

Die Psychobionik: Selbsteilung mithilfe archetypischer Kräfte

Von Astrid Gugel

(veröffentlicht in Raum & Zeit Nr. 196, Ausgabe Juli/August 2015)

Roswitha erzählt mir, dass sich bisher jeder Mann von ihr getrennt hat und dass sie nicht verstehen kann, warum. Meine Aufgabe besteht darin, mit ihr ihre Beziehungsmuster aufzudecken und zu bearbeiten. Wir wollen ganz praktisch herausfinden, was in ihr eine glückliche und tragfähige Beziehung verhindert. Da sie es nicht weiß, nützt es wenig, dass wir darüber nachdenken: Wir fragen ihr Unterbewusstsein.

Warum bin ich beziehungsunfähig?

Roswitha legt sich hin und verbindet sich die Augen, um sich besser ihrem Inneren zuwenden zu können. Nach einer Entspannungsphase leite ich sie an, ihre „Innenwelt“ zu erkunden: „Stelle dir eine Treppe vor, die nach unten führt, in deine Psyche, in dein Unterbewusstsein. Am Ende dieser Treppe ist ein Gang mit Türen. Suche dir eine Tür aus und schreibe dein Thema drauf.“ Roswitha schreibt „Beziehung“ auf ihre Tür und öffnet sie...

„Da ist ein ziemlich dunkler Raum, recht groß, leer, keine Fenster...“ sagt sie.

„Also, dein Symbolraum ist der Ausdruck deiner Psyche zum Thema Beziehung. Von hier aus kannst du das Thema erkunden. Frag mal diesen Raum, was er dir sagen möchte.“

Roswitha fragt ihren Symbolraum: „Raum, ich fühle mich nicht schlecht in dir, aber du bist auch sehr leer. Was kannst du mir zum Thema Beziehung sagen? - Ich muss auf einmal an einen Mann denken, mit dem ich zusammen war.“

„Dann ruf ihn doch einfach.“

Fragen an Innere Anteile

„Ok, Jens, komm bitte her. – Er ist da. Er wirkt unsicher, zögerlich.“

„Sag's ihm und frag ihn, warum.“ Roswitha spricht mit dem Bild von Jens in ihrer Innenwelt:

„Jens, was macht dich so unsicher? – Ich mache ihn unsicher. Irgendwie hat er Angst...“

„Frag ihn mal, was ihm Angst macht.“

„Jens, was macht dir Angst? – Es ist, als ob ich zu stark bin... Ich sehe mich jetzt wie er mich sieht: Wie einen großen festen Quader, der fest steht, der kraftvoll ist.“

„Frag mal Jens, ob das sein Gefühl ist, dass die Roswitha da vor ihm steht wie ein Quader, an den er nicht so richtig drankommt.“

Roswitha fragt ihr inneres Bild von Jens und sagt: „Ja, es ist als ob man keine Beziehung aufbauen kann. Da ist nichts, wo man eine Verbindung herstellen könnte... keine Andockstelle. Ich sehe nur einen starken, unumstößlichen Quader vor mir stehen. Es müsste weich sein, wie Knete, sodass man ineinanderfließen kann, aber der Quader lässt das nicht zu.“

„Dann erklär mal dem Quader, wie Jens ihn wahrnimmt... Der Quader weiß das vielleicht gar nicht...“

Roswitha ist die Moderatorin ihrer eigenen Psyche und hat als solche die Aufgabe, mit allen Anteilen in Kontakt zu treten und zwischen ihnen zu vermitteln. Sie spricht mit ihrem inneren Quader – einem Teil ihrer selbst:

„Quader, der Jens kann gar nicht an dich andocken. Du bist wie eine Wand, wo man abprallt. Der Jens bräuchte eine weichere Stelle zum Andocken.“

„Wie reagiert der Quader darauf?“

„Das ist neu für den Quader. Der ist völlig überrascht!“

„Du siehst also, du hast diesen Quader in dir, und der macht es Jens unmöglich, bei dir anzudocken.“

Du müsstest jetzt herausfinden, warum du hier symbolisch als Quader erscheinst. Der Quader soll dir Ereignisse zeigen, die ihn haben entstehen lassen.“

