



Energiemedizin in der Psychiatrie

Psychische Störungen sind häufig – knapp 28% der Erwachsenen und 17 bis 27% aller Kinder und Jugendlichen¹ leiden darunter (Jacobi et al., 2014; Klipker et al., 2018; Storm, 2019). Besonders weit verbreitet sind Angststörungen und Depressionen (Tab. 1). Oft genug führen weder Psychotherapie noch Psychopharmaka zum gewünschten Erfolg, belasten aber Betroffene und Angehörige. Verantwortlich dafür sind zum Beispiel Nebenwirkungen von Medikamenten und die Trennung von Eltern beziehungsweise anderen Angehörigen bei einem stationären Klinikaufenthalt.

Für Dr. med. Suzanne von Blumenthal, langjährige Chefarztin der Bündner Psychiatrieklinik, war diese für alle Beteiligten oft unbefriedigende Situation Anlass genug, Ausschau nach neuen, ergänzenden Therapiemöglichkeiten zu halten. Fündig wurde die Fachärztin FMH für Psychiatrie und Psychotherapie in der Psychosomatischen Energetik (PSE) und der Logosynthese. Deren Einsatzmöglichkeiten bei psychischen Erkrankungen stellte sie 2019 beim 15. Expertentreffen der Internationalen Gesellschaft für Psychosomatische Energetik (IGPSE) vor.

Energiemedizin in der Psychiatrie

Seit Albert Einstein ($E=mc^2$) wissen wir, dass Materie, und damit unser Körper, nichts anderes als gebundene Energie ist. Auch Information (Denken) und Bewusstsein (Psyche) sind Formen von Energie. Sie unterscheiden sich lediglich in ihrer Frequenz. Damit beeinflusst die Energie unmittelbar unsere Psyche, unser Denken und Fühlen.

Entsprechend liegt es nahe, zur Behandlung psychischer Beschwerden auch energetische Verfahren wie die Psychosomatische Energetik (PSE) und die Logosynthese zu nutzen, die beide darauf zielen, Energieblockaden zu lösen und die Energie wieder in Fluss zu bringen.

PSE – »Psychotherapie in Tröpfchenform«

Die PSE ist ein gerätegestütztes, kinesiolgisches Verfahren, das die Testung des Energiefeldes auf vier verschiedenen Ebenen ermöglicht: der Vital-, der Emotional-, der Mental- und der Kausalebene. Von der Norm abweichende Werte deuten auf Blockaden im energetischen System hin, deren Ursache die PSE vor allem in (häufig unbewussten) Konflikten sieht. Ziel der PSE ist es, diese mithilfe von speziell auf die jeweiligen Konflikte abgestimmten homöopathischen Komplexmitteln aufzulösen, sodass die Lebensenergie wieder frei fließen kann und zuvor blockierte Selbstheilungsprozesse wieder in Gang gesetzt werden können. Das betrifft gleichermaßen seelische und körperliche Beschwerden.

Um den Energiefluss zusätzlich zu fördern, sollte sich der Patient während der PSE regelmäßig bewegen, zum Beispiel täglich spazieren gehen, und viel trinken. Dr. von Blumenthal: »Sobald es um Energie geht, ist viel Trinken ganz wichtig!«

Stabilisierung des vegetativen Nervensystems

Dreh- und Angelpunkt vieler psychiatrischer Erkrankungen ist das vegetative Nervensystem. Eine besonders wichtige Struktur dabei ist die Amygdala, die als Teil des limbischen Systems eine wesentliche Rolle beim Lernen und der Verarbeitung von Emotionen spielt. Ausgehend von den verschiedensten Sinnesreizen, die hier eingehen, steuert die Amygdala auf vegetativer Ebene, wie wir auf einen Reiz reagieren.

Das gilt auch für Stress, dem die Ärztin bei der Entstehung von Krankheiten eine besonders große Bedeutung beimisst: »Es gibt fast keine Krankheit, die nicht irgendwie mit Stress verbunden ist«. Dass ständiger Stress krank macht, ist längst bekannt – und zwar sowohl körperlich als auch psychisch. Zu den möglichen Langzeitfol-

Dr. med. Suzanne von Blumenthal ...



