

# Inhalt

## I. Basiswissen und Grundlagen

<b>1.</b>	<b>Geschichte und Grundbegriffe der Ortho-Bionomy</b>	<b>2</b>
1.1	Entwicklung der Manuellen Therapie	2
1.2	Was bedeutet Ortho-Bionomy?	2
1.3	Arthur Lincoln Pauls Weg zur Ortho-Bionomy	3
1.4	Das Grundkonzept	4
1.5	Die „Phasen“ in der Entwicklung	6
<b>2.</b>	<b>Physiologische Grundlagen und Arbeitsprinzipien</b>	<b>7</b>
2.1	Grundlagen der Manuellen Therapien und Reflextherapien	7
2.1.1	Blockierung und Läsion – Definition und Entstehungstheorien	7
2.1.2	Manuelle Therapie der Blockierung/Läsion	8
2.2	Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Ortho-Bionomy und Manueller Therapie	9
2.3	Das Konzept der „Verwirrung“ als Krankheitsursache	11
2.4	Grenzen der Ortho-Bionomy	12
2.5	Grundregeln der Ortho-Bionomy	12
<b>3.</b>	<b>Techniken der Ortho-Bionomy</b>	<b>14</b>
3.1	Diagnostische Verfahren	14
3.2	Strukturelle Techniken (Phase 4)	14
3.2.1	Lösungsbehandlung durch Positionierung und Kompression	14
3.2.2	Isometrische Techniken	14
3.2.3	Isotonische Techniken	15
3.2.4	Narben- und Faszienbehandlung – auch als dynamische Technik	16
3.2.5	Haltungsarbeit	16
3.2.6	Nachbehandlungstechniken	16
3.2.7	Selbstbehandlungstechniken (Phase 4+5)	16
3.3	Dynamische Techniken (Phase 5)	17
3.3.1	Basistechnik Beobachten und Folgen	17
3.3.2	Basistechnik empathisches Begleiten und Mitschwingen	18
3.3.3	Dynamische Mobilisation	18
3.3.4	Neurophysiologische Reflexstechniken – Reflexe der Phase 5	18
3.3.5	Bilaterale Balancetechniken	19
3.4	Kraniosakrale Techniken	19
3.5	Viszerale Techniken	22
3.6	Energetische Techniken (Phase 6)	23
3.6.1	Freie Aura-Arbeit	23
3.6.2	Energetische Reflexe	24
3.7	Reflexzonenbehandlung	24
3.7.1	Neurolymphatische Reflexzonen nach Chapman	24
3.7.2	Fußreflexzonenbehandlung	27
3.8	Behandlung somatopsychischer und psychischer Beschwerden in der Ortho-Bionomy	28
3.8.1	Therapeutische Interaktion	28
3.8.2	Therapeutische Kommunikation	28
3.8.3	Therapie von Schock und Trauma	28
<b>4.</b>	<b>Anforderung an den Therapeuten</b>	<b>30</b>
4.1	Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbstkritik	30
4.2	Das Auffinden des richtigen Ortes	31
4.3	Das Timing – die zeitliche Abstimmung	33

