



Christina Achter

Homöopathie und GIM musikgeführte Imaginationstherapie

ein sich ergänzendes Therapiekonzept zur Stärkung der Vitalität und Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung

Anmerkung der Redaktion: Frau Achter ist mit diesem Thema auch Referentin bei den Süddeutschen Tagen in Stuttgart.

Um die Wirkungskraft einer kombinierten Behandlung mit Homöopathie und GIM (guided imagery & music) verständlich darstellen zu können, beginnt dieser Artikel mit einem Beispiel aus meiner Praxis:

Ich sitze erstmalig einer Patientin gegenüber, die sich wegen eines akuten Stirnhöhleninfekts an mich wendet. Sie kommt auf Empfehlung einer Bekannten, die sich bei mir in musiktherapeutischer Behandlung (GIM) befindet. Aufgrund der akuten Beschwerden rate ich ihr zunächst zu einer homöopathischen Behandlung, sie stimmt zu. Die Anamnese lautet zusammengefasst wie folgt:

Stirnschmerz links, morgens beim Aufstehen, allgemein beim Aufstehen bzw. Aufrichten agg., ist tagsüber etw. besser und wird abends als schlimmer empfunden. Geistige Anstrengung verschlechtert auch. Beginn der Beschwerden einen Tag vor Beginn der Menses. Absonderung aus der Nase dick und gelblichgrün. Außerdem hat sie eine sehr trockene Haut, die Handinnenflächen schuppen sich leicht, an der linken Hand befinden sich 2 kleine Warzen an Ring- und Mittelfinger. Die Beschwerden treten häufig im Winter auf, "im Winter läuft mir fast immer die Nase" sagt sie "und ich muss immer aufpassen, dass sich da nichts auf die Nebenhöhlen schlägt." Die Patientin ist 41 Jahre alt, verheiratet, 3 Kinder im Alter zwischen 5 und 12 Jahren. Sie groß, schlank, brünett und hat dunkle Augen. Obwohl hübsch, hat sie wenig Ausstrahlung und wirkt etwas matt. Die Familiensituation bezeichnet sie als einigermaßen harmonisch auch wenn sie die Kinder manchmal ziemlich nerven, v.a. seit sie wieder halbtags arbeitet. Sie empfindet die alltägliche und auch eheliche Eintönigkeit manchmal als belastend hat aber keine Idee woran es liegt oder was zur Verbesserung beitragen könnte.

Ich empfinde sie als wenig greifbar, es

scheint alles „so normal“ in ihrem Leben und sie leidet unter dieser Normalität, ohne Konkretes ausdrücken zu können. Sie empfindet sich selbst als relativ ausgeglichen, nur vor den Menses bezeichnet sie sich als überempfindlich und nah am Wasser gebaut, reagiert oft gereizt und lässt sich dann auch mal auf einen Streit ein, obwohl sie ungern streitet. Ich empfinde die Repertorisation schwierig, tendiere zu Sepia, obwohl ihre brüchigen Fingernägel auch auf Silicea schließen lassen. Ihr Ess- und Trinkverhalten ist „normal“, Ängste hat sie keine auffälligen, allerdings mag sie nicht gerne alleine sein, ist aber auch kein Gesellschaftstyp. Ich habe während der ganzen Anamnese das Gefühl, dass mir eine wesentliche Information fehlt, aber auch beim Nachfragen zu einschneidenden Erlebnissen, zu Kindheit und Eltern erhalte ich keine hinweisgebende Antwort. Ich entscheide mich für Sepia C 30.

Der telefonische follow up nach 3 Tagen ergibt eine leichte Besserung, nach 1 Woche sind die Beschwerden deutlich besser, nach 2 Wochen sind die Beschwerden abgeklungen, nach 3 Wochen läuft die Nase wieder. Dieses Mal schlage ich der Patientin eine kurze GIM Probesitzung vor und sie willigt gerne ein, aus Neugierde, wie sie sagt, weil Ihre Bekannte soviel Hilfe durch die GIM Therapie erfahren hat und doch so wenig erzählt hat.