„Quader, zeig mir, wie du entstanden bist. – Ich sehe mich als Baby in einem Bettchen liegen. Das Baby schreit. Es ist allein, aber keiner kommt.“

„Ok, frag mal den Quader, zu wieviel Prozent er deshalb da ist, weil dieses Baby alleingelassen wird.“
„90 Prozent.“

„Dann zeig das jetzt den Eltern des Babys. – Ruf diese Eltern in deiner Psyche auf!“

Frühkindliche Prägung durch das Familiensystem

„Eltern von der kleinen Roswitha, kommt bitte her. Ich bin die Roswitha aus der Zukunft,“ erklärt sie ihren Inneren Bildern, „und ich sehe, dass ihr die Kleine hier allein lasst. Schaut mal, ich habe in mir einen Quader, der es mir schwer macht, glückliche Beziehungen zu haben, und der sagt, er ist zu 90 Prozent deshalb da, weil die Kleine hier allein ist. – Das tut ihnen leid, sie wussten es nicht besser.“

„Sie haben vielleicht Ähnliches erlebt... Sag deinen Inneren Eltern, sie sollen dir ihre Kindheit zeigen.“ Roswitha geht zurück bis zu ihren Großeltern: Auch die haben ihre Kinder auf unterschiedliche Weise alleingelassen. All das ist in ihrer Psyche abgespeichert und Bestandteil ihrer Beziehungsmuster. Sie besucht alle diese Anteile ihrer Psyche und zeigt ihnen, welche Auswirkungen sie auf ihr Leben haben: „Oma und Opa, ihr vernachlässigt hier euren Sohn, und der Junge wird später mein Vater, sucht sich eine Frau, die Beziehung auch nicht gut kann, und die beiden lassen dann mich als Baby allein. Schaut euch dieses Baby an, wie es schreit... Und dann habe ich später ganz große Schwierigkeiten mit Beziehungen. Schaut mal hier, der Quader... - Sie sagen, das wollten sie nicht, es tut ihnen leid.“

Die Familienstruktur im Kopf: Du bist deine Familie.

Erlebnisse gehen in der Psyche nicht verloren, sondern bilden Informationsnetzwerke, die z.B. unsere Beziehungsmuster ausmachen. Wollen wir diese verändern, so müssen wir weit in unser Familienfeld zurück, denn auch Erlebnisse unserer Eltern und Großeltern sind Bestandteil unseres psychischen Informationsnetzwerkes.¹ Themen werden von Generation zu Generation weitergegeben, vernetzen und verstärken sich. Gerade Beziehungserlebnisse finden wir sehr häufig als wichtige Faktoren bei der Entstehung von Krankheiten. Da all dies in unserer Psyche abgespeichert ist, müssen wir auch dort eingreifen, um es zu ändern. **Beim Innenweltsurfen ersurfen wir unsere inneren Informationsmuster und bekommen ein tiefes Verständnis unserer psychischen Abläufe, da wir allen unseren Anteilen real begegnen und uns mit ihnen direkt auseinandersetzen. Auf diesem Weg können wir in unsere Innere Realität eingreifen und sie verändern.** Wie Roswitha es tut...

Wenn die Eltern und Großeltern in Roswithas Psyche betroffen sind, zeigt das, dass es ihr gelungen ist, ein Stückweit ihr Muster zu „erschüttern“. Da es sich um innere Anteile handelt, sind diese auch grundsätzlich immer auf ihrer Seite und bereit, sich zu verändern. Roswitha muss nun dieses ganze Muster zerstören, indem sie alle Bilder zerschlägt, die sie aufgefunden hat: Damit gibt sie ihrer Psyche die Möglichkeit, das gesamte Informationsmuster neu zu organisieren. Wir überprüfen dann alle Anteile, um zu sehen, wie das neue Muster aussieht.