4.4	Die richtige Berührungsqualität . . . . .	34
4.5	Die Wahl der richtigen Informationsebene (Wahl der Phase) . . . . .	34
4.6	Innere Aufrichtigkeit . . . . .	34
4.7	Die Arbeitshaltung – die Einstellung zur Therapie . . . . .	35
<b>5.</b>	<b>Schlüsselpunkte einer erfolgreichen Behandlung.</b> . . . . .	<b>37</b>
5.1	Allgemeine Grundlagen . . . . .	37
5.2	Schlüsselpunkt kontrakte ventrale Muskeln im Schultergürtel . . . . .	38
5.2.1	Ursachen der Dauerverkürzung ventral gelegener Muskeln . . . . .	39
5.2.2	Strukturelle Belastungsfolgen. . . . .	39
5.2.3	Funktionelle Belastungszeichen und Symptome . . . . .	40
5.2.4	Therapie der Grundbelastung ventral im Schultergürtel . . . . .	40
5.3	Schlüsselpunkt thorakolumbalen Übergang . . . . .	41
5.3.1	Symptome durch Irritation des thorakolumbalen Übergangs . . . . .	41
5.3.2	Therapie der Schlüsselregion des thorakolumbalen Übergangs . . . . .	42
5.4	Schlüsselpunkt weiterer Segmentübergänge der Wirbelsäule. . . . .	43
5.4.1	Kopfgelenke. . . . .	43
5.4.2	Zervikothorakaler Übergang. . . . .	43
5.4.3	Lumbosakraler Übergang . . . . .	44
5.5	Schlüsselpunkt Diaphragmen. . . . .	44
5.5.1	Mundboden/Schädelbasis . . . . .	45
5.5.2	Obere Thoraxapertur . . . . .	45
5.5.3	Zwerchfell. . . . .	46
5.5.4	Beckenboden . . . . .	47
5.6	Schlüsselpunkt Muskelfunktionsketten. . . . .	47
5.7	Schlüsselpunkt OSG und inneres Längsgewölbe des Fußes . . . . .	47
<b>6.</b>	<b>Therapiehindernisse für die Ortho-Bionomy</b> . . . . .	<b>49</b>
6.1	Falsche Zuordnung der Symptome. . . . .	49
6.2	Übersäuerung, Verschlackung des Gewebes . . . . .	49
6.3	Störfelder . . . . .	50
6.3.1	Grundlagen . . . . .	50
6.3.2	Anlass zur Störfeldsuche . . . . .	51
6.3.3	Störfeldsuche . . . . .	52
6.3.4	Störfeldbehandlung . . . . .	52
6.4	Medikament-Nebenwirkungen. . . . .	53

## II. Strukturelle Techniken der Ortho-Bionomy zur Behandlung des Stütz- und Bewegungsapparates

<b>7.</b>	<b>Die Wirbelsäule als Achsenorgan</b> . . . . .	<b>57</b>
7.1	Anatomische und physiologische Grundlagen. . . . .	57
7.2	Sichtbefund und orientierende Untersuchung . . . . .	58
7.2.1	Erster Sichtbefund. . . . .	58
7.2.2	Orientierende Untersuchung . . . . .	59
7.3	Spezielle Wirbelsäulenbeschwerden . . . . .	59
7.3.1	Facettensyndrome. . . . .	59
7.3.2	Irritation der Ligamenta interspinalia und des Ligamentum supraspinale . . . . .	60
7.3.3	Myotendopathien der Rückenmuskulatur . . . . .	61
7.3.4	Diffuse suprasegmentale Rückenschmerzen. . . . .	61
<b>8.</b>	<b>Halswirbelsäule.</b> . . . . .	<b>62</b>
8.1	Anatomie . . . . .	62
8.2	Behandlungsgrundlagen . . . . .	63
8.3	Orientierende Beweglichkeitsprüfungen der Halswirbelsäule . . . . .	63

