

## Hypno meets Brainspotting

---

---

---

---

---

---

---

## Was „ist“ Brainspotting aus meiner Sicht

- Entdeckung durch David Grand
- Zentrale Merkmale:
  - 1) Augen – Gesicht – Körper (minimal cues)
  - 2) Reflexe
  - 3) Aktivierung
  - 4) Dissoziation = Brainspot als dissoziative Kapsel
- Basisannahmen:
  - Unschärferelation
  - Physiologischer Ansatz mit psychologischer Wirkung
  - Selbstregulation

---

---

---

---

---

---

---

## Entdeckung

- David Grand
  - 80er Psychoanalyse-Ausbildung
  - 1993 EMDR-Ausbildung
  - 1999 Kennenlernen Somatic Experiencing
  - 2001 9/11; Dr. Grand lebt in New York
  - 2003 Entdeckung Brainspotting™
  - Weiterentwicklung: z.B. Traumafokus und Schmerzfokus (Mag. Thomas Weber)

---

---

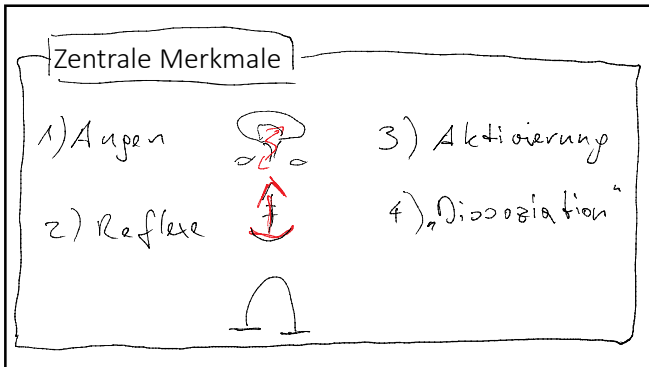
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

Was Sie schon immer über die Augenbewegungen verlernen wollten ;-)

- Nicht im Sinne der bekannten Zugangshinweise über die Augen verwenden,
- sondern offen sein für prozesshaftes Holographisieren

Vexierbild-Analogie als „Sowohl-als-auch-Angebot“

**Selbsterfahrung: Wohin wir schauen, beeinflusst, wie wir uns fühlen!**

Nehmen wir an, wir könnten Ihre Augen fragen, wo sie glauben, dass es gute Zugangspunkte für die holographische Verarbeitung dieses Workshops gibt. Wo würden Ihre Augen am liebsten verweilen?

---

---

---

---

---

---

---

---

Beziehungs-Rahmen

- Kometen-Metapher: Therapeut folgt dem Prozess (Unterschied zu Realitätenkellner
- Kein Widerstand! -> Utilisation von Phänomen
- Framing – Rahmung des Prozess entscheidend (ich verwende hypnosystemischen Rahmen
- Jedes Gespräch kann Brainspotting sein!
- Be open to everything
- Feedback-Schleifen: wir basteln unser Brainspotting maßgeschneidert

---

---

---

---

---

---

---

---

## Interventionsverständnis

- „Technique is a shiny object!“ – 2 Möglichkeiten im Prozess a) beobachten b) verändern
- 80:20 verbal – non-verbal
- „Jump in, to get out!“ – wenn ich interveniere, schaue ich, dass schnell wieder der Prozess „von selbst“ läuft
- „Follow regulation, no pendulation!“ – keine aktive Vernetzung, sondern Begleitung der Selbstregulation!
- „It's about what not to say!“ viele Interventionen von Seiten der Therapeuten sind FÜR die Therapeuten, Klienten können viel selber

---

---

---

---

---

---

---

---

## Methode

- 1) Wofür wollen Sie den Prozess nutzen?
- 2) Problem-Trance aktivieren
- 3) SUD-Skala (0-10)
- 4) Felt Sense (Wo im Körper?)
- 5) Eye-Position
- 6) Prozess
- 7) Transfer und Abschluss

---

---

---

---

---

---

---

---

## Technik im Prozess

- Pacing, Pacing, Pacing (B2)
  - Direkte und Indirekte Einladungen zur (Um-)Fokussierung (B3)
  - Assoziation – Dissoziation + Ideodynamik (B4)
  - Zeitreisen – Regression und Progression (B5)
  - Rituale und Symbole (B6)
  - Geschichten und Metaphern (B7)
- Wichtig: Möglichkeit der Dissoziation im Prozess durch Wahlfreiheit weitgehend abgedeckt (nicht auf Punkt hinzwingen)! Ansonsten alle hypnotherapeutischen Techniken anwendbar. Merke: Dissoziation ist kein Problem, sondern eine Lernaufgabe

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ressourcen

Bücher:

David Grand: Brainspotting

Iain McGilchrist: The master and his emissary

Artikel:

Andreas Kollar: Hypnosystemisches Brainspotting in der Arbeit mit Menschen mit Psychose-Erleben (Asanger Verlag)

Youtube:

Iain McGilchrist – The divided brain

Karl Pribram – Holographic brain

---

---

---

---

---

---

---

---