INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL
The Art and Science of Somatic Praxis
Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Zusammenfassungen – IBPJ - Band 23, Nummer 2

Pränatale und perinatale Somatik
Acht Praxisprinzipien und neue Horizonte zur Integration frühester Traumata

Kate White

Pränatale und perinatale Somatik ist ein neues Praxisfeld, das sich aus dem Studium der Geburtspsychologie ergibt. Dieser Artikel beschreibt den „langen und gewundenen Weg“ der pränatalen und perinatalen Psychologie (PPN) und die Entstehung der pränatalen und perinatalen Somatik als Praxisfeld. Es werden acht Praxisprinzipien vorgestellt, um dieses aufstrebende Feld zu beschreiben und neue Möglichkeiten zur Unterstützung der lebenswichtigen und verletzlichen pränatalen und perinatalen Periode aufzuzeigen.

INTERVIEW

Die Ursprünge und die Entwicklung der pränatalen und perinatalen Psychologie in Nordamerika Ein Gespräch mit Thomas Verny

Dieses Gespräch mit Kate White, Gründungsdirektorin für Bildung der Gesellschaft für Pränatale und Perinatale Psychologie und Gesundheit (engl. APPPAH), und Gründerin und Direktorin des Zentrum für Pränatale and Perinatale Programme, reicht von den Anfängen der pränatalen und perinatalen Psychologie in Nordamerika und der Veröffentlichung von „Das geheime Leben des ungeborenen Kindes“ bis hin zu Diskussionen über zelluläres Bewusstsein und Vernys neuestes Buch „Der verkörperte Verstand“. Er und Kate White sind langjährige Kollegen, und die Leichtigkeit, mit der sie einander und diese Themen ansprechen, bietet eine herzliche, inspirierende Einführung für Leser, die sich neu mit dem Thema beschäftigen, sowie eine Heimkehr für erfahrene Enthusiasten der Heilung frühester Traumata.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL
The Art and Science of Somatic Praxis
Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Einnistung als Prägung von Verbundensein und Bindung
Eine phänomenologische Untersuchung heilender Gesten im pränatalen und geburtshilflichen Prozess

Jaap van der Wal, Kate White

Dieser Artikel untersucht die Phänomenologie der Einnistung des menschlichen Embryos in die Gebärmutterschleimhaut als Geste der frühen Entwicklung. Historisch wurde die Einnistung als „Implantation“ beschrieben. Dieser Artikel beschreibt „Nidation“ als Alternative zur „Implantation“. Phänomenologisch können diese beiden Gesten in Metaphern von Krieg versus Konversation beschrieben werden. Van der Wal beschreibt die Gesten morphologisch und embryologisch und interpretiert sie aus seiner einzigartigen goetheanischen Perspektive. White Untersucht, wie diese frühen Gesten in der pränatalen und perinatalen Somatik gesehen werden, und konzentriert sich darauf, wie Therapeuten mit ihnen arbeiten können, um früheste Traumata zu heilen oder wie sie immanente Gesundheit offenbaren. Zusammengenommen schaffen die Perspektiven von Van der Wal und White eine zusätzliche therapeutische Wahl für Therapeuten, die mit diesen frühesten Erfahrungsschichten arbeiten.

Trauma, Erinnerung und Wahrnehmung

John Wilks

Dieser Artikel untersucht die Bedeutung sensorischer Erfahrungen bei Babys und Ungeborenen und stellt die Annahme in Frage, dass sie aufgrund ihrer begrenzten Erfahrungen nicht in der Lage sind, Empfindungen zu interpretieren und zu kontextualisieren. Er zeigt, wie die pränatale Exposition gegenüber verschiedenen Arten von Reizen zur Entwicklung des Nervensystems beiträgt und zukünftige emotionale Reaktionen prägt. Der Artikel argumentiert, dass selbst scheinbar einfache sensorische Reize tiefgreifende Bedeutungen haben können, die die Stressreaktion eines Säuglings und seine Beziehung zu Traumata im späteren Leben beeinflussen.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