... ist erfahrene Psychiaterin und Psychotherapeutin mit jahrelanger klinischer Tätigkeit und Leitungsfunktion in den psychiatrischen Diensten Graubünden bis 2017. Mit zu ihren Aufgaben gehörte dabei die Einführung komplexärmedizinischer Verfahren in die Psychiatrie. Seit 2017 Leiterin des Instituts für Logosynthese®.

gen gehören Abwehrschwäche, Allergien, Bluthochdruck und andere Herz-Kreislauf-Beschwerden bis hin zum Herzinfarkt, Magen-Darm-Beschwerden, Migräne, Rückenschmerzen, Konzentrationsstörungen und Depressionen.

Doch wie kommt es dazu? Als unser »Angstzentrum« stimuliert die Amygdala über die sogenannte Stressachse in der Nebennierenrinde die Ausschüttung von Cortisol und damit weitere Stressreaktionen. Was kurzfristig sinnvoll und sogar lebensrettend sein kann, wird auf Dauer zum Problem, wenn der Stress nicht mehr neutralisiert werden kann und der Normalzustand nicht mehr erreicht wird. Doch genau das geschieht heute bei vielen Menschen: Ständiger Stress hält uns in Alarmbereitschaft und macht uns krank. In der PSE äußert sich dies häufig in reduzierten Vital- und Emotionalwerten.

Gegensteuern lässt sich mit der PSE, die das vegetative Nervensystem mit seiner Verbindung zu den Chakra-Ebenen stabilisiert und daher bei vielen psychiatrischen Störungen wie Ängsten und Depressionen wirksam ist. Tatsächlich können mit der PSE regelmäßig Patienten emotional stabilisiert und vegetative Begleitsymptome abgeschwächt werden.

¹ Die Angaben schwanken je nach Quelle. Basierend auf einer im Rahmen der »Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland« (KiGGS) durchgeführten Elternbefragung kam das Robert Koch-Institut (RKI) zu dem Schluss, dass 16,9% der 3- bis 17-Jährigen psychische Auffälligkeiten zeigen (Klipker et al., 2018). Der auf Abrechnungsdaten basierende DAK-Report 2019 kommt dagegen zu dem Ergebnis, dass 26,7% der 5- bis 17-Jährigen unter psychischen Störungen leiden (Storm, 2019).

	Schulkinder (5–17 Jahre)*	Erwachsene (18–79 Jahre)**
Depression	1,5 %	7,7 %
Angststörung	1,9 %	15,3 %
psychische Störungen insgesamt	26,7 %	27,7 %

Tab. 1: Häufigkeit von Depressionen und Angststörungen (*Storm 2019; **Jacobi et al, 2014)



Einsatzmöglichkeiten der PSE in der Psychiatrie

- Therapie psychischer Störungen wie Burn-out, Depressionen, Angststörungen, Schizophrenie, beginnende Demenz
- Linderung vegetativer Begleitsymptome z. B. bei Demenz, Sucht
- Stressregulierung
- Türöffner für die Bearbeitung tiefer liegender Konflikte
- Patienten, die eine Psychotherapie zunächst ablehnen
- Auflösen von Glaubensmustern
- Medikamententestung

Krankheitsbilder

Gerade bei den häufig verbreiteten Depressionen und Angststörungen zeigt die PSE gute Erfolge. Dabei eignet sich die PSE, die die Fachärztin gern als »Psychotherapie in Tröpfchenform« bezeichnet, auch sehr gut als Einstieg bei Patienten, die keine Psychotherapie wünschen.

Darüber hinaus nutzt Dr. von Blumenthal die PSE

- bei Schizophrenie,
- bei beginnender Demenz – auch zur Linderung vegetativer Begleitsymptome wie Schlafstörungen und Müdigkeit,
- zur Auflösung von Glaubensmustern, die bei Ess- und Persönlichkeitsstörungen häufig eine Rolle spielen und
- zur Reduzierung des Suchtdruckes bei Suchtkranken sowie begleitenden vegetativen Beschwerden und depressiven Verstimmungen.

