

not

seit 1992

HIRNVERLETZUNG
SCHLAGANFALL
SONSTIGE
ERWORBENE
HIRNSCHÄDEN

5
2023

www.
not-online.de

hw
studio
weber

Rehabilitation ● Pflege ● Nachsorge ● Teilhabe ● Inklusion

Bühne
frei fürs
Gleich-
gewicht



Sophie
hat Freude
am Leben



Alpenregion barrierefrei genießen



Eintauchen in die Welt der Hypnose

Die Hypnose blickt auf eine lange Tradition in der Medizin und Psychotherapie zurück. Die Autorin Astrid Dümler behandelt in ihrer Praxis auch Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen mit Hypnotherapie und schildert nachfolgend ihre Erfahrungen.

Zu Beginn ihrer hypnosystemischen Weiterbildung hörte die Sprachtherapeutin Astrid Dümler 2013 erstmals von Milton H. Erickson und seiner Geschichte, in der er als 17-Jähriger mit einer Polio-Diagnose, Koma und vollständiger Lähmung konfrontiert war und von seinen Ärzten zu hören bekommen hat, dass er die Nacht nicht überleben wird. Er wurde 79 Jahre alt, hat es geschafft, mit Hilfe von körperlichen (Heil-)Imaginationen und Mentaltraining beziehungsweise Selbsthypnose von einer vollständigen körperlichen Lähmung zu gesunden und ein selbstständiges Leben zu führen, zu heiraten und Kinder zu bekommen. Er hat ein Psychologie- und Medizin-Studium abgeschlossen und über die Jahrzehnte unzählige Klienten und Klientinnen, Kollegen und Kolleginnen kreativ inspiriert und erstaunliche Heilungsgeschichten als Hypnotherapeut mitbegleitet. Dies tat er trotz späterem Post-Polio-Syndrom und chronischen Schmerzen, die er mit Selbsthypnose in Schach hielt.

Auch der Körper reagiert

Astrid Dümler war von 2003 bis 2021 als Sprach- und Schlucktherapeutin, vor allem in Akut- und Rehakliniken und als Hausbesuchs-Therapeutin in

(Senioren-)Heimen und Beatmungs-WGs tätig. Zehn Jahre hat sie in einer Werkstatt mit Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen gearbeitet.

Stand der Literatur war zu dem Zeitpunkt noch, dass eine Hirnschädigung eine Kontraindikation für Hypnoseanwendungen darstellt. Mit dem Mut der Verzweiflung und auch durch andere Geschichten aus der Literatur inspiriert, in denen durch Hypnotherapie erstaunliche körperliche Veränderungen zum Beispiel nach Schlaganfall möglich waren, begann Astrid Dümler unter anderem in dieser Werkstatt, hypnotherapeutische Techniken und Haltungen in ihren sprachtherapeutischen Alltag in der Werkstatt einfließen zu lassen.