8.3.1	Orientierende aktive und passive Bewegungsprüfung der einzelnen globalen Bewegungsfreiräume in Rückenlage . . . . .	63
8.3.2	Rotationsprüfung der oberen HWS passiv im Sitzen . . . . .	64
8.3.3	Rotationsprüfung der unteren HWS im Sitzen . . . . .	64
8.3.4	Prüfung der passiven Feinbeweglichkeit einzelner Segmente in Rückenlage . . . . .	64
8.4	Tastuntersuchung der Halswirbelsäule. . . . .	64
8.4.1	Anatomische Orientierungshilfen . . . . .	64
8.4.2	Tasttechnik (Palpation) in Rückenlage . . . . .	65
8.5	Behandlung der Bewegungsmuster der HWS. . . . .	65
8.6	Segmentbezogene HWS-Techniken in Rückenlage . . . . .	69
8.6.1	Allgemeine Richtlinien für den Anfänger . . . . .	69
8.6.2	Behandlung der mittleren HWS (C3–C5/6) von dorsal . . . . .	69
8.6.3	Behandlung der unteren HWS (C6/7 bis Th2/3) von dorsal . . . . .	70
8.6.4	Behandlung der oberen HWS (C0–C2) und des atlantookzipitalen Übergangs. . . . .	71
8.6.5	Ventrale Behandlung der HWS. . . . .	74
8.6.6	HWS-Varianten im Überhang . . . . .	74
8.6.6.1	Mittlere HWS im Überhang. . . . .	74
8.6.6.2	Obere HWS im Überhang . . . . .	75
8.6.6.3	Untere HWS bis Th3 im Überhang. . . . .	76
8.6.7	Nachbehandlung des Nackens in Rückenlage. . . . .	76
8.6.7.1	Nachbehandlung der Nackenregion. . . . .	76
8.6.7.2	„Hühnchennacken“ – „chicken-neck“ . . . . .	76
8.6.7.3	„Schwanenhals“ – „swan-neck“ . . . . .	77
8.6.7.4	„Buttermesser“ – „butter-knife“ . . . . .	77
8.7	Chapman-Punkte . . . . .	80
<b>9.</b>	<b>Brustwirbelsäule und Thorax. . . . .</b>	<b>82</b>
9.1	Brustwirbelsäule . . . . .	82
9.1.1	Befunderhebung in Bauchlage . . . . .	82
9.1.2	Behandlung der oberen BWS . . . . .	82
9.1.2.1	Standardtechnik. . . . .	83
9.1.2.2	Behandlung der oberen BWS über den Oberarm. . . . .	83
9.1.2.3	Behandlung der oberen BWS mit dem Achselgriff. . . . .	86
9.1.2.4	Beidhandgriff zur Behandlung der oberen BWS . . . . .	86
9.1.3	Behandlung der mittleren BWS . . . . .	86
9.1.3.1	Technik der mittleren BWS über den direkten Zug am Thorax . . . . .	87
9.1.3.2	Technik der mittleren BWS über den Oberarm. . . . .	87
9.1.4	Technik für die untere BWS. . . . .	88
9.1.5	Überkreuzgriffe für die Behandlung der BWS. . . . .	89
9.1.5.1	Überkreuztechnik für die obere Brustwirbelsäule . . . . .	89
9.1.5.2	Überkreuztechnik für die mittlere und untere Brustwirbelsäule . . . . .	90
9.2	Rippen/Thorax. . . . .	90
9.2.1	Globalbehandlung der Thoraxasymmetrie . . . . .	91
9.2.2	Einschränkungen der Thoraxbeweglichkeit. . . . .	92
9.2.3	Rippenhochstand in Rücken- oder Bauchlage. . . . .	93
9.2.4	Rippentiefstand in Rücken- oder Bauchlage. . . . .	94
9.2.5	Störungen der 11. und 12. Rippe. . . . .	95
9.2.6	Erste Rippe . . . . .	97
9.2.6.1	Befunderhebung in Rückenlage . . . . .	98
9.2.6.2	Behandlung der 1. Rippe mit dem Ellbogengriff in Rückenlage . . . . .	99
9.2.6.3	Behandlung der 1. Rippe mit dem Achselgriff. . . . .	99
9.2.6.4	Behandlung der 1. Rippe mit abduziertem Arm . . . . .	99
9.3	Brustbein (Sternum) . . . . .	100
9.4	Zwerchfell . . . . .	102
9.5	Nachbehandlung der BWS. . . . .	104