Der Text untersucht außerdem die Komplexität der Traumawahrnehmung und stellt fest, dass die Schwere einer Erfahrung nicht immer mit beobachtbaren Auswirkungen auf den Säugling korreliert. Faktoren wie der emotionale Zustand der Mutter und das Temperament des Säuglings spielen eine entscheidende Rolle bei der Gestaltung der Reaktionen auf pränatale und perinatale Traumata. Er führt auch das Konzept des somatischen Gedächtnisses ein und legt nahe, dass einige Personen auf detaillierte Erinnerungen aus ihrer pränatalen Phase zugreifen können, was traditionelle Ansichten über das Gedächtnis in Frage stellt. Insgesamt betont der Artikel die Notwendigkeit traumainformierter Pflegepraktiken, die der Tiefe und Auswirkungen früher sensorischer Erfahrungen bei der Unterstützung einer gesunden Entwicklung Rechnung tragen.

Schoßschatten

Licht in unseren vergessenen vorgeburtlichen Erfahrungen bringen

Cherionna Menzam-Sills

Dieser Artikel geht davon aus, dass pränatale Erfahrungen selten anerkannt werden und dazu neigen, zu unbewusstem Schattenmaterial zu werden. Unsere frühesten Erfahrungen und Einflüsse im Mutterleib legen den Grundstein für unsere Körperform und -funktionen sowie für unsere Persönlichkeit, unser Verhalten und unsere Beziehungstendenzen. Ironischerweise wird diese bedeutende Lebensphase in Diskussionen über psychologische Entwicklung, Therapie, Literatur und Bildung oft vernachlässigt. Die Erfahrungen von Babys im Mutterleib werden so übersehen, dass oft angenommen wird, die Erziehung beginne mit der Geburt, lange nachdem die Eltern begonnen haben, ihr Kind zu beeinflussen. Auswirkungen des pränatalen Lebens können als unbewusstes Schattenmaterial definiert werden, das zur gewohnheitsmäßigen Wiederholung bestimmt ist, da es bei der Sprachentwicklung nicht ausreichend reflektiert oder verstärkt wird. Da diese frühen Erfahrungen vor der Sprach- oder Gehirnentwicklung stattfinden, werden sie tendenziell als implizites Gedächtnis in Körpergeweben, Körperhaltungen und Verhaltensweisen

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

gespeichert und sind daher in der Körperpsychotherapie leicht präsent. Dieser Artikel befasst sich mit pränatalem Bewusstsein und Gedächtnis sowie mit der Möglichkeit, eine Therapie für das anzubieten, was die Kleinen im Mutterleib als Heilungsoption brauchten.

Die Rolle des Bindegewebes in frühen Entwicklungsstörungen

Gloria Quattrini

Will Davis entwickelte die Funktionale Analyse, die sanfte Berührungen – Punkte und Positionen – mit verbaler Arbeit kombiniert. Im Gegensatz zu anderen Methoden ist sie auf Bindegewebe und nicht auf Muskelgewebe ausgerichtet. Davis zufolge basiert die emotionale und körperliche Entwicklung bei frühen Charaktertypen, wie dem schizoiden, auf Plasma-(Bindegewebe-) Funktionsstörungen. In den ersten Monaten hat ein Fötus nur Plasma, um sich vor Schaden zu schützen. Die Plasmakontraktion ist daher die erste Reaktion eines Organismus auf Stress. Frühe Mängel, wie schlechte Ernährung oder unzureichende Pflege, werden im Bindegewebe registriert. Frühe Strukturen können nicht aufnehmen, was sie brauchen und wollen, da die Plasmakontraktion, die das Eindringen von Nahrung verhindert, bereits vorhanden ist. Diese bio-emotionale-ernährungsbedingte-existenzielle Funktionsstörung kann als Trauma definiert werden. Dieser Artikel verdeutlicht den Unterschied zwischen Schock und Trauma, so Davis. Schock beinhaltet einen akuten Angriff von außen, der eine Abwehr von innen nach sich zieht, während Trauma – das einer Wunde entspricht – die Beschaffenheit der Panzerung betrifft. Damit ein Trauma entstehen kann, muss sich Stress im Laufe der Zeit ansammeln und das gesamte System schwächen, sodass selbst kleinere Ereignisse als allumfassend empfunden werden. In der Therapie spiegeln die körperlichen Beobachtungen oft emotionale Muster wider. In Bezug auf das Verhalten sind faserige und dehydrierte Gewebe mit einer Leere und einer Kälte der Emotionen sowie starren, schematischen Gedanken verbunden, die sich vorwiegend entlang der Mittellinie des