In ihrer Praxis setzt sie die PSE inzwischen bei allen schulmedizinischen Diagnosen ein, um zugrundeliegende Konflikte aufzuspüren und aufzulösen: »Die Leute sind immer wieder erstaunt, wie treffsicher die Ergebnisse sind.«

Zwei bis fünf Jahre rechnet sie in der Regel für eine PSE-Therapie. In Einzelfällen kann es – insbesondere bei Angststörungen – deutlich schneller gehen.

Medikamententestung

Besonders bewährt hat sich die PSE bei der Testung schulmedizinischer und homöopathischer Medikamente. Die Medikamententestung dauert dabei nur wenige Minuten. Inzwischen testet die erfahrene Psychiaterin alle Psychopharmaka vor der Verordnung mit der PSE aus. Auf diese Weise gelingt es ihr, in 95 % der

Fälle ein wirksames Präparat auszuwählen. Ohne Testung läge die Erfolgsquote nur bei 60%! Auf diese Weise lassen sich mit der PSE Dosierung, Anwendungsdauer und Nebenwirkungen der Pharmakotherapie reduzieren. Das spürt auch der Patient – und sein Vertrauen in die Therapie steigt.

Logosynthese in der Psychiatrie

Bei Ängsten und Stressbelastungen hat sich die Logosynthese in der Praxis der Fachärztin als zweites energetisches Verfahren sehr bewährt. Die von dem Psychotherapeuten Dr. Willem Lammers entwickelte Methode betrachtet vor allem zwei Aspekte der Energie:

1. Ist die Energie in Fluss oder erstarrt?
2. Ist sie am richtigen oder am falschen Ort?

Handlungsbedarf besteht immer dann, wenn der Fluss der Lebensenergie blockiert ist oder Energie zum Beispiel als Folge von Stress oder Traumata am falschen Ort gebunden ist. Das gilt für eigene Energie ebenso wie für Fremdenergie, die zum Beispiel durch belastende Erinnerungen in uns gespeichert sein kann. Diese negativen Erfahrungen und Vorstellungen blockieren unsere Energie und können so körperliche, emotionale und gedankliche Reaktionen hervorrufen, wie zum Beispiel Bauchschmerzen oder Angstgefühle.

Um schwierige Erinnerungen zu neutralisieren und die Energie wieder in Fluss beziehungsweise an den richtigen Ort zu bringen, nutzt die Logosynthese drei einfache, formelartige Sätze, die ähnlich einer Hypnose den Hippocampus ansprechen und suggestiv wirken.

Der Erfolg zeigt sich in der Regel unmittelbar an der Reaktion des Patienten. Typisch sind Entspannung, weniger Angstgefühl, sinkende Herzfrequenz und geringerer Bauchdruck. Auch zuvor als bedrohlich oder unangenehm empfundene Bilder oder Geräusche können zurücktreten. Auf diese Weise können Ängste gelöst und Stress spürbar abgebaut werden. Dabei ergänzt die Logosynthese sehr gut die PSE, die eher langfristig ausgelegt ist.

Besonders gute Erfolge zeigt die Logosynthese bei

- belastenden Verhaltens- und Beziehungsmustern, hinter denen bestimmte Glaubenssätze stehen,
- Ängsten, Panik und Phobien.

Da psychischen Problemen fast nie nur

ein Thema beziehungsweise Konflikt zugrunde liegt, geht der Therapeut bei der Logosynthese ähnlich wie bei der PSE Schritt für Schritt vor, indem er ein Thema nach dem anderen bearbeitet und auflöst. Dabei können auch Erinnerungen, Vorstellungen und Glaubenssätze aufgelöst werden, die dem Patienten gänzlich unbewusst sind. Ein Beispiel hierfür sind Frauen mit schweren Depressionen, von denen 30 % der in ihrer Vergangenheit mit sexuellem Missbrauch zu tun hatten – doch nicht alle erinnern sich auch daran.