9.5.1	Federungsmobilisation . . . . .	104
9.5.2	Rotationsmobilisation . . . . .	104
<b>10.</b>	<b>Schultergürtel . . . . .</b>	<b>105</b>
10.1	Auslösende Ursachen für Beschwerden im Schultergürtel . . . . .	105
10.2	Sternosymphysale Grundbelastung des Schultergürtels . . . . .	106
10.2.1	Anatomische Grundstrukturen der sternosymphysalen Grundbelastung des Schultergürtels . . . . .	107
10.2.2	Therapie der ventralen Grundbelastung im Schultergürtel . . . . .	108
10.3	Schlüsselbein (Klavikula) . . . . .	112
10.4	Schulterblatt (Skapula) . . . . .	114
10.5	Schulterpunkte . . . . .	114
10.5.1	Schulterpunkt 1 – Rabenschnabelfortsatz (Processus coracoideus) . . . . .	114
10.5.2	Schulterpunkt 2 – Schultergelenk (Akromioklavikulargelenk) . . . . .	116
10.5.3	Schulterpunkt 3 – Deltasepte . . . . .	118
10.5.4	Schulterpunkt 4 – lange Bizepssehne . . . . .	119
10.5.5	Schulterpunkt 5 – Infraspinatus-Triggerpunkt . . . . .	119
10.5.6	Schulterpunkt 6 – kaudaler Infraspinatus- und Teres-major-Triggerpunkt. . . . .	123
10.5.7	Schulterpunkt 7 – Akromialkante . . . . .	123
<b>11.</b>	<b>Lendenwirbelsäule . . . . .</b>	<b>124</b>
11.1	Die Untersuchung der Lendenwirbelsäule . . . . .	124
11.2	Th12-Bezugspunkt und Behandlung . . . . .	125
11.3	L1-Bezugspunkt und Behandlung . . . . .	130
11.4	L2-Bezugspunkt und Behandlung . . . . .	130
11.5	L3-Bezugspunkt und Behandlung . . . . .	131
11.6	L4-Bezugspunkt und Behandlung . . . . .	133
11.7	L5-Bezugspunkt und Techniken . . . . .	133
11.7.1	L5-Behandlung in Bauchlage mit der „Schere“ . . . . .	134
11.7.2	Behandlung in Bauchlage mit dem „Wagenheber“ . . . . .	135
11.7.3	„Wagenheber“ in Seitlage . . . . .	138
11.8	Direkte Behandlung der LWS . . . . .	139
11.9	Vektortechnik zur Behandlung der LWS in Bauchlage. . . . .	139
11.10	Nachbehandlungstechniken . . . . .	139
11.10.1	„Rocking“ – Durchschwingen . . . . .	139
11.10.2	„Taschenmesser“ – isotonische Flexions-Mobilisation der LWS. . . . .	141
11.10.3	„Pumpen“ – Seitneigungsmobilisation der LWS . . . . .	142
11.10.4	Beckenrollen . . . . .	144
<b>12.</b>	<b>Beckenring . . . . .</b>	<b>145</b>
12.1	Wichtige anatomische Strukturen . . . . .	145
12.2	Fehlstellungen der Darmbeinschaufeln (Ossa ilii) und deren Testung . . . . .	146
12.2.1	Beinlängentest in Rückenlage bei Rotationsfehlstellungen. . . . .	147
12.2.2	Vorlaufest im Stehen/Sitzen zum Nachweis einer ISG-Blockade . . . . .	149
12.2.3	Untersuchung und Behandlung der Iliumrotation . . . . .	150
12.2.3.1	Anatomische Grundlagen . . . . .	150
12.2.3.2	Prüfung der Iliumrotation . . . . .	151
12.2.3.3	Behandlung der Darmbeinrotation nach posterior/hinten mit angegrätschtem Bein . . . . .	151
12.2.3.4	Behandlung der Darmbeinrotation nach anterior . . . . .	152
12.2.3.5	Behandlung der Darmbeinrotation nach anterior in Bauchlage . . . . .	152
12.2.4	Untersuchung und Behandlung von Inflare/Outflare . . . . .	152
12.2.4.1	Anatomie . . . . .	152
12.2.4.2	Federungstests von Inflare/Outflare. . . . .	154
12.2.4.3	Therapie von Inflare/Outflare. . . . .	154
12.2.5	Untersuchung und Behandlung von Upslip/Downslip. . . . .	157
12.2.5.1	Anatomie . . . . .	157

