

Buch und CD: 18 Bioexplorer Designs Aus der Praxis für die Praxis

Das Buch und die CD enthalten 18 Bioexplorer Designs, basierend auf dem TLC-Assessment von Peter van Deusen.

Das Buch ist als Hilfe bei der Auswahl des Trainings gedacht und schlüsselt die Kategorien nach dem TLC Von Peter van Deusen nochmals auf.

Es werden die verschiedenen Symptombereiche nach den Kategorien von Peter van Deusen übersichtlich beschrieben, sowie die Designs im Detail verständlich erklärt. Ausserdem wird der Trainingsverlauf erläutert und die Erfahrungen beschrieben, die wir damit in unserer Praxis gemacht haben.

Das Buch eignet sich für alle Neurofeedback-Anwender, die mit dem Bioexplorer arbeiten und ihre Designs erweitern möchten. Ausserdem ist es geeignet für Therapeuten, die mit dem TLC Assessment arbeiten und sich noch vertiefter in die Materie einarbeiten wollen. Das Buch ist ebenfalls als Nachschlagewerk gedacht, bei der Entscheidung des geeigneten Designs.

Ausschnitt aus dem Buch:

1. Disconnect und Hot Temporal Lobes

Indikationen

- ☀ Gefühlsschwankungen
- ☀ Negative Gedanken und Gefühle
- ☀ Peri-, prä-oder postnatale Traumata
- ☀ Posttraumatisches Stresssyndrom
- ☀ Panikattacken
- ☀ Zähneknirschen
- ☀ Gefühlsüberflutung
- ☀ Langanhaltender Stress
- ☀ Deja-vu oder jamais-vu Erlebnisse
- ☀ Schatten sehen
- ☀ Überempfindlichkeit gegenüber Geräuschen

Trainingsdesign

1.1. T3 T4 Squish Töne

Designbeschreibung

Das Squish Training (siehe nächste Seite) gleicht die Stresswellen (Hibeta Wellen) des linken und rechten Temporallappens aus, was bei Disconnect manchmal wirksamer ist als ein zwei Kanal Training ohne Summe, da beim Summentraining beide Seiten mit einer Schwelle herunter trainiert werden. Ziel des Trainings ist zudem ein stetiges Herunter-Regulieren des erhöhten sympathischen Stress Setpoints, der durch eine ständige Zufuhr von Adrenalin und Kortisol zu hoch angestiegen ist (ersichtlich an den Hot Temporal Lobes). Das System ist nicht effizient, es verbraucht zur Aufrechterhaltung zu viel Sauerstoff. Ausserdem ist diese Homöostase anfällig für Störungen im autonomen Nervensystem, wie

Disconnect

Definition

Beim TLC ist Hibeta mit geschlossenen Augen auf T3 im Gegensatz zu T4 (oder umgekehrt) mindestens zwei Mal höher.

Linke Seite erhöht:

Formen von emotionaler Verwahrlosung.

Rechte Seite erhöht:

Formen von emotionalem Missbrauch.

Hot Temporal Lobes

Definition

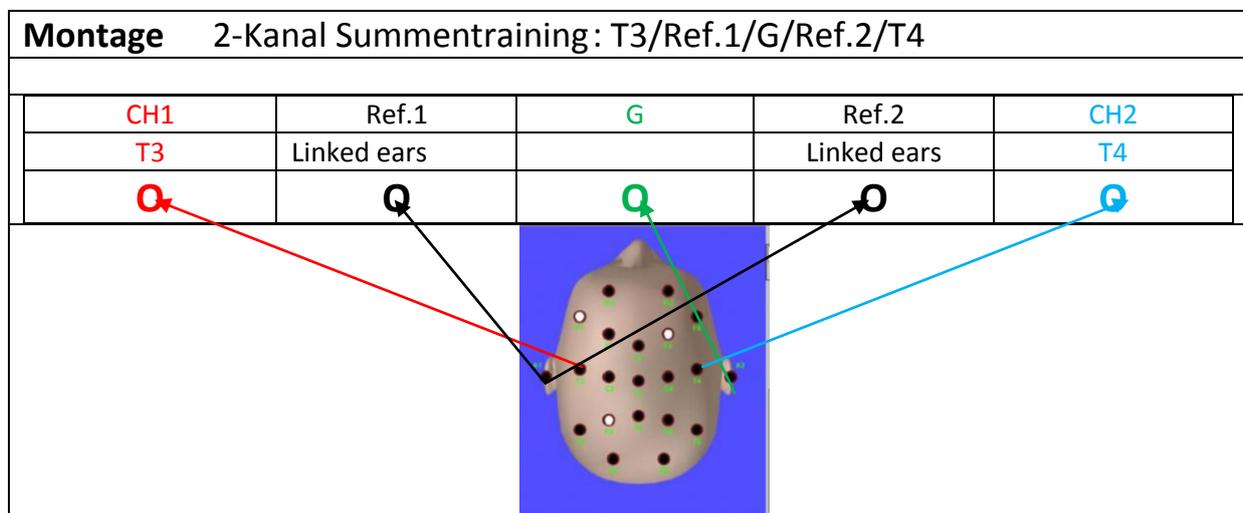
Die Beta Wellen sind auf T3 und /oder auf T4 höher als 14%, die Hibeta Wellen sind höher als 10%.