Sie macht es sich auf der Liege bequem und nach einer kurzen Entspannung führe ich sie an einen Ort in der Natur, bitte sie, sich dort umzusehen und die einsetzende Musik mit an diesen Ort einzuladen um sich dann von dieser vertrauensvoll führen zu lassen (

soliprax[®]
Von Heilpraktikern
für Heilpraktiker



Patienten finden Heilpraktiker:
www.heilpraktiker.info
jetzt eintragen !

soliprax Sudetenstr. 62-64 50354 Hürth

In diesem Falle beginne ich mit einem Musikstück von Debussy „Nachmittag eines Faun“, anschließend verwende ich „Air“ von Joh. Seb. Bach). Sie findet sich als Kind auf einer Wiese unter einem großen Baum auf einer Bank mit ihrem Opa wieder. Der Ort ist ihrem Lieblingsplatz aus Kindertagen ähnlich und sie begibt sich zusammen mit ihrem Großvater an den nahegelegenen Bach um darin herumzusteigen und Steine zu sammeln. Sie genießt das Zusammensein mit ihrem Großvater sehr und fühlt sich bei ihm aufgehoben und geborgen. Sie spielen zusammen und erleben kleine Abenteuer bis ein Gewitter aufzieht und sie sich in eine nahegelegene Hütte zurückziehen. In dieser Hütte brennt bereits ein Feuer und sie wärmen sich am Kamin. Draußen hat die Jahreszeit gewechselt und es ist Herbst und dämmrig geworden. Sie fühlt sich mit ihrem Opa in dieser Stube aber sehr wohl und sie bereiten sich ein Abendessen. Nach und nach fällt ihr auf, dass der Großvater immer stiller und in sich gekehrter wird. Das verunsichert sie und sie versucht ihn immer wieder aufzumuntern und zum Spielen zu animieren. Draußen ist es inzwischen dunkel und es hat zu schneien begonnen. Plötzlich öffnet sich die Türe und ihre Mutter und Großmutter kommen herein, nehmen den Großvater am Arm und wollen ihn hinausführen. Das Kind will ihn festhalten und packt ihn an der Hand um ihn zurück in den Sessel zu ziehen, aber seine Hand ist schlaff und kalt und erwidert ihren Druck nicht, er schaut sie nur traurig an und sie beginnt zu weinen und zu betteln. Die Mutter und Großmutter führen ihren Großvater hinaus, die Mutter macht ihre Hand los und sagt: „du kannst nicht mitgehen, du musst hier bleiben“, das ist furchtbar für sie, aber alles schreien und schluchzen hilft nicht, sie muss zurück bleiben, die Türe ist verschlossen. Sie weiß, sie wird ihren Großvater nicht wiedersehen und sie ist traurig und verzweifelt. Die Musik versteht ihre Trauer, tröstet sie und sagt: du kannst den Lauf der Dinge nicht ändern, aber er schaut auf dich jeden Tag und er beschützt dich“. Das tröstet sie sehr und die Vorstellung, dass er weiterhin auf sie achtet, gibt ihr wieder Mut und Lebensfreude und sie beginnt wieder zu spielen.

Im Nachgespräch ist sie immer noch sehr bewegt, sie erinnert sich wieder, wie schlimm der Tod des Großvaters für sie war, es war damals Winter, sie war 8 Jahre alt, und dass sie sich viele Nächte in den Schlaf weinte. Auch als Erwachsene empfindet sie die Botschaft der Musik als sehr tröstlich und die Reise an sich als sehr heilsam.

Ich verordne ihr nach dieser „Reise“ Natrium muriaticum C 200.