12.2.5.2	Untersuchung . . . . .	157
12.2.5.3	Behandlung. . . . .	158
12.2.6	Isolierte unilaterale Verschiebung nach ventral/dorsal . . . . .	158
12.2.6.1	Anatomie und Untersuchung. . . . .	158
12.2.6.2	Behandlung der isolierten unilateralen Verschiebung nach ventral/dorsal . . . . .	158
12.2.7	Globale Kippung des Beckens nach vorn/hinten . . . . .	159
12.2.7.1	Anatomie und Untersuchung. . . . .	159
12.2.7.2	Therapie der globalen Beckenkippung . . . . .	160
12.2.8	Kombinationsfehlstellungen der Beckenschaufeln. . . . .	161
12.3	Palpationsuntersuchung des Beckenrings . . . . .	161
12.4	Kreuz-Darmbein-Gelenke/ISG (Iliosakralgelenke) . . . . .	162
12.4.1	Anatomie und Funktion . . . . .	162
12.4.2	Behandlung. . . . .	162
12.5	Kreuzbein – Sakrum . . . . .	163
12.5.1	Anatomie . . . . .	163
12.5.2	Beweglichkeitsprüfung des Kreuzbeins . . . . .	163
12.5.3	Palpationsuntersuchung des Kreuzbeins. . . . .	164
12.5.4	Bimanuelle Behandlung des Kreuzbeins . . . . .	165
12.5.5	Behandlung von Schmerzpunkten am Sakrum . . . . .	165
12.6	Schambeinfuge und Schambeine . . . . .	166
12.6.1	Behandlung der kranial/kaudalen Belastung der Schambeine durch Wechselschub . . . . .	167
12.6.2	Behandlung der Ventral-/Dorsalbelastung der Schambeine . . . . .	168
12.6.3	Isometrische Behandlung der Torsionsbelastung der Schambeine in Rückenlage . . . . .	169
12.6.4	Torsionsbehandlung der Schambeine durch Wechselschub . . . . .	169
<b>13.</b>	<b>Musculus iliopsoas und Hüftgelenk . . . . .</b>	<b>170</b>
13.1	Zur Anatomie des großen Lendenmuskels – M. iliopsoas. . . . .	170
13.2	Untersuchungstechniken zur Abklärung einer möglichen Iliopsoasbeteiligung. . . . .	171
13.2.1	Innenrotationsprüfung im Hüftgelenk in Rückenlage . . . . .	171
13.2.2	Vergleich der Beinlängen in Rückenlage . . . . .	171
13.2.3	Palpation des Iliopsoas . . . . .	172
13.2.4	Prüfung der bevorzugten Bewegungsrichtung im lumbothorakalen Übergang in Rückenlage . . . . .	173
13.2.5	Vergleich der Armlängen (Test für M. iliopsoas und Thoraxmuskulatur) in Rückenlage . . . . .	174
13.3	Behandlungstechniken . . . . .	175
13.3.1	Schulter-Hüft-Schub in Rückenlage. . . . .	175
13.3.2	Behandlung des Muskelbauchs des M. iliopsoas in Rückenlage . . . . .	176
13.3.3	Behandlung des Iliopsoasansatzes in Rückenlage . . . . .	177
13.3.4	Brustkorbentspannung in Rückenlage . . . . .	177
13.3.5	Ergänzungstechniken. . . . .	178
13.4	Hüftgelenk . . . . .	178
13.4.1	Behandlung des Hüftgelenks durch Positionierung . . . . .	178
13.4.2	Globale Behandlung des Band-Kapsel-Apparates des Hüftgelenks . . . . .	179
13.5	Behandlung muskulärer Dysbalancen im Hüftbereich . . . . .	181
13.5.1	Femurrotation/Oberschenkeldrehung . . . . .	181
13.5.1.1	Untersuchung in Rückenlage . . . . .	181
13.5.1.2	Basisbehandlung der Femurrotation . . . . .	181
13.5.1.3	Isometrische/Isotonische Behandlung der Außenrotationsneigung . . . . .	182
13.5.1.4	Isometrische/Isotonische Behandlung der Innenrotationsneigung . . . . .	182
13.5.2	Behandlung des Musculus tensor fasciae latae . . . . .	183
13.5.3	Behandlung des Piriformisareals in Bauchlage . . . . .	183
13.5.4	Adduktoren. . . . .	186
13.5.4.1	Untersuchung Abduktionshemmung in Rückenlage. . . . .	186