Urbilder aktivieren

„Die Großeltern sind jetzt liebevoller,“ sagt sie. „Sie wenden sich ihrem Sohn zu.“

„Und das Baby?“

„Das ist ruhig.“

„Sag ihm mal, es soll schreien.“

„Baby, schrei doch mal. – Es schreit, und die Eltern kommen sofort. Sie nehmen das Baby hoch. Sie

sind zusammen, eben wie eine Familie... Das ist ein schönes Gefühl.“

„Schau mal, was aus deinem Quader geworden ist.“

„Der ist abgerundet, nicht mehr so hart und kantig.“

„Dann frag ihn, zu wieviel Prozent du ihn schon aufgelöst hast.“

„Er sagt 20 Prozent.“

Roswitha hat in weiteren Sessions ihre unglücklichen Beziehungen durchgearbeitet und zunehmend Beziehungsfähigkeit entwickelt. Vor wenigen Tagen mailte sie mir: „Seit November bin ich mit einem Mann zusammen, der völlig anders ist als meine vorherigen Partner, was ich dem Innenweltsurfen zuschreibe.“

Rasterfahndung in der Psyche

Roswithas Session ist der Beginn einer Musteraufdeckung in der Psyche (Psychobionik-Profilung). Die Arbeitstechnik heißt Innenweltsurfen® und wurde vom Physik-Ingenieur Bernd Joschko in 35-jähriger Forschungsarbeit entwickelt. Ziel ist das Auffinden aller an einem Symptom beteiligten Informationen. Aus der Synergetik, der Schwarmforschung und dem kriminologischen Profiling stammt die gemeinsame Erkenntnis, dass 5 bis 8 Faktoren zusammenwirken müssen, damit ein Muster oder Symptom entsteht. Somit gibt es auch für Erkrankungen keine einzelne Ursache, sondern höchstens einen „Auslöser“, der ein bereits angelegtes Muster aktiviert: der Flügelschlag des Schmetterlings, der das System Mensch in die Krankheit kippen lässt.²

Psychobioniker leiten Menschen an, gefundene Muster unter Anwendung der von Joschko entwickelten Technik so zu bearbeiten, dass das Gehirn die Möglichkeit bekommt, die Informationen neu zu strukturieren. Es entstehen neue Informationsmuster, die sich auch körperlich auswirken, was bis zur Auflösung von Krankheitssymptomen geht.³

Als Bernd Joschko (damals noch Bernd Schmidt) 1982 aus dem Bundeskriminalamt (BKA) ausstieg, hatte er keine Vorstellung davon, dass er sein dort gewonnenes Wissen über Rasterfahndungsmethoden, kombiniert mit Erkenntnissen aus der Evolutionsbionik, auf die menschliche Psyche übertragen und damit innerhalb der nächsten dreißig Jahre eine hocheffektive Selbstheilungstechnik und ein neues innovatives Berufsfeld entwickeln würde.

Vom Whistleblower zum Therapeuten

Als Physik-Ingenieur beim BKA hatte Bernd Joschko den Auftrag, Videoüberwachungstechnik für die Terroristenfahndung zu entwickeln. Er musste dabei erleben, dass die von ihm entwickelte Observationstechnik auch zur Überwachung anderer Randgruppen wie der Friedensbewegung und zunehmend auch zur Überwachung der Gesamtbevölkerung eingesetzt wurde. Da er dies mit seinem Gewissen nicht vereinbaren konnte, stieg er 1982 aus dem BKA aus und – ähnlich wie 2013 Edward Snowden – gab er die von ihm gesammelten Informationen 1983 an die Presse und damit an die Öffentlichkeit.⁴

Entwicklung der Synergetik Therapie

In den folgenden Jahren baute er sein Haus zu einem Tagungshaus um und vermietete es an Selbsterfahrungsgruppen, wodurch er viele methodische Ansätze kennenlernte. Er experimentierte mit den verschiedensten Selbsterfahrungs-, Therapie- und Heilfastengruppen und Meditationstechniken. Auf der Basis all dieser Erfahrungen entwickelte er ab 1988 seine eigene Methode, die Synergetik Therapie. Namengebend war dabei die Synergetik nach Hermann Haken: die Lehre von der Selbstorganisationsfähigkeit komplexer Systeme.⁵ Diese bildet einen Teil der naturwissenschaftlichen Grundlagen der heutigen Psychobionik. Joschko arbeitete zunächst eher experimentell. Von der gezielten Auffindung von Krankheitsmustern,

die er später zu seinem Spezialgebiet ausbaute, war er noch weit entfernt. Er arbeitete in freilaufenden Prozessen mit inneren Bildern und leitete Menschen an, in ihrer Psyche zu surfen. Sie sollten sich selbst besser kennenlernen, Konflikte klären, Handlungs- und Lebenskompetenz entwickeln. Durch diese Arbeit gewann er Erkenntnisse darüber, wie die menschliche Psyche funktioniert.