„Natur“

Bei der Verlaufskontrolle nach 2 Wochen sagt sie: ich bin immer ungern zum Friedhof gegangen, wenige Tage nach der Sitzung war es mir plötzlich ein Bedürfnis in die Kirche und ans Grab meiner Großeltern zu gehen. Ich wurde mir mit einem Male auch bewusst, dass ich um die Großmutter gar nicht trauern konnte, spürte plötzlich auch die Trauer um sie und konnte endlich auch um sie weinen, das hat sehr gut getan. Die Nase ist noch ca. 1 Woche gelaufen und seither ist Schluss, ich fühle mich psychisch viel stabiler und merke gleichzeitig, dass da noch weitere „Baustellen“ sind, die ich mir ansehen sollte, zusammen mit der Musik traue ich mir das zu.

4 Wochen nach der Sitzung kommt sie wieder in die Praxis um mit einer GIM-Therapie zu beginnen. „In mir arbeitet es intensiv, sagt sie und ich sehe, dass auch in meinem Erwachsenenleben einiges unter den Teppich gekehrt wurde und wird, ich will mir das jetzt ansehen.“

Es beginnt ein sehr intensiver therapeutischer Prozess, den ich immer wieder mit einer Gabe Natrium muriaticum unterstütze, vor allem dann, wenn der Prozess zu stocken scheint und sie sich wieder vermehrt in sich zurückzieht.

Nat.mur (inzwischengebe ich ihr 1M) hilft ihr im Prozess zu bleiben und stärkt sie, sich mit ihrem Mann, ihren Kindern, ihrem Leben auseinanderzusetzen. Durch den folgenden Winter ist sie seit langem wieder ohne Infekt der Nebenhöhlen gekommen und sie ist überzeugt, dass es auch zu keinem Infekt mehr kommen wird: „das waren all die ungeweinten Tränen“ ist ihre Erkenntnis. Sie bezeichnet sich heute als „gefühlsecht“, sagt „ich kann mit meinen Emotionen ganz anders umgehen und bin auch sonst viel präsent.“

GIM (guided imagery & music) ist eine tiefenpsychologische Therapieform, die auf den Erkenntnissen der humanistischen Psychologie und den Erkenntnissen über das Unbewusste nach C.G.Jung basiert. Die Therapie beruht auf einer speziellen Zusammenstellung von Musikstücken, sogenannten Programmen, die dem

„Gefühlsneutralität“

homöopathischen Prinzip entsprechend eingesetzt werden. Das bedeutet, dass die Stimmung des Patienten ausschlaggebend für die

Wahl des Musikprogrammes ist. Die Musikprogramme bestehen aus verschiedenen Musikstücken aus der klassischen Musik, sie wurden nach den Erkenntnissen von Dr. Helen Bonny, der Gründerin von GIM konzipiert. Dr. Helen Bonny entwickelte diese Methode in den 80er Jahren auf der Basis von jahrelanger Forschungsarbeit, und stellte mit Hilfe von Kollegen viele Musikprogramme zusammen. Dies ähnelt auch dem Beginn der homöopathischen Arbeiten von Hahnemann. Inzwischen wird GIM weltweit eingesetzt und gehört zu den 5 bekanntesten Musiktherapieformen.

Ich habe meine Praxis seit 1995 zunächst ausschließlich auf der Grundlage der klassischen Homöopathie nach Samuel Hahnemann betrieben. Angelehnt an die Lehre von Rajan Sankaran, vermisste ich aber zunehmend – gerade weil ich verstärkten Wert auf die Gemütssymptome legte, eine deutlichere Bewusstseinsarbeit oder vermehrte Erkenntnis über eigene Verhaltensmuster, die sich immer deutlicher auch als Grundlage für Rückfälle oder Stagnation in der homöopathischen Behandlung zeigten. So entdeckte ich GIM und begann neben der eigenen Selbsterfahrung eine Ausbildung bei Dr. Stephanie Merritt, einer Kollegin von Dr. Helen Bonny.

