wandlungsphase Metall behandle ich über die Lungenleitbahn, bis sich die Arme wieder gleich anfühlen. Nun stellt sich ein Ziehen in der Leistengegend ein, welches wiederum gut über Nieren-Punkte gelöst werden kann.

Danach ist eine deutliche Veränderung festzustellen und es stellt sich immer häufiger ein Wohlgefühl ein. Wir arbeiten uns nun Schritt für Schritt zum Kern des Problems vor, das bei der jungen Frau wie so oft bei unerfülltem Kinderwunsch in einer problematischen Beziehung zu den eigenen Eltern liegt. Eines Tages bitte ich sie, sich ihre Mutter vorzustellen. Als diese ihr in Gedanken sagt „Ich liebe dich“, hat die Behandelte das Gefühl, dass sich ihr Geist von ihrem Körper trennt. Schnell bitte ich ihren Mann, die Füße seiner Frau zu halten und lege ihr warme Steine in die Hände. Dann setze ich mit einem Derma-roller starke Reize an ihren Armen

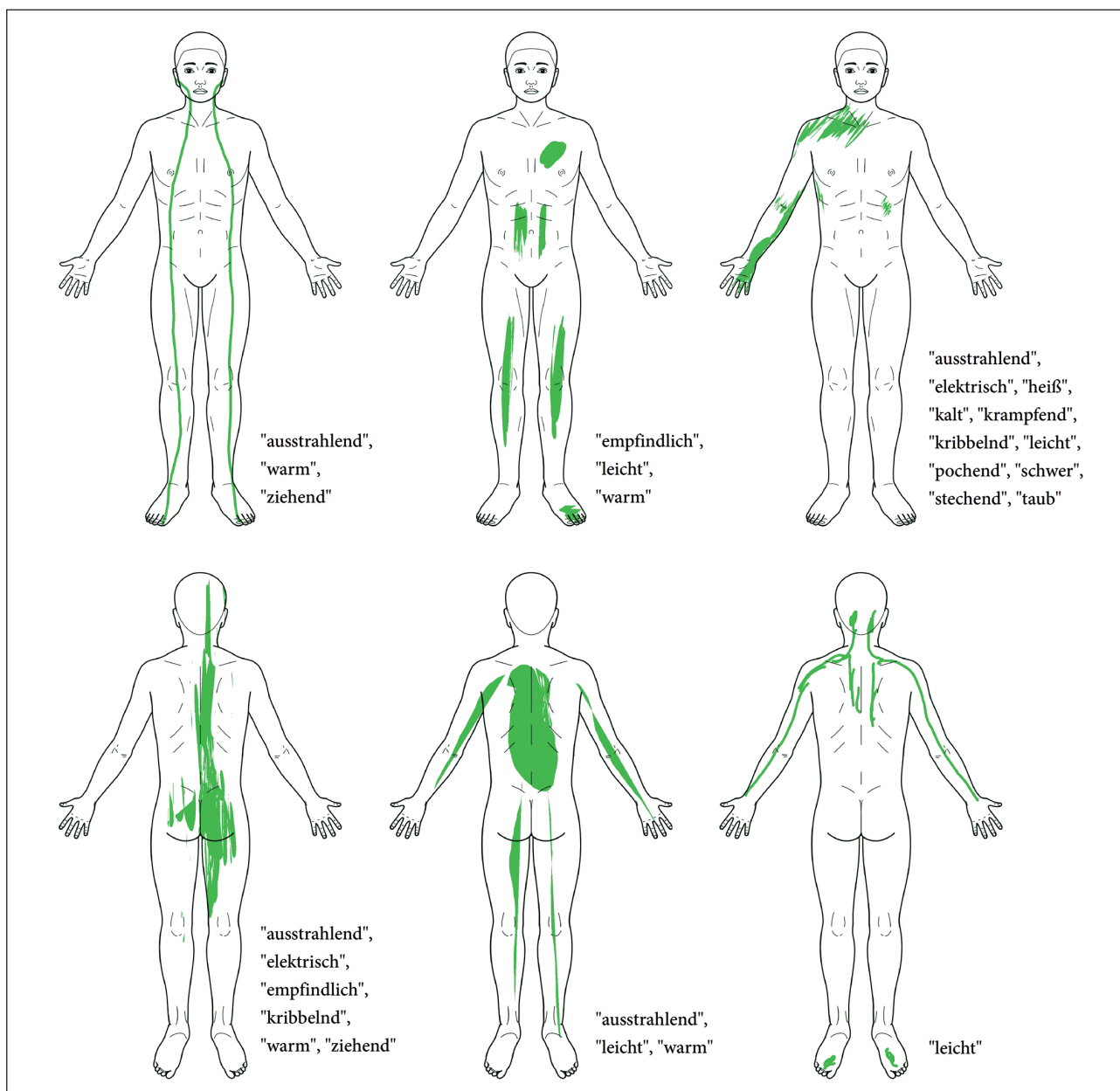


Abb. 3 Therapeutische Empfindung von sechs mit sinosomatics behandelten Personen. Die digitalen Zeichnungen wurden von den Personen selbst direkt nach der Therapiestunde auf einem Tablet-PC angefertigt, die Begriffe aus einer Liste vorgegebener Begriffe ausgewählt.

und Beinen. Der leichte dissoziative Zustand endet bald. Nun stellt sich eine starke Anspannung im Unterleib ein, ähnlich der Schmerzen, die sie sonst während der Periode verspürt. Zur Bearbeitung des unangenehmen Bildes ihrer Mutter stimulierte ich mit dem Dermaroller Akupunkturpunk-