PSE, Logosynthese, Schulmedizin – alles zu seiner Zeit

Im Gegensatz zu Psychotherapien eignen sich PSE und Logosynthese auch für Patienten, die wenig reden möchten oder nur selten die Praxis aufsuchen wollen.

Die Logosynthese setzt Dr. von Blumenthal vor allem ein, wenn aufgrund einer konkreten Situation schnelle Hilfe gefragt ist. Bei komplexeren Problemen arbeitet sie gern mit der PSE. Diese braucht zwar mehr Zeit, vermag dafür aber auch ältere, grundlegendere Themen aufzulösen. Manchmal öffnet sich ein Patient sogar erst durch die PSE so weit, dass er für andere Therapien zugänglich wird.

Beide Verfahren lassen sich problemlos mit Psychopharmaka kombinieren, die insbesondere bei mittelschweren bis schweren Störungen sowie bei schwerer Beeinträchtigung der Lebensqualität erforderlich sind. So kann man mit Psychopharmaka akute Phasen überbrücken, bis die PSE angeschlagen hat.

Zusammenfassung

PSE und Logosynthese sind energetische Verfahren, die sich bei der Therapie psychischer Erkrankungen besonders bewährt haben.

- Mit der PSE lassen sich Energieblockaden lösen, Patienten emotional stabilisieren, Medikamente gezielter einsetzen und vegetative Beschwerden verbessern. Besonders bewährt hat sie sich bei Depressionen und Angststörungen, aber auch bei Schizophrenie, beginnender Demenz, zur Auflösung von Glaubensmustern und zur Unterstützung von Suchtkranken.
- Die Logosynthese eignet sich besonders gut bei Ängsten, Panik, Phobien und blockierenden Glaubenssätzen.



Beide Verfahren ergänzen sich und sind sehr gut mit anderen, schulmedizinischen und komplementären, Behandlungsmethoden kombinierbar. Beide setzen an der Lebensenergie an und aktivieren die Selbstheilungskräfte, was in der Regel zu spürbar mehr Lebensqualität führt.

Angesichts ihrer großen Erfolge und Einsatzmöglichkeiten in der Psychiatrie gehören sie für Dr. von Blumenthal inzwischen zum unverzichtbaren Handwerkszeug in ihrer Praxis.

Referentin/Wissenschaftlicher Kontakt:
Dr. med. Suzanne von Blumenthal
Bahnhofstrasse 38 • CH-7310 Bad Ragaz
E-Mail: info@logosynthese.ch
www.logosynthese.ch

Literatur

Banis R. Lehrbuch Psychosomatische Energetik. Karl F. Haug, 2014

Jacobi F et al. Psychische Störungen in der Allgemeinbevölkerung Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland und ihr Zusatzmodul Psychische Gesundheit (DEGS1-MH). Nervenarzt 1 2014, 85:77–87, doi 10.1007/s00115-013-3961-y

Klipker K et al. Psychische Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. Journal of Health Monitoring 2018 3 (3), doi 10.17886/RKI-GBE-2018-077

Lammers W. Selbstcoaching mit Logosynthese: Blockaden auflösen, Krisen bewältigen. Kösel Verlag 2012

Schwabe V. Chronisch krank? Lebens- und Heilungsberichte über die Wirksamkeit der Energiemedizin mittels Psychosomatischer Energetik. Verlag Via Nova 2018

Storm A. Kinder- und Jugendreport 2019 der DAK

Weiss L. Angst lass nach! Weniger Stress mit wenigen Worten. Schnelle Linderung mit Logosynthese. CreateSpace Independent Publishing Platform 2018

Aufgezeichnet von:

*Dr. rer. nat Inge Ziegler (AltaMediNet GmbH)
beim Frühjahrs-Kongress der IGPSE 2019
in Königstein/Taunus*

Weitere Informationen zur
»Psychosomatischen Energetik« unter:
RUBIMED AG
Grossmatt 3 • CH-6052 Hergiswil (Schweiz)
Tel. 0041 (0) 41 630 08 88
Fax: 0041 (0) 41 630 08 87
www.rubimed.com