

„Berührungen Im Licht“

Therapieeinheit zur Behandlung von Menschen in veränderten Bewußtseinszuständen,
nach schwerem Trauma - zusammen mit Angehörigen



Eine Initiative des Vereins Patienten Im Wachkoma e.V., Bergneustadt und
Hp. Peter Berger, Köln

Überblick

Diese 14 - tägige Therapieeinheit ist geeignet für Menschen mit Störungen des zentralen Nervensystems, die in der Regel auf Pflege oder Betreuung angewiesen sind. Im Normalfall werden die Betroffenen von einem oder mehreren Angehörigen mit oder ohne Pflegekraft begleitet. "Berührungen Im Licht" ermöglicht zusätzlich den Angehörigen kompetente Unterstützung in Form von Körpertherapie, Gruppentherapie sowie fachlicher Beratung in medizinischen und pflegerischen Belangen.

Die Kooperation mit dem Landhaus Fernblick in Winterberg bietet die geeigneten Bedingungen, um in wunderbarer Landschaft und entspannter Atmosphäre ein Therapieprogramm anzubieten, welches genug Zeit für Erholung und Urlaubsgefühl zulässt.

Organisator der Therapieeinheit ist der gemeinnützige Verein Patienten Im Wachkoma e.V., kurz: PIW e.V. Dieser Verein mit Sitz in Bergneustadt/NRW existiert seit 1995 mit eigener Beratungsstelle, einer Einrichtung für Betreutes Wohnen, und einem ambulanten Pflegedienst. Der PIW e.V ist Ansprechpartner für Patienten und Angehörige von der ersten Stunde an.

Therapieleiter der Veranstaltung ist Peter Berger, Heilpraktiker und Osteopath aus Köln. Da er selbst nach einem schweren Unfall im Koma lag, hat er zusammen mit dem armenischen Arzt Hrachya Shaljyan diese Therapieeinheit für Menschen „aus der Zwischenwelt“ ins Leben gerufen. Seit 2001 finden jährlich 2 bis 3 Therapieeinheiten statt.

Ansatz

Die Therapiesitzungen für die Betroffenen finden in der Regel im körperwarmen Wasser statt. Falls noch ein Tracheostoma besteht, sollte dieses zugeklebt werden können. Das warme Wasser wirkt sehr entspannend auf Spastiken und Verkrampfungen. Die Therapeuten halten den Betroffenen so, dass er/sie vielfältige Bewegungen ausführen kann, wie dies an Land nicht funktionieren würde. Wichtig für alle traumatisierten Klienten ist der ressourcenorientierte Therapieansatz. Das einfühlbare Getragensein im warmen Wasser ist eine äußerst starke Ressource und bietet den Einstieg in körpereigene Heilungsprozesse. Verstärkt wird dieser Effekt durch die kombinierte Licht- und Klangtherapie (Rhythmovogue Plus®) über und unter Wasser.

Ein weiterer tragender Ansatz für diese Therapie lautet Akzeptanz. Erst wenn der Mensch sich in seinem So-sein angenommen fühlt, kann er sich auf einen tieferen Heilungsprozess einlassen. Dieser Prozess wird durch verschiedene körper- und traumatherapeutische Verfahren (s.u.) begleitet und führt zu einem besseren Zusammenwirken aller Körpersysteme, auch Kohärenz genannt. Die

Fähigkeit des Organismus' sich selbst zu regulieren (Resilienz), wird gefördert. Hierbei wird traumatisches Erleben verarbeitet und Traumafolgen wie Erstarrung und Übererregung im Autonomen Nervensystem gemindert. So werden viele Symptome und Beschwerden deutlich verbessert, ein umfassendes Wohlfühl wird möglich.

Oft stehen auch die Angehörigen unter einer grossen Belastung. Sie müssen trotz einer umfassenden Änderung der Lebensumstände weiter „funktionieren“ und viele unterschiedliche und völlig neue Aufgaben meistern. Deswegen wird auch den Angehörigen eine qualifizierte Unterstützung angeboten, um zu entspannen, Kraft und Ruhe zu tanken, Beschwerden zu lindern und eventuell neue Standpunkte kennen zu lernen.