Panik, Wutanfälle, Herzrasen, etc. Die Amygdala des limbischen Systems sowie der Hippocampus liegen unter dem Temporallappen. Man schliesst daraus, dass diese beiden Systeme beim Training involviert sind.

Die mesolimbischen Skripts unserer persönlichen Geschichte sind an diesen Stellen abgespeichert: Erinnerungen, frühkindliche Ängste, Panikreaktionen. Durch Neurofeedback erlernt der Patient die negativ konnotierten Erinnerungen und Erlebnisse weniger in die Gegenwart zu projizieren und demzufolge das Gefühlsleben weniger negativ zu besetzen.

Squish Protokolle oder Summentrainings haben jeweils 3 Besonderheiten:

1. Sie bestehen aus 2 Kanälen.
2. Die beiden Kanäle werden zu einem aufsummiert, indem die Signale zusammen genommen und über eine Schwelle laufen gelassen werden.
3. Es wird jeweils nur heruntertrainiert.



Die Referenzen werden mit einem Jumper verbunden, was den Vorteil des gleichen Nullpunktes und somit die gleiche Ausgangslage für rechts und links mit sich bringt. Dies wird „linked ears“ genannt.

Anwendung

Das Training auf den Temporallappen kann sowohl mit geöffneten als auch mit geschlossenen Augen durchgeführt werden. Das Training *T3 T4 Squish Töne* eignet sich für die Anwendung mit geschlossenen Augen, während das Training *T3 T4 Squish Musik* sowohl für geöffnete als auch geschlossene Augen konzipiert ist.

Mit geschlossenen Augen empfiehlt es sich erst dann zu trainieren, wenn der Patient schon mit der Neurofeedbacksituation vertraut ist. Denn dieses Training basiert auf Vertrauen und Sicherheit, sowohl in die Methode wie in das Setting als auch in den Therapeuten. Bei geschlossenen Augen sind die Hibeta Wellen häufig höher als bei geöffneten, da sich das Gehirn nicht über externe Stimuli von den eigentlichen emotionalen Problemen ablenken kann. Personen mit Themen im limbischen System sind oftmals sehr aktiv. Damit schützen sie sich vor inneren Bildern, denen sie ausgeliefert sind.

Trainingsverlauf

Das Training auf den Temporallappen kann mindestens 1 Mal wöchentlich und/oder maximal 1-2 Mal täglich gemacht werden. Wichtig ist die subjektive Befindlichkeit des Patienten direkt nach dem Training sowie am Tag danach. Der Patient sollte sich danach grundsätzlich ruhiger und gelassener fühlen und mehr Distanz zu seinen Gefühlen und Gedanken zeigen. Die zeitliche Trainingsdauer sollte dem Individuum angepasst werden. Sinnvoll ist es, mit einer kleinen Zeiteinheit zu beginnen (3-5 Min.) und dann nach der Befindlichkeit des Patienten zu fragen. Mit der Zeit kann das Training bis zu 20 Min. gesteigert werden.

Wie die Erfahrung in der Praxis (Van Deusen) zeigen, muss zuerst die Temporallappen-Problematik angegangen werden, weil ansonsten die anderen Trainings nicht greifen. Sobald der Patient über längere Zeit symptomfrei ist, kann das Training auf anderen Hirnregionen fortgesetzt werden. Seit der Möglichkeit des HEG Trainings bedarf diese Aussage einer Revidierung. Denn eine zusätzliche Stabilisation des Frontalbereichs mittels HEG kann optimal ergänzend wirken.

1.1. T3 T4 Squish Töne