Der Fall aus der Praxis

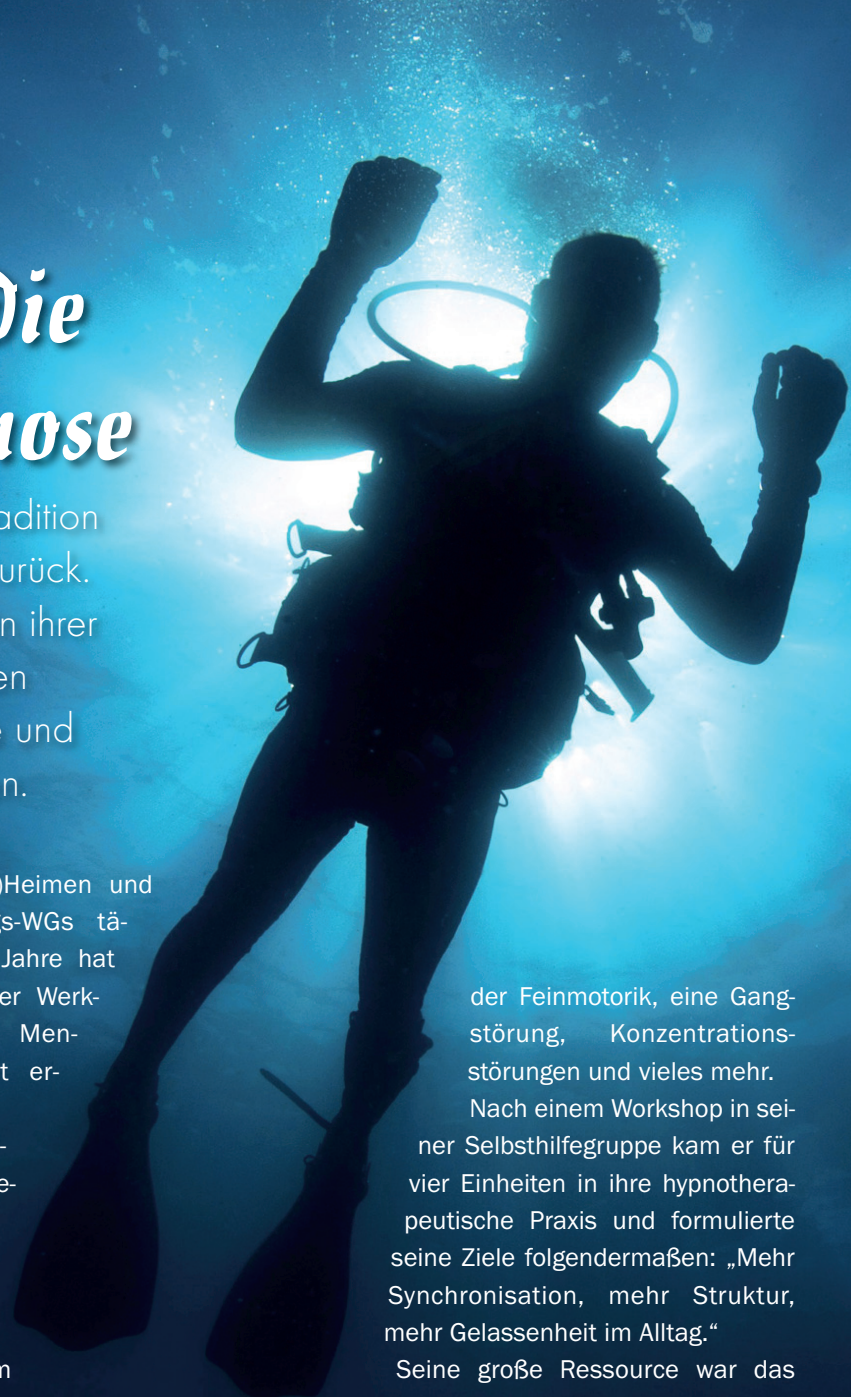
Ralf Maslak hatte diagnostisch seit Jahren mit einem Zustand nach Enzephalitis und zyklorotatorischem Nystagmus zu tun. Er entwickelte Störungen in

der Feinmotorik, eine Gangstörung, Konzentrationsstörungen und vieles mehr.

Nach einem Workshop in seiner Selbsthilfegruppe kam er für vier Einheiten in ihre hypnotherapeutische Praxis und formulierte seine Ziele folgendermaßen: „Mehr Synchronisation, mehr Struktur, mehr Gelassenheit im Alltag.“

Seine große Ressource war das Tauchen, was für ihn maximale Freiheit und Wohlgefühl bedeutete. Astrid Dümler hat mit ihm verschiedene Entspannungstrancen erarbeitet, zum Beispiel „Ozeanische Trance“ und „Meer der Erholung“, in denen seine Ziele und seine Ressource optimal verbunden werden konnten. Zudem hat sie in Dialog-Trancen imaginativ sein Unbewusstes angesprochen. Diese Trancen wurden für ihn aufgenommen, so dass er nach den therapeutischen Sitzungen die Trancen erneut anhören konnte.

Die Veränderungen, die durch die Arbeit mit der Hypnotherapie bei ihm angeregt wurden, beschreibt er während der Therapieeinheiten und direkt danach folgendermaßen: „Ich kann wieder träumen und dieses genießen.“ „Ich kann kritische Alltagssituationen wie zum Beispiel eine kaputte Brille



oder eine gesperrte Bahnhaltestelle, die seit der Krankheit in Panik und einer Katastrophe gemündet hätten, zum Guten wenden.“ „Ich musste bisher nach der Krankheit alles aufschreiben, jetzt ist es in mir gespeichert.“ „Die Gelassenheit hat sich enorm gebessert, ich habe mehr Ruhe.“ „Viele Sachen funktionieren, wobei ich mich gut fühle.“

Maslaks Fazit ein halbes Jahr nach Abschluss der hypnotherapeutischen Einheiten war: „Astrid Dümler hat mit ihrer therapeutischen Arbeit bei mir angestoßen, dass für mich ein neuer Kontinent plötzlich auf dem Globus erschien und da bin ich sehr dankbar dafür, denn dieser Kontinent birgt für mich große Quellen von Kraft.“

„Durch die Anwendungen bei Frau Dümler habe ich aber nun eine neue Quelle für Flexibilität gefunden, die ich für mich nun erkunden kann. Sie zeigte mir, dass eine, mir bisher verborgene, Welt in mir schlummert, deren Nutzen ich in meinen Alltag einbauen sollte, um für mich zufriedenstellende Ergebnisse zu erreichen.“