Familie und Gemeinschaft in ihrer positiven Form sind in Krisenzeiten besonders wichtig. Der PIW e.V. möchte mit der Therapieeinheit "Berührungen Im Licht" die Möglichkeit bieten, sich von einer starken Gemeinschaft inspirieren zu lassen, um einen Schritt in Richtung Gesundheit tun zu können.

Ziele der Einheit

- ☞ Entspannung
- ☞ Verarbeitung von traumatischem Erleben
- ☞ Ausgleich autonomer Regelkreise wie Verdauung, Kreislauf, Atmung, Immunsystem etc.
- ☞ Verbesserte Fliessbewegung des Liquor cerebrospinalis (Gehirnflüssigkeit)
- ☞ Körper-Bewußtsein
- ☞ Vigilanz und Interesse für die Umwelt
- ☞ Kommunikation
- ☞ Einheit von Körper und Seele
- ☞ Auflösen von Angst, Panik und Stress
- ☞ Vollenden unfertiger Prozesse
- ☞ Erkenntnisse über die Wirklichkeit von Leben und Tod
- ☞ Erweiterung der Lebensperspektiven
- ☞ psycho-emotionales Gleichgewicht
- ☞ Zufriedenheit im familiären Umfeld
- ☞ Herzöffnung, Lebensfreude und Leichtigkeit

Therapieangebote für Betroffene:

- Craniosacrale/Biodynamische Behandlung im Warmwasser (36 Grad C)
- Licht- und Klangstimulation (Rhythmovogue Plus®) über und unter Wasser
- Osteopathie
- Ressourcenorientierte Traumatherapie (Somatic Experience®)
- Beziehungsklärung
- Innere Achtsamkeit und Energiearbeit zur Integration verschiedener Bewußtseinsebenen
- Nachsorge und Betreuung in eigenem Ruheraum

für Angehörige:

- Craniosacrale/Biodynamische Behandlung „an Land.“ (Nach Absprache auch im Wasser möglich.)
- Osteopathie
- Ressourcenorientierte Traumatherapie (Somatic Experience®)
- Gruppenaustausch
- Entspannung, Innere Achtsamkeit, Integration verschiedener Bewußtseinsebenen
- Aufklärung über familiensystemische Konzepte, therapeutisches Gespräch
- Aufklärung über neurophysiologische Reaktionen bei Schock, Bedrohung und Trauma
- praktische Hilfe und evtl. Trauerbewältigung

Die Einheit soll getragen sein von einer möglichst natürlichen, menschlichen Atmosphäre. Die Teilnahme an den einzelnen Terminen gibt genügend Zeit für einen angenehmen Tagesablauf. Hilfreich sind die vielfältigen Möglichkeiten für Gespräche und Kontakte. Unkomplizierter Austausch kann z.B. auch abends bei einem Glas Bier oder Wein stattfinden.

Einfach ist auch das Anvertrauen der Betroffenen an den Pflegedienst, falls die Angehörigen etwas alleine unternehmen wollen. Die Betroffenen sitzen auch gerne in gemütlicher, betreuter Runde beisammen.

Das PIW Team berät ausführlich in medizinischen und pflegerischen Fragen.

Physiotherapie

Nach vorheriger Absprache kann vor Ort eine ambulante Krankengymnastik gebucht werden. Diese Termine sollten während der Therapieeinheit "Berührungen Im Licht" so gelegt werden, dass immer genug Zeit bleibt und kein unnötiger Druck entsteht . Mehr als 3 bis maximal 5 Termine sollten bitte nicht gebucht werden, da das therapeutische Konzept in sich schlüssig ist und greift.

Praxis Paula Hennecke, 59955 Winterberg, Tel: 02981 - 3679

Genereller Ablauf

TAG	ZEIT	WAS
1. Tag Sonntag		Anreise. Ankommen
2. Tag Montag	07.30 - 09.00	Frühstück (täglich)
	10.00	Vorstellungsrunde mit Allen
	11.00	Treffen nur mit Angehörigen als Gruppe
	12.30 - 14.00	Mittagspause
	14.00 - 17.00	Einzelgespräche mit Angehörigen und Betroffenen
	ab 18.00	Abendessen (täglich)
3. Tag bis 14. Tag		Wasser- und Landsitzungen nach aktuellem Plan Gruppentreffen mit Angehörigen
15. Tag Sonntag		Abreise

Die Zeiten und der Ablauf können je nach Organisation etwas variieren.