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

Körpers, am Bauch und am Rücken manifestieren. Psychologisch gesehen verspüren Personen mit schizoiden Charakterzügen aufgrund früher Kontraktion oft einen Mangel an Raum zwischen sich selbst und anderen und empfinden jeden äußeren Reiz als Angriff auf das Selbst. Es ist daher wichtig, dass der Therapeut herzlich und einladend ist und gleichzeitig angemessene Grenzen wahrt.

Die Welt neu emfpinden

Transgenerationale systemische und prenatale integrative Kunst- und Körperpsychotherapie

Klaus Evertz

Die Theorie der Pränatalen Psychologie begründet eine erweiterte Nosologie. Psychische und somatische Erkrankungen in Kindheit, Jugend und Erwachsenenalter lassen sich zunehmend ätiologisch auf die Epigenetik und die psychischen Umstände der Schwangerschaft zurückführen. Zugleich ist diese Theorie die Grundlage für eine bio-psycho-soziale Medizin der Zukunft und damit auch eine neue theoretische Grundlage für eine umfassende Psychosomatik, in der sich biologische Genetik und transgenerationale familiensystemische Psychologie/Psychotherapie ebenso ergänzen wie Schwangerschaftsepigenetik und Pränatale Psychologie. Die Erkenntnis der pränatalen Psychotherapie ist die präzise Möglichkeit, zwischen transgenerationalen, pränatalen und postnatalen Traumata zu unterscheiden.

Der Zusammenhang zwischen perinatalem Stress und Nahrungsmittelallergie des Neugeborenen

Eine Perspektive von Somatic Experiencing

Sinem Özen Canbolat, İlayda Ulubaş, Ezgi Yıldız

Immer mehr Belege unterstreichen die tiefgreifenden Auswirkungen von mütterlichem pränatalem Stress auf die Entwicklung und Gesundheit von Kindern. Untersuchungen zum

Zusammenhang zwischen pränatalem Stress und dem Auftreten von Nahrungsmittelallergien bei Neugeborenen haben jedoch widersprüchliche Ergebnisse erbracht. Die spezifischen Mechanismen, durch die mütterlicher pränataler Stress zu Nahrungsmittelallergien bei Neugeborenen beiträgt, sind noch weitgehend unerforscht. Diese Studie versucht, diesen Zusammenhang aufzuklären, indem sie Paarungsdynamiken als praktikablen Erklärungsmechanismus einführt. In einer bahnbrechenden Anstrengung untersucht sie den Zusammenhang zwischen verschiedenen Arten von Stress während der Schwangerschaft und Nahrungsmittelallergien bei Säuglingen. Die Studie untersuchte detailliert die Stressniveaus von 52 Müttern und notierte alle Symptome von Nahrungsmittelallergien bei ihren Kindern. Unsere Analyse weist auf einen signifikanten Zusammenhang zwischen pränatalem Stress und dem Auftreten von Nahrungsmittelallergien bei Neugeborenen während ihrer ersten sechs Monate hin. Insbesondere arbeitsbedingter und physiologischer Stress erwiesen sich als Schlüsselfaktoren für Nahrungsmittelallergien bei Säuglingen. Diese Erkenntnisse erweitern unser Verständnis der negativen Auswirkungen von pränatalem Stress auf die Gesundheit und Entwicklung von Kindern erheblich und unterstreichen die Notwendigkeit, Interventionen zu entwickeln, die pränatalen Stress reduzieren und die Immunfunktion von Neugeborenen stärken.

Einsatz fortgeschrittener integrativer Therapie zur Behandlung von Angstzuständen und PTBS bei einer schwangeren Frau.