Aus zahlreichen Einzelsitzungen mit seinen Klienten entwickelte Joschko das Basishandwerkszeug der Synergetik Therapie und bot ab 1992 Ausbildungen an, welche von mehreren Hundert Teilnehmern absolviert und als ordentliche Berufsausbildung anerkannt wurden.

In den letzten Jahren entwickelte Joschko seine Methode weiter und benannte sie 2011 um in Psychobionik. Der heutige Arbeitsstil und die inhaltliche Zielsetzung unterscheiden sich fundamental von der Synergetik Therapie. Arbeitstechnisch kristallisierten sich die wichtigsten Faktoren heraus, die verantwortlich sind für den Gesamtzustand eines Menschen: Bestimmte „Urbilder“ entsprechen den grundlegendsten menschlichen Lebenserfahrungen. Sie machen die „Software“ eines Menschen aus: Das Innere Kind, die Inneren Eltern und Großeltern, die Innere Frau und der Innere Mann werden durch unsere und die Erfahrungen unserer Vorfahren geprägt und liefern uns fortan die Vorlage für unser Leben. Die Psychobionik hat zum Ziel, diese inneren Anteile zu optimieren, sodass sie lebensfördernde statt lebenshemmende Muster in uns bilden.

Was die Methode nachhaltig wirksam macht, ist, dass die Psyche zu einem Selbstorganisationsprozess angeregt wird, durch den ganze Muster neu organisiert werden:

Eine tiefgehende, nachhaltige Neuordnung innerhalb eines Systems kommt nur zustande, wenn das System die Möglichkeit hat, eine Chaosphase zu durchlaufen und aus sich heraus eine neue Ordnung zu bilden.

Aus diesem Grund ist die Zerstörung der aufgefundenen Muster (= Chaosphase) integraler Bestandteil jedes Psychobionik-Coachings – was diese Arbeitsmethode von vielen anderen grundlegend unterscheidet. Ohne diese Zerstörung und Neuordnung durch Selbstorganisation würden alte Muster lediglich überlagert und wären weiterhin wirkungsvoll. Klienten haben anfangs häufig Skrupel, auf ihre inneren Bilder einzuschlagen. – Bis sie verstehen, dass es sich um innere Anteile handelt, nicht um reale Personen der Außenwelt: Wir zerstören nicht die Oma, sondern das Bild der Oma im Kopf.

Für Roswithas Beispiel heißt das, dass es nicht ausreichen würde, wenn sie z.B. selbst ihr Inneres Baby bemuttert und den Eltern verzeihen würde: Die Prägungen wären immer noch vorhanden und das gute Gefühl würde nicht lange anhalten. Für tatsächliche Entwicklung ist eine Zerstörung des kompletten Informationszusammenhangs in der Psyche nötig, damit die Psyche aus sich heraus neue Strukturen erschaffen kann. – Ähnlich wie der Schmetterling nicht dasein kann, solange die Raupe noch vorhanden ist: Es würde nicht ausreichen, an der Raupe etwas zu ändern, oder etwas zu ihr hinzuzufügen, damit sie ein Schmetterling wird. Es ist die Raupe selbst, die sich komplett neu strukturieren muss.

Texte für Info-Kästen

Selbstorganisation

Jedes komplexe, dynamische System (Ökosystem, Gesellschaft, Lebewesen) hat die Fähigkeit zur Selbstorganisation: Es erschafft aus sich heraus neue Ordnungsstrukturen. Ist es Störungen ausgesetzt, so ist es in der Lage, sich neu zu organisieren, um diese zu integrieren.

Dasselbe gilt für unser Gehirn bzw. unsere Psyche: Wir integrieren laufend neue Erfahrungen. Diese speichern sich in uns ab, vernetzen sich mit bereits vorhandenen Informationen und bilden in uns die komplexen Muster, aus denen heraus wir unser Leben leben, sozusagen unsere „Software“ für Beziehungsgestaltung, Selbständigkeit etc.