Gruppentreffen:

Die einstündigen Treffen finden nach Absprache jeden 2. Tag mit den Angehörigen und den Therapeuten statt. Die Betroffenen werden in dieser Zeit betreut. Diese Gruppentreffen sind wichtig, um den Erfolg der Therapieeinheit sicher zu stellen. Sie dienen dem Informationsaustausch, der Ressourcenarbeit und der Supervision.

Therapiesitzungen:

Jeder Betroffene bekommt im Wechsel mit seinem Angehörigen insgesamt je sechs Behandlungen. Diese Behandlungen können sehr tief gehen und verlangen dann nach Ruhe und Zeit zur Verarbeitung. Deswegen können zusätzliche Termine schnell stören. In der Regel findet die Betroffenenbehandlung im Warmwasser statt, die der Angehörigen an Land. Die Entspannung und der harmonischere Energiefluß der Angehörigen überträgt sich direkt positiv auf die Betroffenen, und umgekehrt.

Während der gesamten Therapie können blockierte Gefühle wieder in Fluß kommen. Das ist der Heilung zuträglich.

Die craniosacrale Osteopathie

ist eine somatische Therapie, welche durch sanfte, manuelle Verschiebung der Schädelknochen Spannungen in den Schädelnähten und Hirnhäuten lösen kann. Über die Angleichung subtiler Körper - Rhythmen wird ein sehr feiner Informationsaustausch möglich.

So können u.a. auch die Verklebungen/Vernarbung im Subarachnoidalraum (Granulationes arach.) gelöst werden. Dies ist ein Ansatz zur Verbesserung der Liquorzirkulation und Vermeidung sekundärer Hirnschäden. Die Craniosacrale Methode basiert auf der Beweglichkeit und Vitalität des Craniosacralen Systems, zu dem das Cranium (Kopf), Sacrum (Kreuzbein), Knochen und Bänder der Wirbelsäule sowie Hirn- und Rückenmarkshäute gehören.

Dieses gesamte System pulsiert in einer körpereigenen, feinen Bewegung, dem sogenannten Craniosacralen Rhythmus. Er ist für den geübten Behandler an allen Körperbereichen ertastbar und stellt das Bezugssystem für Befund und Behandlung dar. So werden über die Eigenheiten des Rhythmus bedeutende Hinweise über die physische und psychische Konstitution des Klienten ermittelt. Oft geht ein Gespräch zwischen Klient und Behandler voraus. Dadurch wird dem Klienten die Möglichkeit gegeben, seine körperlichen und/oder seelischen Anliegen zum Ausdruck zu bringen. Diese Informationen werden als wichtiger Teil in die Behandlung mit einbezogen.

Durch das Unterstützen körpereigener Microbewegungen (Unwinding) kann posttraumatischer Streß aus Körpergewebe und Nervensystem entlassen werden.

Die Osteopathie

Der geistige Vater der Osteopathie, Dr. Andrew Taylor Still († 1917), suchte nach Möglichkeiten, Krankheiten erfolgreich ohne Medikamente und Chirurgie zu behandeln. Er erkannte, daß alle Erkrankungen des Menschen mit Beeinträchtigungen der Struktur seiner Muskeln, Gelenke und Bänder im Zusammenhang stehen. Diese Beeinträchtigungen bedingen offensichtlich eine verminderte Funktionsfähigkeit der inneren Organe.

Der Osteopath ermöglicht die Heilung, indem er diese Beeinträchtigungen sanft korrigiert. Gelingt dies, so kann die Funktion wieder normal verlaufen und die dem Menschen innewohnenden Selbstheilungskräfte werden wirksam. Man unterscheidet drei große Systeme der Osteopathie:

- Die Parietale Osteopathie zur Behandlung des Muskel-Gelenk-Systems,
- Die Viszerale Osteopathie zur Behandlung der inneren Organe und
- Die Craniosacrale Osteopathie zur Behandlung des Nervensystems

Die Traumatherapie

„Das Trauma ist im Nervensystem, nicht im Ereignis“ (*Peter Levine*)