13.5.4.2	Behandlung der Abduktionshemmung im Hüftgelenk: Die „Schere“ – isotonisch-exzentrische Technik in Rückenlage . . . . .	187
13.5.4.3	Weitere Techniken zur Behandlung muskulärer Dysbalancen. . . . .	187
13.5.5	Behandlung des M. sartorius . . . . .	188
<b>14.</b>	<b>Untere Extremität . . . . .</b>	<b>189</b>
14.1	Knie . . . . .	189
14.1.1	Untersuchung und Behandlung der Kniescheibe in Rückenlage. . . . .	189
14.1.2	Untersuchung und Behandlung der Streckhemmung des Knies . . . . .	190
14.1.2.1	Untersuchung der Streckhemmung in Rückenlage . . . . .	191
14.1.2.2	Behandlung der Streckhemmung im Knie durch Positionierung . . . . .	191
14.1.2.3	Isotonische Behandlung der Streckhemmung im Knie . . . . .	192
14.1.3	Untersuchung und Behandlung der Beugehemmung des Knies. . . . .	193
14.1.3.1	Untersuchung . . . . .	193
14.1.3.2	Behandlung durch Positionierung . . . . .	193
14.1.3.3	Isotonische Behandlung . . . . .	194
14.1.3.4	Nachbehandlung bei Beugehemmung . . . . .	195
14.1.4	Untersuchung und Behandlung der Rotationshemmung im gebeugten Kniegelenk . . . . .	196
14.1.4.1	Untersuchung der Rotationsfreiheit im Knie in Rückenlage . . . . .	196
14.1.4.2	Behandlung der Rotationseinschränkung durch Positionierung. . . . .	196
14.1.5	Untersuchung und Behandlung von Reizzuständen der Seitenbänder . . . . .	196
14.1.5.1	Behandlung des Knieinnenbandes (Ligamentum collaterale mediale) und seiner Ansatzzonen in Rückenlage. . . . .	197
14.1.5.2	Behandlung des Knieaußenbandes (Ligamentum collaterale laterale) und seiner Ansatzzonen in Rückenlage. . . . .	197
14.1.6	Translation, Abduktion und Adduktion im Knie . . . . .	198
14.2	Sprunggelenke. . . . .	199
14.2.1	Anatomie . . . . .	199
14.2.2	Sprunggelenkprüfung im Seitenvergleich . . . . .	199
14.2.3	Untersuchung und Behandlung des Schienbeinvorschubs (Tibial Override) . . . .	200
14.2.3.1	Untersuchung . . . . .	200
14.2.3.2	Behandlung in Rückenlage . . . . .	200
14.3	Fersenfehlstellung in Innen- und Außenrotation. . . . .	200
14.4	Fuß . . . . .	202
14.4.1	Anatomie . . . . .	202
14.4.2	„Der Lämmerschwanz“ – unspezifische Mobilisation des Fußes . . . . .	202
14.4.3	Globale Behandlung der Pronations- und Supinationshemmung des Mittelfußes	204
14.4.4	Untersuchung und Behandlung des Kahnbeins (Os naviculare). . . . .	205
14.4.5	Keilbeine (Ossa cuneiformia) . . . . .	206
14.4.5.1	Keilbein 1 – Os cuneiforme I . . . . .	206
14.4.5.2	Keilbeine 2 und 3 – Cuneiformia II und III . . . . .	206
14.4.6	Würfelbein (Os cuboideum) . . . . .	207
14.4.7	Mittelfußknochen (Ossa metatarsalia) . . . . .	207
14.4.7.1	5. Mittelfußknochen – Metatarsale V . . . . .	208
14.4.7.2	Untersuchung des distalen Quergewölbes . . . . .	208
14.4.7.3	Behandlung des distalen Quergewölbes . . . . .	208
14.4.8	Mittelfuß-Zehenstufen. . . . .	210
14.4.9	Großzehengrundgelenk . . . . .	210
14.4.9.1	Behandlung einer Großzehengrundgelenk-Blockierung . . . . .	210
14.4.9.2	Hallux valgus. . . . .	210
14.4.10	Die 2. bis 5. Zehe (Digiti II–V). . . . .	212
14.5	Achillessehnenbeschwerden . . . . .	212
14.5.1	Vorbemerkung. . . . .	212
14.5.2	Die chronische Achillodynie . . . . .	214
14.5.3	Voruntersuchung der Achillessehne, barfuß im Stehen. . . . .	215
14.5.4	Behandlung der Achillodynie . . . . .	216

