

BioNeuroEmoción

Wir denken, dass wir unsere Entscheidungen aus freiem Willen treffen, aber in Wirklichkeit reagieren wir auf Informationen die tief in unserem Unterbewusstsein nisten und sich in allen Aspekten unseres Lebens ausdrücken.

(Enric Corbera)

Wiederholen sich in ihrem Leben immer wieder die gleichen unangenehmen Erfahrungen?
Ein körperliches Symptom, das immer wiederkehrt, eine chronische Krankheit, sich gleichende ewig wiederkehrende Konflikte in der Beziehung oder am Arbeitsplatz?
Dann wäre vielleicht eine Konsultation in Bioneuroemoción das richtige für sie!

Was ist Bioneuroemoción?

Bioneuroemoción ist eine neue Methode, basierend auf verschiedenen Disziplinen, die den Zusammenhang von unbewussten Emotionen und deren Auswirkungen auf den Körper oder auf Verhaltensweisen untersucht. Es ist das Ziel der Bioneuroemoción den Ursprung des emotionalen Konfliktes zu verstehen, sich dessen bewusst zu werden. Dadurch ändert sich die Wahrnehmung einer bestimmten Situation im eigenen Leben und ich werde frei zu entscheiden, wie ich diese Situation leben will.

Die Bioneuroemoción ist keine Therapie und ersetzt keine medizinischen Behandlungen, sie ist eine Methode, die eine emotionale Freiheit anstrebt und dadurch das emotionale Wohlbefinden verbessert. Das will nicht heissen, dass ich beispielsweise keinen Ärger oder keine Angst mehr spüren soll, Emotionen sind weder gut noch schlecht, sondern es sind gerade die Emotionen, die Erfahrungen lebendig machen und Erinnerung ermöglichen, aber ich möchte diese Emotionen bewusst wahrnehmen. Sie sollen nicht zugedeckt werden und mein Leben unbewusst steuern.

Die Grundlagen der Bioneuroemoción

Bioneuroemoción wurde vom spanischen Psychologen Enric Corbera entwickelt. Das Enric Corbera Institute befindet sich in Barcelona und besteht mittlerweile aus einem Team von über fünfzig Dozenten und Dozentinnen, die Kurse und Konsultationen weltweit anbieten. Es gibt bereits über 15000 Studierende. Konsultationen werden am Institut auch per Skype auf Spanisch und Englisch angeboten. Das Institut ist ausserdem eng verbunden mit den Universitäten in Torreón (Mexiko) und Rosario (Argentinien).

Bioneuroemoción basiert auf dem Wissen verschiedener Autoren und Disziplinen, wie zum Beispiel Sigmund Freud, Carl Gustav Jung, Albert Ellis, Hypnose nach Erickson,

Neurolinguistisches Programmieren, Psychogenealogie nach Anne Schützenberger, R.G. Hamer, sowie auch auf den Wissenschaften Anthropologie, Embryologie, Epigenetik u.a. Ausserdem integriert die Bioneuroemoción metaphysische Sichtweisen von Autoren wie Dennis Gabor, David Bohm, Bruce H. Lipton, Robert Lanza u.a.

Emotionen

Emotion kommt vom lateinischen Wort 'emovere' , was 'herausbewegen' bedeutet.

Emotion ist etwas, das jemanden aus seinem gewohnten Zustand herausreisst und eine Bewegung in eine bestimmte Richtung bewirkt.

Aus biologischer Sicht produziert jede Emotion chemische Substanzen, die im Körper zirkulieren, von den Rezeptoren jeder einzelnen Zelle aufgenommen werden und körperliche Veränderungen bewirken, wie z.B. eine erhöhte Herzfrequenz, stockende Atmung, Schwächegefühl in den Beinen, zitternde Lippen, 'Hühnerhaut', die Stimme versagt. Dies sind unbewusste körperliche Veränderungen, die blitzschnell passieren. Hat der Körper einmal reagiert, verarbeitet das Gehirn die Veränderungen und übersetzt in die Sprache der Emotionen. In diesem Moment fühlen wir, nehmen wahr was passiert und können Entscheidungen treffen.

In dem Moment wo mein Körper auf eine Emotion reagiert, ich diese aber verdränge (nicht bewusst wahrnehme), weil, aus welchen Gründen auch immer, ich 'gelernt' habe, dass diese Emotion nicht sein darf, entsteht in mir ein emotionaler Konflikt. Vielleicht drückt sich diese primäre Emotion später aus und der Konflikt löst sich auf. Es kann aber auch sein, dass diese Emotion gefangen bleibt und Auswirkungen zeigt in meinem Körper oder in meinen Verhaltensweisen.

Für wen ist die Bioneuroemoción?