Greifen wir nun mit der Rückkopplungstechnik des Innenweltsurfens® in diese Informationsmuster ein, so aktivieren wir die Selbstorganisationsfähigkeit unseres Gehirns: Das bisherige Informationsmuster wird destabilisiert, das Gehirn muss sich neu organisieren, und neue Muster entstehen in der Psyche.

Psychobionik

Die Psychobionik wurde vom Physik-Ingenieur Bernd Joschko begründet und von ihm im Verlauf der letzten 35 Jahre von einer Selbsterfahrungsmethode zu einer höchstrichterlich anerkannten Heilmethode (und Berufsausbildung) und schließlich (auf dem aktuellen Stand) zu einer hocheffizienten Methode der Hintergrundaufdeckung bei allen Lebensthemen (einschließlich Krankheiten) und zu einem Lerntaining in Selbstentfaltung & Selbstheilung weiterentwickelt.

Die Bionik ist die Wissenschaft, die Strukturen und Verfahren aus der Natur übernimmt, um sie in Technik umzusetzen. (Beispiele: Klettverschluss, Lotusblatteffekt)

Die Psychobionik basiert auf der Ingenieurarbeit von Bernd Joschko von 1975, in der er (unabhängig von den Forschern Rechenberg und Schwefel, die es vor ihm schon entdeckt hatten), das Prinzip der Evolutionsbionik entdeckte und anwandte: In der Natur geschehen zufällige Veränderungen, von denen jeweils die am besten an ihre Umgebung adaptierten, sich durchsetzen.

Auf die Psyche übertragen bedeutet dies:

Liebevolle Eltern in der Psyche zu haben, ist ein „besserer Zustand“: Menschen mit liebevollen Eltern in der Psyche sind glücklicher, gesünder und besser in der Lage, mit Herausforderungen umzugehen. Dieser bessere Zustand setzt sich durch, wenn wir beim Innenweltsurfen das Muster negativer Prägungen zerstören, welches durch wenig liebevolle Eltern entstanden ist. Was nach der Zerstörung negativer Prägungen in der Psyche übrigbleibt, sind Innere Eltern in der Qualität Archetypischer Bilder, da die Archetypischen Bilder in der Psyche evolutionär angelegt sind und bei Selbstorganisationsprozessen als ordnende Kräfte (Attraktoren) wirken.

Da Joschko erkannte, dass es nicht möglich ist, einen Menschen zu heilen, sondern dass Heilung stets eine Eigenleistung des betreffenden Menschen darstellt und nicht von außen an ihn herangetragen werden kann, wird die Psychobionik, obwohl sie per Gerichtsurteil als Heilmethode eingestuft wurde, von Psychobionik-Coaches als Lerntaining angeboten, d.h. als Anleitung zu eigener Erkenntnis, Entwicklung & Selbstheilung – ausgehend von beliebigen Lebensthemen.

Sie wurde per Gerichtsurteil als „konfrontative Psychotherapie“ eingestuft wurde, doch ist ihr Ansatz (Synergetik, Selbstorganisation, Urbilder als Attraktoren) bisher in keiner Psychotherapie zu finden. Vielmehr ist sie in den Kontext der Systemwissenschaften einzuordnen.

Über die Autorin

Astrid Gugel, Jahrgang 1976
Psychobionik-Coach und Profilerin
Vorstandsmitglied im Berufsverband Psychobionik e.V.
www.trobado.de

¹ www.psychobionik.de/psychobionik-3-0.html, abgerufen am 17.08.2014

² Auf Youtube sind etliche von Bernd Joschko gekürzte und kommentierte Sessions zu den verschiedensten Themen zu finden. www.youtube.com/user/Synergetiktherapie/videos, abgerufen am 17.08.2014

³ www.bernd-joschko.de, abgerufen am 17.08.2014

⁴ www.freitag.de/autoren/idefix/der-vergessene-whistleblower, abgerufen am 17.08.2014

⁵ Hermann Haken: „Erfolgsgeheimnisse der Natur: Synergetik, die Lehre vom Zusammenwirken“, DVA 1981, Ullstein 1988, Rowohlt 1995.