So vieles ist möglich

Es konnten weitere erstaunliche psychische und auch körperliche Effekte mit Hilfe von Trancen und Hypnotherapie bei anderen Klienten und Klientinnen mit Hirnschädigung erzielt werden:

- Hemiparetische beziehungsweise spastische Gliedmaßen fühlten sich elastischer und beweglicher an und konnten in der Ergotherapie besser behandelt werden
- Vormals wöchentliche epileptische Anfälle konnten verringert werden, sowohl in Intensität als auch in Dauer und Frequenz
- Verbesserter Transfer bei Multipler Sklerose möglich
- Steigerung des allgemeinen psychischen Wohlbefindens beziehungsweise bessere Akzeptanz der Krankheit

- Verbesserte Schluckfrequenz und prolongierte Phonationsatmung
- Frustrationstoleranz höher, dadurch Aggressionspotenzial vermindert und weniger Konflikte in der Gruppe
- Besseres Formulieren der eigenen Bedürfnisse (auch bei Menschen mit Aphasie)
- Linderung von (spastischen) Schmerzen und anderes mehr

Fazit

Die hypnotherapeutische Arbeit bringt einen zusätzlichen deutlichen Mehrwert in der NeuroReha, da sie bisher vernachlässigte Aspekte wie die Psyche, das Unbewusste und die Krankheitsverarbeitung miteinbezieht. Dadurch lassen sich unter anderem innere Blockaden lösen, die eine deutliche – auch körperliche – Veränderung im Klienten hervorrufen und unmöglich geglaubte Heilungsprozesse in Gang bringen kann.

„Ich für mich habe die Wirksamkeit der ‚Hypnotherapie in der NeuroReha‘ in meiner Praxis seit Jahren beobachtet. Vielfältige Rückmeldungen von Betroffenen und Angehörigen beziehungsweise Kolleginnen aus der Werkstatt ermutigen mich, weiter hypnotherapeutisch Selbstheilungskräfte und Ressourcen in betroffenen Klienten und Klientinnen zu aktivieren, die bisher wie in einer Schatztruhe am Grunde der Tiefsee verschlossen waren und nun endlich gehoben und genutzt werden können“, bekräftigt die Sprachheilpädagogin.

„Die Wirksamkeit der Hypnotherapie ist mittlerweile in vielfältigen Gebieten der Medizin und Psychotherapie bewiesen; so zum Beispiel in der Schmerztherapie. Weitere evidenzbasierte Studien sind in Arbeit und auch die Forschung im Bereich der NeuroReha wird vorangetrieben. In der Sportpsychologie und im Profi-Sport werden die Effekte des sogenannten Mentaltrainings schon lange angewandt, was

Ähnlichkeiten zu der hypnotherapeutischen Arbeit aufweist. Diese erfolgreichen Ergebnisse lassen sich abgewandelt auf die Arbeit in der NeuroReha übertragen. In unterschiedlichen Ansätzen wie zum Beispiel der Spiegeltherapie, nun auch in der Hypnotherapie ist bereits klar, dass das Gehirn, selbst nach schwersten Schädigungen, nach wie vor neuroplastisch veränderbar ist. Hirnregionen können imaginativ in Trance angesprochen werden, selbst, wenn sie schwer geschädigt sind. Ich möchte erreichen, dass die Leitlinien der NeuroReha um die Hypnotherapie ergänzt und die bestehende Interdisziplinarität in der NeuroReha dauerhaft durch die Hypnotherapie erweitert werden. Mein großer Wunsch ist, dass die Krankenkassen die Leistung für Hypnotherapie auch in der NeuroReha zahlt. Erste hoffnungsvolle Ansätze gibt es hier schon: Mittlerweile wird Psychotherapie bei Aphasie von den Krankenkassen auf Nachfrage bezahlt (F06.32). Die Zeit scheint reif zu sein für Veränderungen in der NeuroReha und damit auch für Behandler, Klienten und Klientinnen.“



Autor



Astrid Dümler, Dipl.-Sprachheilpädagogin
Sie arbeitete von 2003-2021 mit Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen. Seit 2017 ist sie Systemische Hypnotherapeutin, Kursleiterin für Autogenes Training und Heilpraktikerin für Psychotherapie, in eigener Praxis seit 2018. Sie behandelt dort auch Menschen mit neurologischen Erkrankungen. Sie hält seit 2018 Vorträge und Workshops zum Thema „Hypnotherapie in der NeuroReha“. Praxis für Neuro-Rehabilitation mit Hypnotherapie – Astrid Dümler Möhlstraße 22, 51069 Köln
☎ 01 77 / 33 76 87 6
🌐 www.therapie.de/profil/duemler