

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>9</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>13</b>
Wie alles begann .....	13
 <b>Teil I: Theoretische Grundlagen und praktisches Vorgehen</b> .....	 <b>17</b>
<b>1 Einführung in Brainspotting</b> .....	<b>18</b>
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
 <b>2 Vom Beginnen bis zum Beenden einer Brainspotting-Sitzung: Ablauf, Instrumente und Prozess</b> .....	 <b>30</b>
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, Gazespotting .....	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

<b>Teil II: Brainspotting mit Kindern und Jugendlichen .....</b>	<b>57</b>
<b>3 Brainspotting mit Kindern und Jugendlichen .....</b>	<b>58</b>
<b>4 Vom Anfang bis zum Beenden einer Brainspotting-Sitzung mit Kindern und Jugendlichen .....</b>	<b>63</b>
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, Gazespotting 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
<b>5 Haltungen in der Brainspotting-Behandlung für die Arbeit mit jungen Klient:innen .....</b>	<b>125</b>
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	Teilearbeit mit Kindern .....	140
5.3.1	Teilearbeit 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
<b>Teil III: Ausblick .....</b>		<b>161</b>
<b>»Brainspotting als neuroexperienzielles Verarbeitungsmodell für Gesundheit und Expansion« – ein Vortrag von David Ingrid Grand .....</b>		<b>162</b>
<b>Verbreiten der Brainspotting-Samen .....</b>		<b>179</b>
<b>Danksagung .....</b>		<b>181</b>
<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>		<b>183</b>
<b>Literatur .....</b>		<b>184</b>
<b>Über die Autorin .....</b>		<b>187</b>