ten auf der Stirn und rund um die Augen, woraufhin das Bild verblasst. Dann machen wir uns in einer hypnotherapeutischen Intervention eine Besonderheit des Trance-Zustandes zunutze, die es erlaubt, Vergangenes gleichzeitig aus der Sicht des Kindes und des heutigen Erwachsenen zu be-

trachten. So kann die Behandelte in der wieder erlebten und als belastend empfundenen Situation ihr heutiges Ich zur Hilfe holen und endlich sowohl ihrer Mutter als auch ihrem Stiefvater sagen, was sie ihnen schon damals hätte sagen sollen, aber aufgrund ihres kindlichen Alters nicht



ausprechen konnte. Hier fließen noch einmal viele Tränen, aber es sind Tränen der Erleichterung.

Später erfahre ich, dass die junge Frau nach der Sitzung tatsächlich mit ihrer Mutter über dieses Erlebnis gesprochen hat. Der Stiefvater von damals ist schon lange nicht mehr Teil der Familie. Wenige Tage später hat sie eine erfolgreiche IVF ohne Hormongabe und wird zum ersten Mal in ihrem Leben schwanger.

Apl. Prof. Dr. phil. nat.
Florian Beißner,
Dipl.-Phys., Postgrad.
TCM (Univ. Porto),
Heilpraktiker.



Professor für systemische Neurowissenschaften an der Medizinischen Hochschule Hannover und Leiter des Insula-Instituts für integrative Therapieforschung, einer privaten gemeinnützigen Organisation, die Wissenschaft, Forschung und Lehre im Bereich der integrativen Heilkunde fördert. Autor von über 50


wissenschaftlichen Originalarbeiten und Reviews, für die er mehrfach ausgezeichnet wurde. Nationale und internationale Vortragstätigkeit. Inhaber der *akademie für sinosomatics*, wo er zusammen mit Dr. Annemarie Schweizer-Arau regelmäßige Fortbildungen in dieser Therapie anbietet. www.insula-institut.org, www.sinosomatics.de, www.florian-beissner.de