14.5.4.1	Behandlung über den Chapman-Punkt für den M. soleus und den M. gastrocnemius . . . . .	216
14.5.4.2	Behandlung über den Fußpunkt Th12 nach Hanne Marquardt . . . . .	217
14.5.4.3	Lokale Begleittherapie . . . . .	218
14.5.5	Behandlungskontrolle . . . . .	218
14.5.6	Behandlungshäufigkeit. . . . .	218
<b>15.</b>	<b>Obere Extremität . . . . .</b>	<b>219</b>
15.1	Ellbogen . . . . .	219
15.1.1	Untersuchung der Beugung/Streckung . . . . .	220
15.1.2	Untersuchung der Pronation/Supination in Rückenlage . . . . .	220
15.1.3	Untersuchung der Adduktion und Abduktion im Gelenk bei gestrecktem Ellbogen . . . . .	220
15.1.4	Behandlung der Beuge- und Streckhemmung . . . . .	222
15.1.5	Behandlung der Innen- und Außenrotationseinschränkung (Pronation und Supination) . . . . .	224
15.1.6	Behandlung lokaler Schmerzpunkte der Ellbogenregion . . . . .	226
15.1.7	Proximales Radioulnargelenk – Gelenk zwischen Elle und Speichenköpfchen. . . . .	226
15.2	Membrana interossea – Zwischenknochenmembran . . . . .	226
15.3	Handgelenk. . . . .	228
15.4	Die Handwurzelknochen . . . . .	229
15.4.1	Anatomie der Handwurzel . . . . .	229
15.4.2	Generelle Behandlung der Handwurzelknochen . . . . .	230
15.4.3	Behandlung der Gelenke zwischen der Handwurzel und dem 2. und 3. Mittelhandknochen . . . . .	230
15.4.4	Behandlung des dorsal (handrückenwärts) verschobenen Os capitatum, des Kopfbeins . . . . .	231
15.5	Finger . . . . .	231
15.5.1	Daumengrundgelenk. . . . .	231
15.5.2	Fingergrundgelenke und -endgelenke . . . . .	231

