



Neural Somatic Integration®

Organic Trauma Healing

Safety | Proximity | Touch | Bonding

Die 10 Prinzipien der Neural Somatic Integration® (NSI)



1. Zugang über den Körper

Der physische Körper „trägt“ (speichert) unsere GESAMTE Erfahrung (von Traumata bis zu Erfahrungen des Wohlbefindens) in neuronalen Schaltkreisen und / oder in Form von chemischen und körperlichen Funktionen und Strukturen. Der physische Körper kann damit einen Zugang zu Heilung und Traumaauflösung darstellen.



2. Stressantworten führen zu pathologischen Zuständen

Chronische Belastungen (Schmerz) – physisch, mental, emotional – die in ihren Ursprüngen nicht organisch sind (das heißt, Resultat einer Krankheit oder eines Unfalls), sind das Ergebnis einer defensiven Antwort auf eine vergangene oder befürchtete Bedrohung oder einen Schmerz. Diese Antwort - auch Stress genannt – läuft in Form von Signalen an den Organismus ab, zu kämpfen, zu fliehen oder zu erstarren. Ursprünglich zielte sie darauf ab, etwas zu bewahren oder zu schützen. Wenn an der Antwort jedoch festgehalten wird, obwohl die Bedrohung vorbei ist, erzeugt sie einen pathologischen Zustand.

3. Entladung

Das Loslassen dieser nun nicht mehr funktionalen Reaktionen führt zu einer „Entladung“ (ein Ausdruck aus der Elektronik, der hier beschreibt, was der Körper/Verstand erfährt, wenn er von einschränkenden oder restriktiven Konstrukten befreit wird). Die Entladung ist eine angenehme, wenn nicht sogar erhebende Erfahrung: Energie, die in neuronalen Schaltkreisen gefangen war, kann sich nun bewegen und frei fließen. Sie steht nun wieder für kreative, produktive und schöne Erfahrungen zur Verfügung.

4. Die Bedeutung der Kognition



Psychotherapie (mit all ihren Formen psychologischer Intervention) sucht diese Lösung durch Kognition zu erreichen - durch Analyse, Synthese und „Verständnis“ (akzeptieren und/oder ändern) der historischen Ursache, die zu diesem Krankheitsbild führte.

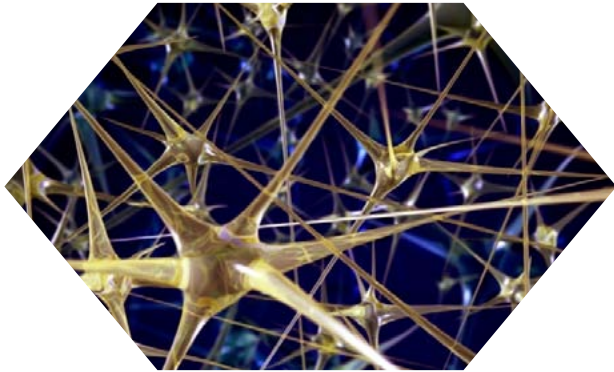
Über das einfache „Verständnis“ hinaus stellt effektive Psychotherapie einen kompensatorischen emotionalen Raum zur Verfügung, in dem Körper und Verstand „loslassen“ können, was sie nicht länger brauchen, um sich selbst zu schützen. Die damit verbundene neuronale Energie, die den Komplex aus Glaubenssätzen, emotionalen Auslösern („Triggern“), und entsprechenden physischen Konfigurationen aufrecht erhalten hat, kann freigesetzt werden. Die Gesprächstherapie hat begonnen, die Rolle des Körpers für die Heilung psychologischer Traumen und Neurosen anzuerkennen. Hier liefert die Arbeit von Gene Gendlin und seine Einführung des Konzepts eines IM KÖRPER anwesenden *“felt sense”** bahnbrechende Erkenntnisse für eine effektive Therapie.

5. Die Entwicklung der Körperarbeit

Körperarbeit hat sich in den vergangenen Jahren rasant weiterentwickelt (vielleicht wurde auch nur wiederentdeckt, was Körperarbeit ursprünglich war) – weg von der reinen Behandlung der physischen Manifestationen eines Schmerzkomplexes (d.h. die „grobe“ Anatomie von Muskeln, Bändern, Sehnen, Lymphknoten und physischen Symptomen wie eingeschränkter Bewegung, Krämpfe, etc.). Pioniere wie Feldenkrais, Trager, Alexander, Rosen, Gendlin und Andere entwickelten Methoden, um tiefer liegende Muster von Körperfehlfunktionen anzusprechen. Hier ist besonders die Arbeit von Peter Levine zu Prozessen der Traumaauflösung relevant.

6. Neuronale Kausalität

Neural Somatic Integration® (NSI) ist die Weiterführung eines Ansatzes, neuronale und biologische Muster als unmittelbare Ursache für ein vorhandenes Stressmuster zu adressieren. Unmittelbar deshalb, weil die Ursache im Organismus bewusst oder unbewusst als Erinnerung, in einer Körperstruktur oder -haltung, einem Gefühl oder einem Schmerzsymptom präsent ist. Der historisch bedingte Auslöser eines Belastungskomplexes ist nicht mehr gegenwärtig. Nur die "Rückstände" der Antwort des Organismus auf den schmerzhaften Auslöser bleiben in "Fleisch und Blut",



ebenso wie die kompletten neurobiologischen Schaltkreise.

