

## TRAUMATHERAPIE

### DEFINITION TRAUMA

Als TRAUMA bezeichnet man in der Medizin oder Biologie eine Schädigung / Verletzung, die durch Gewalt von aussen entstanden ist. Die Lehre der Verletzungsarten und ihrer Behandlung wird als Traumatologie bezeichnet.

Bei einer Mehrfachverletzung sind mehrere Körperregionen oder Organe betroffen bzw. verletzt. Besteht durch diese Mehrfachverletzung Lebensgefahr, so spricht man in der Medizin von einem POLYTRAUMA.

Spätere Folgen von Traumata werden auch als POSTTRAUMATISCH bezeichnet.

### Trauma in der Psychologie

Zu einer psychischen Traumatisierung kommt es, wenn das Ereignis die psychischen Belastungsgrenzen des Individuums übersteigt und nicht adäquat verarbeitet werden kann. Beispiele für Erlebnisse, die Traumata auslösen können, sind Gewalt, Misshandlung, Unfälle, Trennungen, Verlust oder Krankheit. Ein und dasselbe traumatische Erlebniskann bei dem einen Tier ein Trauma auslösen und beim Anderen nicht.

### Hinweis auf eine Traumatisierung

Ängstlichkeit, Hilflosigkeit, unsoziales Verhalten, Desorientiertheit, Aggressivität, extremer Kontrollzwang oder unverhältnismässig heftige Reaktionen auf äussere Einflüsse können Zeichen einer Traumatisierung sein. Meist gekoppelt mit einem Flashback.

Auftreten können diese Fehlreaktionen:

- als akute Belastungsreaktion unmittelbar auf das belastende Ereignis
- Posttraumatisch erst mit grösserem zeitlichem Abstand
- Aufgrund ähnlicher jedoch viel schwächeren Gegebenheiten, so genannte „Flashbacks“
- In Zusammenhang mit Mehrfachtraumatisierungen oder länger andauernden traumatischen Situationen

## FASZIEN

Seit sich Faszien im hochauflösenden Ultraschall beobachten lassen, konnte die Forschung erstaunliche Entdeckungen machen. So vermögen sich Faszien unabhängig von Muskeln zusammenzuziehen. Sie speichern Energie und organisieren die Kraftübertragung der Muskeln.

Weiter enthalten Faszien sehr viel mehr Bewegungssensoren und Schmerzrezeptoren, als sich in den Muskeln und den Gelenken finden lassen. Das macht das Bindegewebe zum grössten Sinnesorgan des Menschen. Es ist eng mit dem vegetativen Nervensystem verbunden und sendet unablässig Signale ins Gehirn. Es sind die Faszien, die uns befähigen, unseren Körper wahrzunehmen und alle Bewegungen zu choreographieren, ohne unser Bewusstsein auf jeden einzelnen Schritt oder Akt lenken zu müssen. Zudem haben Faszien eine emotionale Erinnerung. Sie speichern alles Erlebte, namentlich auch Schmerzen.

## Myofasziale Verspannungen

Faszien reagieren empfindlich auf verschiedene Reize, darunter Stress, Überlastung durch zu viel Sport ebenso wie Unterforderung durch Bewegungsmangel. Unter solchen Bedingungen verdicken, verkleben und verfilzen sich die elastischen Faszien und senden oder verhindern Signale an die Muskeln mit der Folge, dass diese Entzündungsstoffe ausschütten und/oder sich zurückbilden.

Myofasziale Verspannungen, welche sich von einer Stelle her über den Körper ausbreiten nennen wir „Verziehungen“. Die abnormalen Zuglinien können zu Bewegungseinschränkungen führen.



## DIAGNOSE

### Durch Betrachtung

#### Haltung und Gang:

Fasziale Verspannungen resultieren nicht nur in Schmerhaftigkeit, sondern auch in leichte bis mittelschwere Einschränkungen der Bewegungsfreiheit, meist mit einem leichten oder mittelschweren Schmerz verbunden.

### Durch Berührung

#### Ausstreichen:

„Verzogene“ Faszienerkennen wir als ziehende Verspannung des Gewebes ertastet. Zittern und/oder Zucken weisen auf eine „verzogene“ Faszie hin. Wobei interessant ist, dass der Ursprung nicht an demselben Ort sich befinden muss.

#### Passivbewegungen und Dehnungen:

Die Verspannungen der innerlich liegenden Faszien erkennt man durch das Ansetzen einer Bewegung oder Dehnung. Das Gewebe wird die Bewegung/Dehnung kaum mitmachen können.

#### Med. Qi Gong:

An der Reaktion des Tieres erkennen wir problematische Stellen, welche ev. traumatisiert sein könnten.