Traumatisch ist eine Situation, in der die Ereignisse zu schnell, zu plötzlich, zu viel sind, damit unser Nervensystem noch flexibel darauf reagieren kann. Es kommt dann zu einer *Überaktivierung* der Flucht- oder Angriffsreaktion. Diese geht mit starken körperlichen bzw. vegetativen Aktivierung einher. Wenn die Aktivierung nicht in einer konkreten Handlung zur Vollendung gebracht werden kann, erfährt der Mensch Panik und Hilflosigkeit. Es scheint nicht erträglich, diesen Zustand weiterhin bewußt zu erfahren. Die Panik wird dissoziiert (abgespalten) und die Aktivierungsenergie im Nervensystem eingefroren. Diese *Starre im Nervensystem* kann durchaus eine sinnvolle Überlebensstrategie darstellen. Aus dieser Starre jedoch resultieren auch nachfolgend die Traumasymptome.

In der Therapie geht es darum, einen so sicheren Raum zu schaffen, daß der Betroffene aus der Starre herauskommt, und die beschriebene Überaktivierungsenergie sich wieder „entladen“ kann. Wichtig ist, daß dies auf eine für den Klienten gut verträgliche Art und Weise geschieht. Das heißt also keine neue Überforderung was Tempo und Intensität des Erlebten darstellt.

Wenn die übermäßige Spannung aus dem Nervensystem verschwindet, werden abgespaltene Anteile von Körper, Geist und Seele integriert. Innerer Frieden und Dankbarkeit sind die natürlichen Folge auf diese wiedergefundene Einheit.

Beziehungsklärung

Menschliche Beziehungen scheinen mit das Elementarste zu sein, was wir je in unserem Leben erfahren. Es ist nicht immer einfach, die eigenen Bedürfnisse mit denen des/der Anderen in Übereinstimmung zu bringen. Dabei kommt es leicht zu inneren oder äusseren Konflikten. Die Auflösung solcher Konflikte liegt Menschen, die dem Tode schon nahe waren, oft besonders am Herzen. Eine Therapie kann hierfür die geeignete Situation darstellen.

Innere Achtsamkeit

Innere Achtsamkeit ist der Weg der Weisen. Weise ist, Liebe zu sein.

Es bedeutet, dem „Inneren Ratgeber“ mehr und mehr zu gehorchen.

Erst mit dem inneren Frieden kann sich der natürliche Heilungsweg entfalten.

Buddha sagte: „Es gibt keinen Weg zum Glücklichein. Glücklichein ist der Weg.“

Empfehlenswerte Literatur

- Bienstein/Froehlich,A. (Hrsg) (1994) Bewußtlos- eine Herausforderung f. Angehörige, pflegende und Ärzte. Düsseldorf: Verlag Selbstbestimmtes leben.
- Froehlich, A. (1998). Basale Stimulation. Das Konzept. Düsseldorf: Verlag Selbstbestimmtes leben.
- Gawain, S. & Laurel, K. (2004). Leben im Licht. München: Ullstein
- Heller, D.P. & Heller, L.S. (2003). Crash Kurs zur Selbsthilfe nach Verkehrsunfällen. Essen: Synthesis.
- Hüther, G. (2009). Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Lamphear, R.G. (1997). Der Kurs zum Selbst: In Wahrheit und Liebe von Babaji, Weilersbach: Reichel
- Laut, P. & Leonard, J. (1988). Neu geboren werden. Rebirthing. Ein Weg zu Selbstentfaltung und Lebensfreude. München: Kösel
- Levine, P.A. (1998). Trauma – Heilung. Das Erwachen des Tigers. Essen: Synthesis.
- Levine, S. (1998) Noch ein Jahr zu leben. Wie wir dieses Jahr leben können, als wäre es unser letztes. Bielefeld: J. Kamphausen
- Mindell, A. (1989). Schlüssel zum Erwachen. Sterbeerlebnisse u. Beistand im Koma. Schweiz: Walter
- Mindell, A. (2000). Koma. Ein Weg der Liebe. Via Nova
- Upledger, J. (2007). Auf den inneren Arzt hören. München: Ullstein
- Varela, F.J. Traum, Schlaf und Tod. (1998). Der Dalai Lama im Gespräch mit westl. Wissenschaftlern. München: Diederichs

Weblinks

www.piw-ev.de
www.ozk-online.de
www.traumahealing.com
www.somatic-experiencing.com
www.cranio.net
www.lightflow.info
www.verlag-vianova.de