

Psychophonie[®] – Wesen, Wirkungsnachweis und Indikation der neuen zerebralen Audioregulationstherapie

B. Fricker

Schweizerische Fördergesellschaft der Psychophonie, Bilten, Schweiz

Das zentrale Prinzip der *Biofeedbacktherapien* ist das Training eines Organs durch apparative Hörbarmachung oder Sichtbarmachung der Organfunktion. Es wurde festgestellt, dass die Menschen ohne künstliche Hilfe Organfunktionen (z. B. den Muskeltonus) kaum richtig fühlen, geschweige denn kontrollieren können. Dies gelingt aber leicht, wenn das Myogramm verstärkt abgehört oder beobachtet werden kann. Man spricht von einer *künstlichen oder externen Afferenz*. Sie macht die im Normalfall kaum fühlbare Verspannung sinnlich erfahrbar. Die Kopfmuskulatur kann damit bewusst trainiert werden.

Im EEG zeigt sich das Hirnstrommuster der äussersten Grosshirnrinde, welches in der Sekunde vielfach wechselt. Es setzt sich aus Wellen zusammen, die mit der Bewusstseinsheitigkeit (*Vigilanz*) direkt zusammenhängen. Über die thalamokortikalen Kreisläufe sind diese Wellen auch Ausdruck der Erregungszustände des Hirnstamms und des Mittel-/Zwischenhirns. Umgekehrt werden dieselben Zentren, die über das vegetativ-emotionale Befinden entscheiden, von der Hörbahn durchkreuzt und über *neuronale Netze* beeinflusst. Jede akustische Einwirkung verändert zwangsläufig das Fließgleichgewicht dieser Zentren, was etwa beim Musikhören als Umstimmung erfahren wird. Vielfach stärker wirken die vom EEG hergeleiteten Klangfolgen der Psychophonie, denn sie enthalten tonale und rhythmische Muster, die den Erregungsschwankungen dieser Zentren selbst entsprechen (*Resonanz*). Die Psychophonie wird in einem beschwerdefreien Zeitpunkt einmalig aus dem patienteneigenen EEG errechnet. Der Patient darf wissen: «So tönt mein Hirn, wenn es mir gut geht.» Der beschwerdefreie Klient begegnet in seiner Psychophonie sich selbst. Psychophonie führt als ungewohnter, zeitlich strukturierter Stimulus zu überdurch-

schnittlich starken zerebralen *Konditionierungsreaktionen*.

Durch regelmässiges Abhören des eigenen Heilklangs verbessert sich die Durchschnittsbefindlichkeit der Leidenden nachhaltig. Das patienteneigene EEG wirkt signifikant besser bei Kopfschmerzen/Migräne und nervösen Magen-/Darmbeschwerden (placebokontrollierte Doppelblindstudie). Verschiedene offene Studien haben übereinstimmend gezeigt:

- die Wirkung baut sich nach 3 Monaten voll auf und bleibt langfristig erhalten;
- 8 von 10 Klienten berichten von einem positiven Effekt, etwa die Hälfte erfährt eine 50–100%ige Wirkung;
- häufig wird der Medikamentenkonsum reduziert.

Die *Hauptindikationen* sind:

- Kopfschmerzen vom Spannungstyp (alle Formen);
- Migräne (alle Formen);
- nervöse Magen-/Darmbeschwerden;
- Schlafstörungen;
- Depressionen;
- Störungen der Globalintegration (POS, Hyperaktivität) bei Kindern

sowie vielerlei *Stresserscheinungen*, Burn-out, vegetative Labilität, Angst und Panik, Jetlag u. a. m.

Die bisher erreichten, hervorragenden Therapieerfolge an Tausenden Patienten in Deutschland, Österreich und der Schweiz haben dieser im Schnittpunkt von physikalischer Therapie, Biofeedback und Verhaltenstherapie liegenden, nebenwirkungsfreien Methode zu einer raschen *Verbreitung* verholfen. Psychophonie ist ganz in westlicher Doktrin verwurzelt und überfordert weder den Arzt noch den Patienten, da die komplexen Arbeiten ausschliesslich in