7. NSI: Erlösung von der Vergangenheit

NSI bietet dem Klienten die Möglichkeit, sich selbst zu heilen, indem die Aufmerksamkeit auf die Pathologien und Schmerzkomplexe gelenkt wird, die der Therapeut durch Beobachtung, Berührung und/oder mündliche und physische Rückmeldung wahrnimmt. Der Therapeut geht nicht davon aus, dass er weiß, wie der Organismus geheilt werden kann. Er vertraut darauf, dass der Klient sich selbst heilen kann, und überlässt die Führung den außergewöhnlichen und komplexen Selbstheilungs- und Selbstregulierungsmechanismen des autonomen Nervensystems, sowie den biologischen und neurologischen Systemen. Die Rolle des Therapeuten ist es hierbei, ein „lebendiges Feedback-Instrument“ zu sein, indem er den Körperzustand seines Klienten wahrnimmt und ihn ermutigt, pathologische psycho-physiologische Vorgänge abzuschalten und sich zu erlauben, wieder auf „natürliche Weise“ zu funktionieren (d. h. ohne ein pathologisches Syndrom, das die Gesundheit und das Leben beeinflusst).



Die Wirkung stellt sich ein, wenn der Klient beginnt, natürlich zu atmen, sich selbst zu fühlen und alles loszulassen, was aus einem Reflex der Angst oder fortwährender bzw. wiederkehrender Verwundung festgehalten wurde. Der Klient wird darauf aufmerksam gemacht, dass die historische Ursache der Stressreaktion nicht mehr vorhanden ist. Falls sie es doch noch sein sollte, müssen Optionen wie „Flucht“ oder andere mögliche Reaktionen aufgezeigt werden. Die Botschaft von NSI an den Körper ist: du brauchst nicht länger an diesem defensiven Komplex festhalten, der früher Sicherheit gegeben hat oder der sogar dein Überleben gesichert hat. Auch wenn deine Reaktion zum Zeitpunkt des Traumas eine vollkommen "natürliche" Reaktion war, bringt sie dich jetzt aber um, oder schränkt zumindest deine Möglichkeiten ein, deinen Körper, deinen Verstand und deine Gefühle (d.h. dein Leben) in der Gegenwart voll zu erleben. Sie blockiert deinen Zugang zu positiven Zuständen wie Freude, Frieden, Liebe, Hoffnung, Ruhe und Mut.

* Der Begriff "felt sense" kann mit „ganzheitlich innerem Empfinden“ übersetzt werden. „Felt sense“ bezeichnet das körperlich fühlbare, bedeutungshaltige, direkte Erleben einer Situation, Interaktion, eines Themas oder eines Problems. Für eine nähere Erläuterung des Konzepts, s. Kap. 3. Im Folgenden wird im Text der englische Begriff „felt sense“ verwendet. (Anmerk. d. Übers.).

8. Der Körpertherapeut als Zuhörer und Beobachter

Der NSI-Körpertherapeut folgt keinem festgelegten Massage- oder Behandlungsablauf, auch nicht einem, der auf alten Traditionen beruht (wie z. B. Reflexologie, Akupressur, usw.). Stattdessen „hört“ er dem Klienten zu, wie dieser durch Gesten, Stimme, Muskelanspannung, schmerzhaft



Stellen, Körperhaltungen, Bilder oder Erinnerungen, etc. zu ihm spricht. Der Therapeut wird auf neutrale, liebevolle und nicht beurteilende Weise beobachten, was tatsächlich im Klienten vor sich geht und verbal oder durch Berührung Rückmeldung geben. Auf diese Weise bietet er ihm die Gelegenheit, loszulassen, Spannung zu entladen und zu heilen. Der Therapeut kann diese Entladung nicht „erzwingen“. Er kann den Klienten nicht dazu drängen, eine lang bestehende neurologische Abwehr- und Belastungshaltung des Körpers aufzugeben. Übt der Therapeut hier Druck aus, wird der Klient diesen Druck unausweichlich als einen erneuten Angriff oder Stressfaktor erleben und mit einer Verstärkung von genau diesem Schmerzkomplex reagieren, den der Therapeut aufzulösen versucht.

9. Vertrauen und Sicherheit

Nur wenn die Beziehung zwischen NSI-Therapeut und Klient auf Freiheit und Sicherheit gründet, wird Heilung geschehen. Vertrauen ist die Grundvoraussetzung für jede Art von heilender Beziehung. Ohne Vertrauen ist der Organismus „auf der Hut“ vor erneuter Verletzung: man verstärkt so den pathologischen neuronalen Schaltkreis, den man eigentlich versucht zu „unterbrechen“, um ihn in eine lebenserhaltende, heilende somatische Nervenvernetzung zu überführen.

10. Der Verlauf der Behandlung

Wie schnell neurale somatische Integration eintritt, hängt von vielen Faktoren ab, u.a. von der historischen Dauer oder Intensität des Traumas, die der Klient erfahren hat, sowie dem Ausmaß der Verteidigungsmuster, die der Klient entwickelt hat, um mit dem Trauma umgehen zu können. Es ist möglich, dass für die Aufarbeitung der verschiedenen Belastungskomplexe eines Lebensjahrzehnts, NSI-Sitzungen für die Dauer von einem Jahr im wöchentlichen Turnus abgehalten werden müssen.



Dies ist von Klient zu Klient verschieden. Allerdings wird es ab einem bestimmten Punkt für die Person möglich, ihr eigener, heilender Behandler zu werden. NSI ist nicht einfach nur ein „therapeutischer“ Ansatz. Es ist ein Lernprozess, in dem die Klienten sich ihrer eigenen Körper-/Verstand-Symptomatik bewusst werden und anfangen, die selbstregulierenden Mechanismen anzuwenden, die sie in den NSI-Sitzungen erlernt haben. In diesem Sinne ist Heilung ein lebenslanger Prozess. Das Auflösen alter Traumata und Schmerzsymptome verhindert nicht, dass der Körper neue Traumatisierungen oder Schmerzen erfährt.