

# DAS RESPIRATORISCHE FEEDBACK

## in der neuropsychiatrischen Klinik und Praxis

Das respiratorische Feedback ist eine von **Dr. med. Hanscarl Leuner** (Katathymes Bilderleben) entwickelte, **elektronisch assistierte Entspannungstherapie**.

Es handelt sich dabei um ein Gerät, welches über einen hochsensiblen, berührungslosen Sensor den Atemrhythmus des Patienten abtastet. Die eingehenden Impulse werden elektronisch verstärkt und über ein optisches und akustisches Signal dem Patienten zurückgemeldet. Der Patient liegt bequem auf einer Couch und nimmt die individuell eingestellten Signale wahr. Er wird angeleitet, sich dem langsamen, beruhigenden Rhythmus seiner eigenen Atmung hinzugeben.

Diese Methode dient der Selbstentspannung und hat gegenüber anderen Entspannungs-methoden wie z.B. dem Autogenen Training folgende **Vorteile**:

- es sind keine besonderen Vorkenntnisse und Aufwendungen erforderlich, sofort einsetzbar
- nur kurze Einübungsphase nötig
- schnell erreichte Entspannungstiefe
- motiviert durch eine elektronische Rückmeldung zu einer hör- und sichtbaren Entspannung

Die **Stellung des Verfahrens** liegt im **Vorfeld der Psychotherapie**. Es öffnet den Patienten für tiefenpsychologisch orientierte Psychotherapie.

Durch die Entspannung wird die Bereitschaft und Motivation gesteigert, auf den hinter dem Symptom stehenden Konfliktbereich einzugehen.

Dieses Verfahren hat sich in vielen nervenärztlichen Praxen und klinischen Ambulanzen bewährt und wird **sehr erfolgreich bei folgenden Indikationen eingesetzt**:

- Vielfältige Formen psychovegetativer Störungen
- Spannungskopfschmerzen und Migräne
- Funktionale Beschwerden im Bereich von Herz- und Kreislauf, Atmung, Magen, Darm
- Vielfältige Formen der „Organneurosen“
- Akute psychoreaktive Störungen
- Akute Krisensituationen
- Depressive Versagensängste, streßbedingte Erschöpfungen
- Hyperventilationssyndrome
- Angst- und Spannungszustände vielfältiger Art
- Phobien
- Schlafstörungen
- Partnerschaftliche Probleme
- Tabletten- und Alkoholabhängigkeit
- Sprachstörungen und Sprechängste
- Tinnitus und andere Ohrgeräusche
- Schulversagen
- Menstruations- und klimakterische Beschwerden
- Asthma bronchiale

Bei den Synergetik Therapie Einzelsitzungen wird als Einstieg eine Tiefenentspannung durchgeführt. Die Zeitdauer beträgt ca. 20 Minuten unter Anwesenheit des Therapeuten und üblicherweise mit Musikuntermalung. Der erzielte Entspannungsfrequenzbereich liegt im Theta- und Alfabereich. Spezielle Musik- vermischt mit Naturgeräuschen sind als CD in Hemisync- Qualität auch zur Erzielung von Tiefenentspannung mit gleichzeitiger Gehirnsynchronisierung einsetzbar.

Die nur durch diese Tiefenentspannung erzeugte Wirkung auf Krankheitssymptome dürfte der oben beschriebenen ähnlich sein. Nun erfolgt die Aufarbeitung der dann aufgerufenen Verspannungen (Energiebilder) als ein synergetischer Prozeß mit umfassender Wirkung.