Ein Fallbericht mit Einzeldesign

Elizabeth Pace

Viele Frauen leiden während der Schwangerschaft unter Angstzuständen vor der Geburt, insbesondere während ihrer ersten Schwangerschaft, da so viel unbekannt ist. Diese Fallstudie wurde durchgeführt, um die Wirksamkeit der Advanced Integrative Therapy (AIT), einer Traumabehandlungsmethode der somatischen Energiepsychologie (EP), bei der Verringerung der

Angstsymptome einer Frau zu untersuchen, die ihre erste Schwangerschaft austrägt. Der Autor stellte die Hypothese auf, dass die Angstsymptome der Klientin und ihre Werte bei mehreren Traumabewertungsmaßnahmen nach der Anwendung der Advanced Integrative Therapy als einziger Behandlungsintervention verringert würden. Die Studie wurde in der Praxis des Autors durchgeführt, der sich wöchentlich mit der Klientin zu sechs Sitzungen von jeweils 60 Minuten traf. Die Selbstauskunft und die subjektiven Störungseinheiten (SUDS) der Klientin, eine grundlegende Angstskala (GAD-7), eine Skala für dissoziative Erfahrungen (DES-II), eine Checkliste für posttraumatische Belastungsstörungen (PCL-5) und eine Checkliste für komplexe posttraumatische Belastungsstörungen (ITQ) wurden vor und nach der Behandlung ausgefüllt. Nach Abschluss der Screening-Instrumente erfüllte die Klientin die Kriterien für eine wahrscheinliche Diagnose einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Dies war ein Einzelfallstudiendesign, bei dem AIT als einzige Behandlungsintervention verwendet wurde, und wurde mit einer Patientin durchgeführt, nachdem sie mit ihrem ersten Kind schwanger geworden war. Die Datenerfassung begann, als die Patientin in der 18. Schwangerschaftswoche war, also im zweiten Trimester. Die Studie ergab, dass die Angst- und posttraumatischen Stresswerte der Klientin deutlich reduziert waren und dass auch ihre subjektiven Störungseinheiten (SUDS) abnahmen. Als die Screening-Instrumente am Ende der Behandlung erneut durchgeführt wurden, erfüllte die Klientin nicht mehr die Kriterien für generalisierte Angst oder PTBS. Frühere Fallstudien haben gezeigt, dass AIT wirksam ist, um gespeicherte traumatische Erinnerungen zu desensibilisieren und neu zu verarbeiten, die zu einem überaktiven Nervensystem und Angstsymptomen führen. Weitere Forschung zum Potenzial von AIT als sanfte Behandlungsintervention für die psychische Gesundheit von Müttern ist erforderlich.

Benötigen Babys Psychotherapie

Eine Einführung in die Integrative Babytherapie

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL
The Art and Science of Somatic Praxis
Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Matthew Appleton

Integrative Baby Therapy (IBT) ist ein von der Autorin entwickelter, verkörperter relationaler Ansatz für die Arbeit mit Babys. Die theoretischen Grundlagen und die praktische Anwendung der IBT-Fähigkeiten stützen sich auf eine Reihe verschiedener Quellen, insbesondere auf Körperpsychotherapie, Kraniosakrale-Therapie und Prä- und Perinatalpsychologie. IBT ist eine spezifische Synthese der innovativen Grundlagenarbeit von Praktikern und Forschern in diesen und anderen Bereichen. Diese werden im gesamten Text gewürdigt. Der Schwerpunkt von IBT liegt auf kurzfristigen Kriseninterventionen zur Unterstützung von Eltern mit verzweifelten Babys und Kleinkindern. Eltern berichten von langfristigen Vorteilen dieser Interventionen. Die typische Altersspanne für diese Therapie reicht von kurz nach der Geburt bis zum Alter von zwei Jahren. Der IBT-Ansatz kann an die Arbeit mit älteren Kindern angepasst werden. Letzteres findet auch statt, die Beschreibung dessen würde jedoch über den Rahmen dieses Artikels hinausgehen. Im Mittelpunkt der Praxis von IBT steht die Schaffung eines empathischen Raums, in dem Babys dabei unterstützt werden, möglicherweise überwältigende pränatale und geburtsbezogene Erfahrungen zu verarbeiten. Sie kommunizieren diese Erfahrungen durch *Baby-Körpersprache* und *Erinnerungsweinen*, die beide in diesem Artikel untersucht werden.

