

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
Wie alles begann	13
Teil I: Theoretische Grundlagen und praktisches Vorgehen	17
1 Einführung in Brainspotting	18
1.1 Was ist Brainspotting?	18
1.2 Die Entdeckung durch David Grand	19
1.3 Wie funktioniert Brainspotting?	21
1.4 Was passiert bei einer Brainspotting-Sitzung?	23
1.5 Exemplarischer Ablauf einer Brainspotting-Sitzung	25
2 Vom Beginnen bis zum Beenden einer Brainspotting-Sitzung: Ablauf, Instrumente und Prozess	30
2.1 Der Beginn	30
2.1.1 Erklärungen zur Auflösung von Traumasymptomen	30
2.1.2 Vorschläge zur Erklärung von Brainspotting	31
2.1.3 Den passenden »haltenden Rahmen« setzen	32
2.2 Instrumente und Grundhaltungen	34
2.2.1 Der Pointer	34
2.2.2 Verwendung einer Belastungsskala	35
2.2.3 Körperempfindungen	35
2.2.4 BioLaterale Musik	36
2.2.5 Aktivierungs- versus Ressourcenzugang	37
2.2.6 Äußeres Fenster, inneres Fenster, Gazespottung	38
2.2.7 Die Kraft der »Flexibilität und des Anpassens«	39
2.3 Der Verarbeitungsprozess	40
2.4 Der Abschluss einer Brainspotting-Sitzung	42
2.4.1 »Merk-Male« finden	42
2.4.2 Die »Zitrone auspressen«	42
2.5 Ein Versuch, den Brainspotting-Prozess visuell dazustellen	43
2.6 FAQs zur praktischen Anwendung von Brainspotting	45
2.7 Überleitung zum Hauptteil	55

Teil II: Brainspotting mit Kindern und Jugendlichen	57
3 Brainspotting mit Kindern und Jugendlichen	58
4 Vom Anfang bis zum Beenden einer Brainspotting-Sitzung mit Kindern und Jugendlichen	63
4.1 Der Beginn	63
4.1.1 Brainspotting jungen Menschen erklären	66
4.2 Den passenden »haltenden Rahmen« setzen	76
4.2.1 Der neurobiologische Rahmen	78
4.2.2 Der beziehungsorientierte Rahmen	87
4.3 Besondere Instrumente und Grundhaltungen in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen	93
4.3.1 Der Pointer	93
4.3.2 Die Verwendung der Belastungsskala bei Kindern und Jugendlichen	94
4.3.3 Körperempfindungen	95
4.3.4 BioLaterale Musik	96
4.3.5 Aktivierungs- versus Ressourcenzugang	97
4.3.6 Äußeres Fenster, inneres Fenster, Gazespottung und Spontaneität	98
4.3.7 Die Kraft der »Flexibilität und des Anpassens« und fortgeschrittene Zugangstechniken	100
4.3.8 Ressourcieren und Expandieren	101
4.4 Verarbeitungsprozesse mit Kindern und Jugendlichen	102
4.4.1 Was braucht ein Kind, um verarbeiten zu können?	103
4.4.2 Zugänge zur Verarbeitung über den Zeigestab oder kindgerechte andere Utensilien	107
4.4.3 Keine diagnosespezifische Brainspotting-Behandlung	107
4.4.4 Der »Doppeleffekt«	112
4.4.5 Die CrocoDuck als Beispiel für den Doppeleffekt	117
4.5 Der Abschluss einer Brainspotting-Sitzung	122
4.5.1 Das Ressourcengefühl festigen	122
4.5.2 »Die Zitrone auspressen«: langfristige Auswirkungen und Abschluss	123
5 Haltungen in der Brainspotting-Behandlung für die Arbeit mit jungen Klient:innen	125
5.1 Das Prinzip der Ungewissheit – eine besondere Fallgeschichte	125

5.2 Kreativität.....	133
5.2.1 Malen.....	134
5.2.2 Bausteine.....	137
5.2.3 Tanzen/Körperhaltung.....	138
5.2.4 Ko-kreatives Geschichtenerzählen.....	138
5.2.5 Geschichten vorlesen.....	139
5.3 Teilarbeit mit Kindern	140
5.3.1 Teilarbeit in verschiedenen Altersstufen	141
5.3.2 Arbeiten mit dem »inneren Kind«.....	146
5.4 Das Setting	148
5.4.1 Online-Brainspotting-Behandlungen von Kindern und Jugendlichen	150
5.4.2 Der »Rahmen im Rahmen«.....	152
5.4.3 Kollektives Trauma	154
5.4.4 Brainspotting mit Familien oder mehreren Klient:innen.....	158
5.4.5 Brainspotting-Behandlungen in Gruppen mit Kindern und Jugendlichen	159
Teil III: Ausblick	161
»Brainspotting als neuroexperienzielles Verarbeitungsmodell für Gesundung und Expansion« – ein Vortrag von DavInhaltid Grand	162
Verbreiten der Brainspotting-Samen	179
Danksagung	181
Abbildungsverzeichnis	183
Literatur	184
Über die Autorin	187