### III. Somatopsychische Lösungstechniken

<b>16.</b>	<b>Einführung . . . . .</b>	<b>234</b>
<b>17.</b>	<b>Grundlagen der somatopsychischen Ansätze der Ortho-Bionomy. . . . .</b>	<b>236</b>
17.1	Somato- und Psychotherapie . . . . .	236
17.2	Die somatopsychische Koppelung. . . . .	237
17.3	Körpertherapien im Spannungsfeld Körper–Psyche . . . . .	238
17.4	Die physiologische Notwendigkeit der somatopsychischen Koppelung innerer und äußerer Eindrücke. . . . .	239
17.5	Grundwahrnehmungsmuster . . . . .	240
17.5.1	Die Indifferenz . . . . .	240
17.5.2	Gefährdung. . . . .	241
17.5.3	Ruhe, Frieden, Entwarnung, Entspannung . . . . .	241
17.5.4	Gewöhnung . . . . .	242
17.5.5	Wahrnehmungsausblendung. . . . .	242
17.6	Reizverarbeitung und Umgang mit Emotionen . . . . .	243
17.6.1	Ebenen der Reizverarbeitung . . . . .	243
17.6.2	Koppelungsschema Körper und Psyche. . . . .	244
17.6.3	Umgang mit Emotion und Intellekt . . . . .	245
17.6.4	Praktische Bedeutung der Trias: Körper/Emotion/Intellekt . . . . .	248
17.6.5	Frühzeichen einer psychovegetativen Reaktion . . . . .	250
17.6.6	Interventionsmöglichkeiten bei psychovegetativen Krisen . . . . .	253

<b>18.</b>	<b>Symptomatische und ganzheitliche Behandlung nach Schock und Trauma</b>	<b>254</b>
18.1	Definitionen	254
18.1.1	Körperliches Trauma	254
18.1.2	Psychisches Trauma	255
18.2	Therapeutische Ausgangslage	255
18.3	Zur Physiologie der Folgen von Schock und Trauma	256
18.4	Reaktionen auf traumatisierende Reize/Einflüsse	257
18.4.1	Orientierungsphase – Orientierungsreflexe	258
18.4.2	Reaktionsphase: Flucht – Angriff	259
18.4.3	Totstellreflex	259
18.4.4	Unvollständige Auflösung der physiologischen Spannung nach Traumastress	260
18.4.5	Traumaintegration in das Körperschema	260
18.4.6	Emotionen und Sinneskanäle	261
18.5	Emotionale und vegetative Reaktionen	261
18.5.1	Emotionale und vegetative Reaktionen nach Verdrängung	261
18.5.2	Traumen und ihre spezifischen Symptome	262
18.5.3	Folgen traumatisierender Erlebnisse	263
18.6	Der Heilungsprozess und das therapeutische Vorgehen	264
18.6.1	Die Atmosphäre der Ruhe und Sicherheit	264
18.6.2	Analyse der Einschränkungen infolge eines Traumas	266
18.6.3	Herausarbeiten der traumatischen Konstellation	266
18.6.4	Feststellen und Entwickeln von Ressourcen	267
18.6.5	Erarbeiten unterschiedlicher Ebenen von Lösungsmöglichkeiten	267
18.6.6	Wichtige Handlungshinweise für den Therapeuten	269
18.6.7	Die Gefahr der Katharsis	270
18.7	Die Therapiesitzung	271
18.7.1	Allgemeine Hinweise für den Aufbau einer Therapiesitzung	271
18.7.2	Besonderheiten der Traumatisierung in der Ortho-Bionomy	272
18.7.3	Praktisches Vorgehen in der Traumaaarbeit	272
18.6.4	Ursachen nicht variabler emotionaler und körperlicher Verhaltensmuster	276

#### IV. Anhang

<b>Ausbildung für Ortho-Bionomy</b>	<b>278</b>
1	Practitioner Ausbildung nach den Richtlinien der Europäischen Lehrergesellschaft für Ortho-Bionomy (OBEAT)
1.1	Ausbildungsrichtlinien
1.2	Kursübersicht
2	Freies Kursangebot zur persönlichen Fortbildung
3	Die Kraniosakraltherapie in der Ortho-Bionomy
4	Die Fortbildung für erfahrene Behandler und Practitioner
<b>Danksagung</b>	<b>282</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>283</b>
<b>Sachverzeichnis</b>	<b>289</b>