Bioneuroemoción ist für Personen, die sich des emotionalen Konfliktes eines Geschehens bewusst sein möchten. Dies kann eine Krankheit oder eine Schwierigkeit in den zwischenmenschlichen Beziehungen oder bei der Arbeit sein. Bei diesen meist multifaktoriellen Ursachen einer Krankheit oder einer schwierigen Situation, konzentriert sich die Bioneuroemoción auf die Erforschung der unbewussten Emotionen und fixen Glaubenssätze.

Die Methode ist geeignet für Personen, die bereit sind ihre eigene Realität zu hinterfragen und sich zu öffnen für neue Möglichkeiten. Wichtige Grundsätze in der Bioneuroemoción sind: nicht urteilen, nicht vom anderen sprechen (sondern aus der eigenen Sicht heraus), die Schuld nicht bei den anderen suchen.

Neben den eigentlichen Konsultationen in Bioneuroemoción, eignet sich die Methode auch hervorragend für die Selbsterforschung im täglichen Leben.

Wie läuft eine Konsultation in Bioneuroemoción ab?

Eine Konsultation dauert zwischen 45 Minuten und eineinhalb Stunden.

Die Konsultation kann sowohl in meiner Praxis als auch per Skype stattfinden. Ich biete Konsultationen in Deutsch und Spanisch an.

Der Klient/die Klientin wählt ein spezifisches Symptom oder eine bestimmte Schwierigkeit in seinem/ihrem Leben aus. Zum ausgewählten Thema gibt es in der Regel eine Sitzung. Manchmal ist es hilfreich im Abstand von eins bis zwei Monaten noch eine zweite oder dritte Sitzung zum ausgewählten Thema durchzuführen.

Anhand von Fragen, die möglichst objektiv und beschreibend beantwortet werden sollen, wird nach der stressauslösenden Situation gesucht. Es kann sein, dass sich der Klient zeitweise unwohl fühlt, da man ins Unterbewusstsein vordringt und der Mensch in der Regel sein Unbewusstsein erst mal verteidigt. Dies ist ein normaler Vorgang und gehört zum Prozess.

Hat man die stressauslösende Situation gefunden und verstanden, sucht man nach Resonanzen in früheren Lebenssituationen oder bei den Vorfahren. Dies ergibt dann wie einen roten Faden zu einem gewissen Thema, der sich durch die Geschichte des Klienten/der Klientin zieht und bis zur dritten oder vierten Generation zurückreichen kann. Ziel der Konsultation ist es, dass sich der Klient/die Klientin seines/ihres emotionalen Konfliktes bewusst wird. Dadurch verändert sich die Wahrnehmung, die der Klient/die Klientin von der konfliktiven Situation hat und er/sie wird frei zu entscheiden, wie er/sie die Situation leben will.

Fallbeispiel

Eine 25-jährige Frau kommt zu einer Konsultation in Bioneuroemoción. Als Grund gibt sie eine Eileiterentzündung vor eineinhalb Monaten an, die medikamentös behandelt wurde. Im Moment hat die Klientin keine Symptome. Vor der Eileiterentzündung hatte sie eine sehr lange und starke Menstruation, die mehr als zwei Wochen andauerte, aber nicht, wie sonst üblicherweise, schmerzhaft war. Als die Menstruation zu Ende ging, begann ein starker Schmerz im Unterleib links, weshalb sie dann zum Arzt ging.

Die lange Menstruation hatte sie nicht so beunruhigt, da sie vor kurzem aufgehört hatte die Pille zu nehmen. Seit dem 14. Lebensjahr nimmt die Klientin die Verhütungspille, wegen schmerzhafter und unregelmässiger Menstruation. Die erste Menstruation hatte sie mit elf Jahren.

Jeder Mensch reagiert individuell auf einen emotionalen Konflikt. Verallgemeinerungen sind nicht zielführend. In diesem Fall kann man aber annehmen, dass der Konflikt irgendetwas mit der Mutterschaft zu tun hat, real oder symbolisch; der Eileiter ist der Ort, wo Befruchtung stattfindet.

Momentane Lebenssituation

Die Klientin lebt bei ihren Eltern, ist Psychologin, arbeitet seit gut eineinhalb Jahren in einer Firma im Personalbereich, hat zur Zeit keine Partnerschaft (Trennung einer dreijährigen Beziehung vor fünf Monaten, weil sich ihr Freund nicht weiter auf die Beziehung einlassen wollte).

Suche nach der stressauslösenden Situation

Da die Eileiterentzündung vor ca. eineinhalb Monaten auftrat, sucht man nach einer Stresssituation kurz davor, also etwa vor zwei bis drei Monaten.

Die Klientin gibt zuerst einen Konflikt am Arbeitsplatz an. Sie möchte eigentlich etwas anderes tun und nicht in dieser Firma arbeiten. Es stellt sich heraus, dass dieser Konflikt bereits seit über einem Jahr besteht und somit nicht als stressauslösende Situation für dieses körperliche Symptom in Frage kommt.