Quellen

- 1 Linck, G (2013). Ruhe in der Bewegung: chinesische Philosophie und Bewegungskunst. Alber. S. 36.
- 2 Schmitz, H (1989). Leib und Gefühl. Paderborn: Junfermann. S. 16.
- 3 Meissner K, Schweizer-Arau A, Limmer A, Preibisch C, Popovici R, Lange I, de Oriol B, Beissner F. Psychotherapy With Somatosensory Stimulation for Endometriosis-Associated Pain – A Randomized Controlled Trial. *Obstet Gynecol.* 2016;128(5):1134-1142.
- 4 Schweizer-Arau A, Böhling B, Kron M (2007). Auswirkung einer systemischen Autoregulationstherapie (SART) auf die Schwangerschaftsraten bei einer anschließenden IVF/ICSI-Behandlung. *Geburtshilfe und Frauenheilkunde*, 67(06), 633-638.
- 5 Beissner F, Preibisch C, Schweizer-Arau A, Popovici RM, Meissner K. Psychotherapy With Somatosensory Stimulation for Endometriosis-Associated Pain: The Role of the

- Anterior Hippocampus. *Biol Psychiatry.* 2018; 84:734-42.
- 6 Matsumoto K, Birch S (1988) - Hara Diagnosis: Reflections on the Sea, Paradigm Publications.
- 7 Matsumoto K, Euler D (2002) - Kiiko Matsumoto's Clinical Strategies, In the Spirit of Master Nagano, Vol. 1+2, Kiiko Matsumoto International.
- 8 Seth A (2013) - Interoceptive inference, emotion, and the embodied self, *Trends in cognitive sciences*, 17(11), 565-573.
- 9 Schachter S, Singer JE (1962) - Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological review*, 69(5), 379-399.
- 10 Reich W (1942, 1987) - Die Funktion des Orgasmus. Sexualökonomische Grundprobleme der biologischen Energie, Die Entdeckung des Orgons, Bd. I, Köln: Kiepenheuer & Witsch, S. 204.
- 11 Beissner (2021) - Über die Beziehung von therapeutischen Empfindungen und Lebensenergie-Konzepten – von Huang Di zu Wilhelm Reich, *Chinesische Medizin*, 36, 55–63.
- 12 Beissner (2020) - Therapeutic Sensations: A New Unifying Concept. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020, Article ID 7630190. <https://doi.org/10.1155/2020/7630190>
- 13 Beissner F, Neubert TA, Schweizer-Arau A (2018) - Therapeutic sensations in a TCM-based psychotherapy with acupoint stimulation—quantitative and qualitative aspects [Version 1; nicht peer-reviewed], F1000Research, 7:1928. <https://doi.org/10.7490/f1000research.1116351.1>

– Anzeigen –




Energetisch-leitfähige **KÖRPER-UND MASSAGECREME** www.enercetica.ch

- ◆ Narbenentstörung + Narbenpflege
- ◆ geeignet für div. Massagen
- ◆ Stauungen ableiten + Energiefluss fördern

LEITET


Verkaufsstelle Deutschland: 07959-1442
Enercetica GmbH 056 664 76 06



Chinesische Medizin in Perfektion

TCM-Therapeut/in

Für unsere Zentren suchen wir erfahrene TCM-Therapeutinnen und TCM-Therapeuten mit fundierter Ausbildung in Zungen- und Pulsdiagnostik, Akupunktur, Tuina-Massage, Schröpfen und chinesischer Phytotherapie.

Voraussetzungen sind ein TCM-Studium, HFP Diplom oder gleichwertige Ausbildung, mehrjährige klinische Berufserfahrung in TCM. Es erwartet Sie eine anspruchsvolle und vielseitige Tätigkeit sowie ein reger Austausch innerhalb unseres internationalen Therapeutenteams.

Wir freuen uns über Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen inkl. Foto per E-Mail an: administration@tongtu.ch

seit über
17 Jahren mit
19 Standorten
in der Schweiz

TongTu by TCMswiss
Wallisellerstrasse 114
8152 Opfikon
044 861 18 18
www.tongtu.ch