Die Rolle des Therapeuten im entwicklungssensiblen Reparativprozesses

Eine korrigierende emotionale Erfahrung bieten

Elya Steinberg

Entwicklungsnotwendige, reparative therapeutische Beziehungen haben aus theoretischer und klinischer Sicht tiefe Wurzeln in der Psychoanalyse und anderen psychotherapeutischen Modalitäten, einschließlich der biodynamischen Körperpsychotherapie (BP). Dieser Artikel untersucht die Arbeit der BP mit Regression, da sie die fortgesetzte salutogene (die Prozesse, die die Bewegung in Richtung Gesundheit unterstützen) Entwicklung des inhärenten Potenzials des Klienten unterstützt. Durch die Integration einzigartiger klinischer Werkzeuge und Techniken

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

ermöglicht die BP psychologische und physiologische „korrigierende emotionale Erfahrungen“, um authentische affektive Zustände als allostatische Phänomene wiederherzustellen (d. h. die synchronisierte Fähigkeit aller Körpersysteme, während der Veränderung dynamische Stabilität zu erreichen). Dieser Artikel veranschaulicht praktische Möglichkeiten, wie biodynamische Psychotherapeuten eine „gut genuge“ Präsenz im Winnicottschen Sinne erlangen, während die Auswirkungen der Regression bei der Wiederherstellung bio-psycho-sozialer Funktionen berücksichtigt werden, die auch Aspekte der Neurowissenschaft und Psychoanalyse wie bewusste und unbewusste integrative Prozesse, organische Wahrnehmungsänderungen, das Auftauchen und die Wiederkonsolidierung von Erinnerungen umfassen.

Polyvagale Theorie für Perinatale Traumata

Eine Mutter-Sohn Somatische Fallstudie

Karen Roller

Diese Mutter-Kind-Fallstudie untersucht somatische Beurteilungs- und Interventionsansätze, die bei einer beauftragten Klientin angewendet wurden, deren Vorgeschichte perinataler Traumata bisher nicht erforscht wurde. Der Kliniker berichtet, wie er Judith Hermans dreiphasiges Modell zur Traumalösung und Stephen Porges’ Polyvagale-Theorie einbezog, um Auslöser für Abschottung und Wut in der Dyade zu ermitteln. Daniel Siegels zwischenmenschlicher neurobiologischer Rahmen und somatische Interventionen, die verwendet werden, um vereitelte Überlebensreaktionen zu vervollständigen und ein notwendiges Gefühl von Sicherheit und Verbundenheit zu stärken, werden erklärt. Selbstreflexionen des Therapeuten werden einbezogen.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL
The Art and Science of Somatic Praxis
Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Ihr Körper kann nicht lügen

Erfahren emotional körperliches Bewusstsein durch Kunst

Ellen Gayda

„Her Body Cannot Tell A Lie“ ist ein kreatives Stück mit gesprochenem Wort, das die Anatomie der Emotionen durch die verkörperte Sprache des somatischen Ausdrucks offenbart. Die Inspiration kam von mir, der großen Bandbreite emotionaler Erfahrungen eine Stimme zu geben, die im weiblichen Körper archiviert sind. Da ich seit über vierzig Jahren Frauen professionell unterstütze, war ich Zeugin der weiblichen Reisen, die sie unternommen haben, um ihre substanzielle Wahrheit ins Bewusstsein zu bringen. Diesem intimen Heilungsprozess eine Sprache und Plattform zu geben, ist mein Beitrag an sie. Um den Schleier zu lüften und die emotionale Artikulation des Weiblichen durch die Linse der vielschichtigen Weisheit der somatischen Psychologie und Körperpsychotherapie zu demonstrieren, war eine kreative Präsentation in einem Veranstaltungsort für Live-Kunst erforderlich. Durch gesprochene Verse und Bewegung mit Musik konnten ihre unerzählten Geschichten von einem breiten Publikum erlebt und empfangen werden.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org
Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org
Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org