Als nächstes gibt die Klientin die Trennung ihrer Partnerschaft an. Dies geschah aber bereits vor fünf Monaten. Wenn die Symptome damit zusammenhängen würden, wären sie früher aufgetaucht.

Nach weiteren Fragen in Bezug auf die emotionale Stimmung zu Hause und auf Geschehnisse vor zwei bis drei Monaten, erzählt die Klientin, dass ihre Grosstante vor zwei Monaten gestorben sei. Die Grosstante (Schwester der Grossmutter der Klientin) sei wie eine Mutter für ihre Mutter gewesen. Seither gehe es der Mutter gar nicht gut.

Suche nach dem Leitfaden und Verständnis des Problems

Beim genaueren Nachfragen was die Grosstante für eine Rolle innerhalb der Familie hatte und was nach ihrem Tod geschah, tauchten zwei Szenen auf, eine vor zwei Monaten, eine als die Klientin fünfjährig ist, in denen beide Male die Mutterfunktion umgekehrt besetzt ist. Der Klientin wird bewusst, dass sie sich seit frühester Kindheit um ihre Mutter gekümmert hat, statt umgekehrt.

Eigentlich möchte die Klientin von zu Hause ausziehen und eine eigene Familie gründen. Unbewusst hat sie aber das «Programm» verinnerlicht, dass sie sich um ihre Mutter kümmern muss. Sie zieht nicht von zu Hause aus. Sie suchte sich einen Partner aus, der nicht mit ihr zusammenziehen und sich nicht richtig auf sie einlassen wollte. Es findet eine Projektion dieses Programms am Arbeitsplatz statt; sie will eigentlich nicht an diesem

Arbeitsplatz sein und diese Arbeit verrichten.

Solange die Grosstante noch lebt, die auch eine gewisse Mutterfunktion für ihre Mutter übernimmt, ist die Situation noch tragbar für die Klientin. Aber in dem Moment, wo die Grosstante stirbt, lastet der ganze Druck nur noch auf der Klientin. Ihr Konflikt verschärft sich. Wie kann sie ihr eigenes Leben führen ohne die Mutter aufzugeben? Sie will die Mutterfunktion für ihre eigene Mutter nicht mehr. Dies ist ihr jedoch nicht voll bewusst, aber ihr Körper reagiert (Ausscheiden von Blut, Eileiterentzündung).

Resonanz im Stammbaum

Grosseltern mütterlicherseits

Der Grossvater der Klientin war nie zu Hause. Er arbeitete im Ausland und war ihrer Grossmutter auch nicht treu. Ihre Grossmutter hat dies ihr Leben lang ausgehalten. Die Mutter der Klientin war auch schon wie eine Mutter für ihre Mutter (Grossmutter der Klientin). Bereits hier fand eine Verschiebung der Mutterfunktion statt.

Grosseltern väterlicherseits

Der Grossvater der Klientin war immer zu Hause, genau wie ihr Vater. Ihre Grossmutter behandelte ihn auch wie ein Kind.

Die Mutter der Klientin suchte sich einen Mann, der immer zu Hause ist. Nicht so wie ihr Vater, der nie da war. Aber das bedeutet trotzdem nicht, dass der Mann emotional reif ist. Er kann trotzdem unreif sein und wird dann wie ein Kind behandelt.

Dadurch hat die Mutter der Klientin bereits ein Kind (Ehemann) und eigene Kinder zu bekommen, ist eine zusätzliche Last. Der Platz ist eigentlich schon besetzt.

Was macht die Klientin nun mit diesen Erkenntnissen?

Sie kann sich bewusst machen, was für eine Frau sie sein und welches Leben sie führen möchte. Vielleicht spricht sie mit ihrer Mutter und erklärt ihr wie sie leben möchte. Das bedeutet nicht, dass sie ihre Mutter nicht mehr sehen soll.

In der Bioneuroemocion geben wir keine Ratschläge, was der Klient/die Klientin danach tun soll. Wir betonen lediglich, dass es wichtig ist, dass der Klient/die Klientin Entscheidungen trifft, die übereinstimmen mit der persönlichen Kohärenz (emotionale Kohärenz) und dem Verständnis fürs familiäre System.

Dadurch, dass der Klientin bewusst wird, was ihr Stress bereitet, kann sie die ganze Situation anders anschauen. Es ist als ob sie einen Schritt zurückmacht und die ganze Szene von aussen betrachtet und nicht mehr in einer fixen Position gefangen ist. Daraus können neue Lösungswege auftauchen, die vorher für sie undenkbar gewesen wären. Wie sie die Situation leben will, ist ihr freier Wille.