

Brainspotting – auch eine Behandlungsmethode für Kinder und Jugendliche

Brainspotting: A Suitable Treatment Method for Children and Adolescents

Marlene Sulek

Themenschwerpunkt Familienpsychologie und Störungen ...

Zusammenfassung

Brainspotting ist eine Technik zur Behandlung von Belastungsreaktionen und Belastungsstörungen nach erlebten Traumata oder emotionalen Verletzungen. Die Methode wurde 2003 von Dr. David Grand entdeckt und ist bisher in über 40 Ländern weltweit vertreten. Sie zeigt mannigfaltige Einsatzmöglichkeiten und ist flexibel in das individuelle Arbeiten eingliederbar. Brainspotting ist ein physiologischer Ansatz der emotional seine Wirksamkeit zeigt. Die Triade Fühlen-Sehen-körperliches Wahrnehmen lässt eine tiefe Verarbeitung zu, für die insbesondere der Vagus-Nerv und andere Gehirn-Körper-Verbindungen verantwortlich sind. Brainspotting kennt keine Altersbeschränkung. Mag.^a Monika Baumann (Österreich) und Dr.ⁱⁿ Martha Jacobi (USA) haben die Methode für das Arbeiten mit Kleinstkindern, Kindern und Jugendlichen etabliert. MMag.^a Marlene Sulek beschreibt in diesem Artikel Möglichkeiten, Brainspotting mit Kindern und Jugendlichen anzuwenden und schildert drei Fallbeispiele aus ihrer Praxis.

Abstract

Brainspotting is a technique for the treatment of stress reactions and stress disorders after traumas and emotional wounds. The method was discovered and developed in 2003 by Dr. David Grand and is currently represented in over 40 countries worldwide. It shows a variety of possible uses and can be flexibly integrated into individual work. Brainspotting is a physiological approach with psychological outcomes. The triad of feeling-seeing-physical perception allows deep emotional processing, for which in particular the vagus nerve and other brain-body connections are responsible. Brainspotting has no age restrictions. Mag.^a Monika Baumann (Austria) and Dr.ⁱⁿ Martha Jacobi (USA) have established the meth-

od for working with young children, children, and adolescents. MMag.^a Marlene Sulek describes in this article, how Brainspotting can be integrated in the treatment of kids and adolescents and shares three case studies from her practice.

1. Einleitung

Brainspotting ist eine Behandlungsmethode, welche sich bei Erwachsenen, aber auch bei Kindern und Jugendlichen mit Folgestörungen emotionaler Verletzungen einsetzen lässt. Sie versteht sich als Technik, welche wie ein Puzzlestück in das individuelle Arbeiten eingebaut werden kann, und somit äußerst flexibel einsetzbar ist.

1.1. Hoch, höher, am höchsten

Ein Ehepaar kam im Beisein ihres 5-jährigen Jungen zum ersten Kennenlernen. Die Familie berichtete, dass ihr Sohn den Kindergarten besuche und es ihnen sehr gut gehe. Es gab ein Problem, das schon bestand, seit ihr Sohn klettern konnte. Seine panische Angst, wenn er hoch oben angelangt war, nicht mehr herunter zu kommen. Der Junge selbst berichtete über seine große Angst im Bauch, gepaart mit starkem Herzklopfen und schwitzigen Händen. Er erzählte mir, dass er immer, wenn er oben angelangt war (auf der Rutsche, am Kletterturm o. ä.), so große Angst bekam, dass ihn seine Eltern herunterholen mussten. Einen Ursprungsmoment oder -zeitpunkt konnte die Familie nicht festmachen. Bei diesem ersten Treffen stellte ich dem Jungen die „Crocoduck“ vor. Dies ist ein Stofftier, das sich von einer Ente in ein Krokodil verwandeln kann und zurück. Ich erzählte von ihr und ihrem Leben am Teich. Paula – so nannte ich sie – war eine selbstbewusste, eloquente