

Fachtagung NADA Ohrakupunktur

Psychiatrische Klinik Wil

10. April 2015



WORKSHOP 1. TEIL

**„DAS TUN DES EINEN IST DAS ERLEBEN DES
ANDEREN“**

WORKSHOP 2. TEIL

„ACHTSAM UND PRÄSENT – ODER?“

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

2

- Aspekte des Gesamtbehandlungsplans:
- Vorphase
- Behandlungsphase mit:
 - Einleitung
 - Durchführung
 - Beendigung
- Nachbehandlungsphase & Transfer

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

3

- **Vorphase:**
 - Allgemeine Info zum therap. Angebot u. zu den äußeren Rahmenbedingungen
 - Weitere Regelungen, Absprachen und Übereinkünfte
 - Info zum konkreten Vorgehen, zu den Inhalten u. der Indikation
 - (relat.) Kontraindikation, Komplikationen, Sicherheit
 - Prozessbeeinflussende Faktoren z.B. Info über mögliche Wirkungen der 1-5 Ohrpunkte, Vorinformationen, Sprachbilder (Qi, Yin & Yang), semantisches priming, Wirkerwartungen-Konditionierungen

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

4

Struktur einer OAP Sitzung:

Einleitung:

- Begrüßung, Orga und Ablauf
- Rückfragen (bzgl. Befinden, evtl. akt. Beschwerden)
- Kontakt u. Beziehungsgestaltung
- Persönliche Art der Kommunikation

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

5

Durchführung der Ohrakupunktur (OAP):

- **Sitzordnung und Reihenfolge der Ohr- Akupunktur**
- **Ausstattung (Bestuhlung, Decken, Kissen, etc.)**
- **Raumordnung**
- **Körperhaltung (Akupunkteur/Klient-Patient)**
- **Prozessierungsphase/Selbst-Regulation**
- **Zusätzliche Variablen wie: Tee, Musik, AT, PMR u.Ä.**
- **Dauer und Zeit der Selbst-Wahrnehmung**
- **Anwesenheit d. Akupunkteurs/Gemeinschaft d. Anderen, Zielsetzungen ?**

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

6

Beendigung der Gruppensitzung:

- Ziehen der Nadeln durch Patient o. Akupunkteur
- Rückfragen bzgl. Befinden (interaktion. Resonanz)
- Anregen der Selbstreflektion/ Körper-Selbstwahrnehmung benennen
- Abschließen und ggf. Transfer in den Stationsalltag o. den Alltag nach Entlassung
-
-

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

7

Übereinkünfte:

- Niemand MUSS teilnehmen
- Jeder Patient KANN teilnehmen
- Es gibt eine(n) feste(n):
 - Raum
 - Zeit
 - Ablauf
- Möglichkeit für Einzelwünsche

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

8

Übereinkünfte:

- Jeder geschulte Mitarbeiter hat auch Gestaltungsmöglichkeiten
- Entspannungsphase (einfaches Ruhen ohne Musik o. mit Entspannungsmusik)
- Patienten können auch nach ihrer Verlegung an dieser Akupunkturgruppe teilnehmen
- Im Behandlungsteam werden besprochen:
 - Wünsche
 - Ziele
 - Veränderungen
 - Fragen u. Anregungen

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

9

Zusammenfassung d. formalen Ablaufs:

- Begrüßung der Patienten
- Ggf. Einführung bzw. Aufklärung ü. Anwendung & Wirkung von Ohr-Akupunktur
- Säuberung und Desinfektion beider Ohren
- Nadelung
- Abdunkeln des Raumes (evtl. Musik)
- 20-30 Minuten Ruhe & Entspannung

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

10

Zusammenfassung d. formalen Ablaufs:

Nach der Entspannungsphase:

- Musik ausschalten
- Raum erhellen
- Nadeln entfernen

Abschlussrunde mit Tee und erzählen über das eigene Erleben (Interaktions-resonanz)

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

11

Meine Art die Gruppe u. Beziehungen zu gestalten:

- **Dabeisein**
- **Gewähren lassen**
- **Eigenen Körperausdruck wahrnehmen**
- **Präsent sein**
-
-

Erfahrungen zum interaktionellen Raum

12

Mein persönliches Be-Handlungskonzept /Th-Modell

-
-
-

Meine persönlichen Erfahrungen /Wirkerwartungen

-
-
-

achtsam und präsent – oder?