Bald darauf nützte ich mit GIM nicht nur die erweiterte Therapiemöglichkeit, sondern erkannte in den Imaginationen und Gefühlen der Patienten die Bilder, Wahnideen und Ängste, die in der homöopathischen Anamnese und Repertorisation so wichtig waren und doch so selten ausgesprochen wurden. Gerade bei tief verborgenen und verdrängten Erlebnissen und Traumata, zu denen die Patienten keinen Zugang mehr hatten, half die Musik, diese wieder ins Bewusstsein zu bringen und zu einer

(Er-)Lösung zu führen. So unterstützt die Arbeit mit GIM die homöopathische Behandlung und umgekehrt ist eine konstitutionelle Behandlung während der GIM Therapie äußerst hilfreich um die Psyche zu stärken, die körperliche und emotionale Kraft zu erhalten und den Patienten dadurch ein tiefes Einlassen in ihren Prozess der Persönlichkeitsentwicklung zu ermöglichen.

Die Gefühlsneutralität ist ein großes Problem unserer derzeitigen Gesellschaft, die durch die Anonymität von chatrooms, facebook usw. noch verstärkt wird, eine gute homöopathische Behandlung

und die Arbeit mit der Musik können unseren Patienten helfen, wieder Zugang zu ihren Gefühlen zu finden, Denken und Fühlen in Einklang zu bringen und die Beziehungsfähigkeit zu stärken.

In meinem seit 2008 bestehenden GIM Ausbildungsinstitut biete ich nicht nur Ausbildungen für Psychotherapeuten an, sondern auch spezielle Fortbildungen und extra Ausbildungsmodulare für Homöopathen. Nähere Informationen finden Sie auf meiner Homepage. Weitere Informationen über GIM finden Sie auch in meinem Buch „Musik als Weg zu innerem Frieden“.

ANGABEN ZUR PERSON

Christina Achter ist seit 1995 Heilpraktikerin, ihre Fachgebiete sind Homöopathie und GIM Musiktherapie. Sie ist vom internationalen Dachverband Association for Music and Imagery (AMI) zertifizierte Trainerin und besitzt ein eigenes Ausbildungsinstitut (Institut für musikgeleitete Psychotherapie IMP) in München.

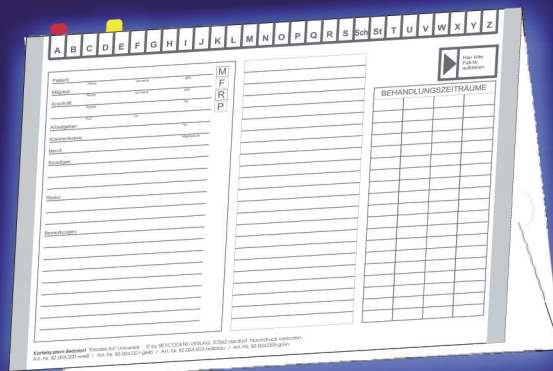
HINWEIS ZUR AUSBILDUNG / FACHFORTBILDUNG: IN MEINEM SEIT 2008..... HOMÖOPATHEN

Im April 2011 beginnt in München eine Ausbildung Phase 1. Diese Ausbildung stellt gleichzeitig eine Fachfortbildung zur gezielten therapeutischen Anwendung von Musik in Gruppen dar. Die Fachfortbildung kann mit einem Zertifikat des Ausbildungsinstitut abgeschlossen werden (der Antrag auf Zertifizierung der Fachausbildung beim UDH ist eingereicht). Auch die Ausbildungsphase 2 kann als eigenständige Fachfortbildung zur gezielten therapeutischen Anwendung von Musik in Einzeltherapie und als Begleittherapie genutzt werden, auch diese wird mit einem Zertifikat des Ausbildungsinstitutes abgeschlossen. Ab Phase 3 handelt es sich um eine abgeschlossene tiefenpsychologische Ausbildung zum GIM-Therapeuten. Nähere Informationen bei der Autorin oder unter www.gim-musiktherapie.de

Moderne Heilpraktiker- Kartei



Kartei und mehr...



**Groß-Format A4
Standard-Format A5
HP-Formulare
Bescheinigungen ...**

**Muster anfordern
kostenlos testen**