#### Eigene Notizen:

# TIER SHIATSU SCHULE

Nachdiplomstudium

## BEHANDELN

Die Tier-Shiatsu-Traumatologie arbeitet auf 3 Ebenen:

Seelische Ebene: UNTERBEWUSSTSEIN: in der Tiefenentspannung werden Erlebnisse und Gefühle bearbeitet.

Ergetische Ebene: MERIDIANE: TCM unterstützt die Funktion wie Loslassen in physischem und seelischem Sinne.

Körperliche Ebene: FASZIEN: durch das lösen der Faszien, des Speicherorgans, ermöglichen wir die Auslösung des Taumas auf allen Ebenen.

## Fasziale Traumaarbeit

Die myofaszialen Verspannungen werden durch das Zurückbuchstabieren der Entstehung der Verspannungen aufgelöst.

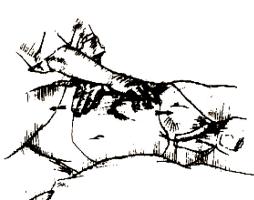
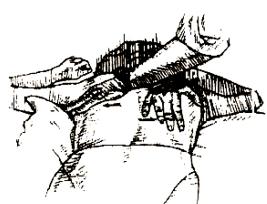
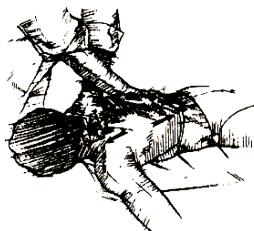
Die Zone einer „verzogenen“ Faszie ertasten mit den flach aufliegenden Händen „fassen“ und ca. 30 Sek. warten. Qi wird sich an diese Stelle begeben und einen Prozess in Gang setzen.

Es entsteht eine Bewegung. Die Faszien wird versuchen sich noch mehr zu verspannen. Die Hand folgt den Bewegungen und schlägt öffnende Richtungen vor. Die Faszie beginnt sich zu öffnen. Dieser Bewegung unterstützend folgen. Ist keine Bewegung mehr zu spüren, wird gewartet bis die nächste Bewegung beginnt. Dieser Bewegung wieder folgen, und so weiter.

Nach einigen Bewegungen, wird es eventuell eine Kehrtwende geben. Die Faszien werden versuchen sich wieder zu verziehen. Die Hand verhindert das Zurückziehen der Faszien. Die Hand harrt aus und lässt „den Prozess der Verarbeitung“ laufen. Das Trauma wurde erfolgreich behandelt, wenn die Spannung nachlässt. Die Regeneration der Nerven kann einige Tage dauern.

Die Technik wird meist mit beiden Händen neben einander oder überkreuzt ausgeführt.

Die Hände können auch je auf einer Körperseite, vorne - hinten oder seitlich, platziert werden. Damit werden quer durch den Körper laufende Faszien angesprochen.



### Mögliche Zonen:

Lumbosakral: Hände neben einander

Allgemein Gelenke: Hände beidseitig

Illiosakral: Hände zusammen

Kreuzbein: Hände zusammen

Zwerchfell: Hände beidseitig

Kiefergelenk: Hände beidseitig

# **TIER SHIATSU SCHULE**

Nachdiplomstudium

## Weitere Traumatechniken

### Medizinisches Qi-Gong

Die Hand oder das Auge führt Qi durch den traumatisierten Bereich, dies mit oder ohne Berührung und nur so lange wie die Psyche dies verarbeiten kann. Tempo und Abstand anpassen. Die Konfrontation führt Schritt für Schritt zur Auflösung des Taumas in psychischer Hinsicht.

### Passivbewegungen

Die Bewegung am passiven /entspannten Tier stellt die Zellerinnerung wieder her und schafft Vertrauen in die wieder erlangte Möglichkeit der Bewegung.

### Zentrieren

Dies führt das Tier zu seinem Körper. Traumatisierte Tiere lassen sich nicht gerne zentrieren. Es hat die Verdrängung, Flucht vor dem eigenen Schmerz, praktiziert. Das wieder zurückführen in den Körper wird bei physisch traumatisierten Tieren nicht als angenehm empfunden.

### Herzabschäumen

Leitet Stress, hochsteigende Energien und Hitze aus.

### Herzausschütten

Der Herzkreislaufpunkt an der linken Rumpfseite dient als Ventil. Durch unsere Berührung mit Hk8 kann dem Tier eine Entlastung angeboten werden.

### TCM – Meridianbehandlung

- Di (Lu) => Loslassen – Gefühl der Enge
- He (Hk) => Seelische Traumas – Schutzhaltung
- Bl (Ni) => Verdrängung ins Unterbewusstsein – Ängste / Depressionen