13

Pat./ Klienten- u. Therapeutenvariablen/Perspektiven

- Subj. Leidensgefühl u. pers. Krankheits – sowie Heilungs vorstellungen
- Körperliches Befinden
- Psychisches Erleben
- Soziale Kompetenz/ Alltagsgestaltung
- Lebensqualität
- Wohlbefinden (froh, wohlgelaunt, ruhig, entspannt, aktiv, energetisch, frisch, ausgeruht, interessiert, WHO)

achtsam und präsent – oder?

14

Persönliche Erwartungen d. Pat./ Kooperationsmuster

- **Glaubenssätze/ Selbstattributionen**
- **Wirk-erwartungen u. –erfahrungen**
- **Dringlichkeit**
- **Konditionierungen, Persönlichkeits -muster**
- **Meditative Kompetenz (MTF- Piron)**
- **Störungsbilder u. Lebensstil**
- **Vorinformation durch Mitpatienten**
- **Bereitschafts- ,Absichts-losigkeit (TTM)**

achtsam und präsent – oder?

15

Fragebogen zur Achtsamkeit (mod. nach FFA)	Oft	Selten
<input type="radio"/> Ich bin offen für die Erfahrung des Augenblicks		
<input type="radio"/> Ich spüre in meinen Körper hinein		
<input type="radio"/> Ich bin in Kontakt mit meinem Erleben, hier & jetzt		
<input type="radio"/> Ich nehme auch unangenehme Erfahrungen an		
<input type="radio"/> Ich kann mich selbst wertschätzen		
<input type="radio"/> Ich nehme meine Gefühle wahr		
<input type="radio"/> Ich kann darüber lächeln, dass ich mir manchmal „selbst ein Bein stelle“		
<input type="radio"/> Ich erlebe Momente innerer Ruhe und Gelassenheit, bin mir selbst bewusst		
<input type="radio"/> Wenn ich merke, dass ich abwesend bin, kehre ich zum Atem und Augenblick zurück		

achtsam und präsent – oder?

16

Mögliches Wirkungsspektrum von OAP- „NADA-Protocol“

- Beruhigend, entspannend vs. aktivierend
- Vegetativ ausgleichend und balancierend
- Stimmungsbeeinflussend, klärend
- Auswirkungen auf den „Suchtdruck“
- Angstmindernd
- Schmerzlindernd
- Schlaffördernd
- Stärkend für weitere Therapien i.R.d. GBP

achtsam und präsent – oder?

17

Therapeutenvariablen/- perspektiven:

Persönliche Erwartungen des Akupunkteurs an:

- Die spezifische Wirkung der OAP (5 stand. Punkte)
- Das Gruppensetting
- Die unspezifischen Wirkvariablen /Placeboeffekte
- Psychoneurobiologische Effekte
- Die Wirkung des eigenen Bewusstseinszustandes (vgl. BPH, Belschner)/(vgl. „qi“)
- Mentalisierungsfähigkeit
- Bindungs –u Beziehungssicherheit ; versch.Kompetenzen

achtsam und präsent – oder?

18

Merkmale einer erfolgreichen Ohr-Akupunkteurin? :

- **Agenda/ Rahmenbedingungen abklären u. gemeinsam gestalten**
- **Zielsetzungen & Zielerreichungsgrad abstimmen**
- **Eingangserwartungen und Selbstwirksamkeit, sowie Dringlichkeit klären**
- **Empathisches bestätigen, verstehen, geduldig sein**
- **„Selbst-wirksamkeit“, - Regulation stärken**
- **Nicht konfrontativ, nicht wertend, keine pauschalen Aussagen zu/ über ...,sondern -----
wertschätzend,echt,glaubwürdig.engagiert,respektvoll**
- **Achtsam bezüglich Suizidalität, Dissoziation, Körpergefühlreaktionen, Angst, Panik, Trauma,BPS u.a.**

achtsam und präsent – oder?

19

Weitere Merkmale:

- **Freundlich, positiv kommunizieren, kommentieren, Grenzen setzen, nicht konfrontativ i.S. MGF-MI**
- **„Möglichkeitsräume“ eröffnen**
- **Achtsame Grundhaltung, offene Fragen**
- **Wahrnehmen und achtsamer Umgang mit der eigenen Körpersprache ,präsent sein**
- **Geschick im Umgang mit Individuen und Gruppen**
- **Sichere und kompetente Ohr-Akupunktur, „nocebo“**