

*Wir sind nicht menschliche Wesen,
die eine spirituelle Erfahrung machen.*

*Wir sind spirituelle Wesen,
die eine menschliche Erfahrung machen.*

Yogi Bahjan



www.inter-uni.net > Forschung

Die tranceinduzierte Methode der schamanischen Trommelreise als Intervention zur Anregung der Selbstregulation in der Therapie.

Zusammenfassung der Arbeit

Autorin: Marietta Dollinger

Copyright © Marietta Dollinger

Alle Rechte, auch das des auszugsweisen Nachdrucks, der auszugsweisen oder vollständigen photomechanischen Wiedergabe (Fotokopie/Mikrokopie) und der Übersetzung vorbehalten.

Einleitung

Psychotherapie und schamanische Methoden sind beides Wege der Seelenarbeit. Ihr Wirkungskreis befindet sich im weiten Raum des Bewusstseins und des Unbewussten. Beides, die Psychotherapie und schamanische Methoden, beabsichtigen gleichermaßen das durch Abwehrstrategien eingeschränkte Seelenleben des Menschen wieder vollständiger werden zu lassen. (vgl. Picard, 2006)

Wolfgang Schmidbauer beschreibt in seinem Buch „Die Geschichte der Psychotherapie“ den Werdegang der Psychotherapie von der Magie zur Wissenschaft. Schmidbauer lässt die Geschichte der Psychotherapie nicht in einer Zeit beginnen, in der sich dieser Beruf „in Abgrenzung zu theologisch fundierten Seelsorge und zur an der Zellulartpathologie orientierten Medizin entwickelte.“ (Schmidbauer, 2012, p. 10) Er schreibt weiterhin: „Wir sollten vielmehr weiter zurückschauen, um dadurch auch das Verständnis in die Zeitlosigkeit von magischen und esoterischen Modellen zu vertiefen, die bis heute in der Welt der Psychotherapie eine große Rolle spielen.“ (Schmidbauer, 2012, p. 10)

Am Anfang steht die archaische Psychotherapie, die zurückführt bis zu den altsteinzeitlichen Kulturen und aus der der Beruf des Schamanen hervorgeht. Krankheiten sind durch ungünstige Einflüsse aus der geistigen Welt verursacht, die Schamanen reisen im Zustand der ekstatischen Trance in die geistige Welt, um mit Hilfe von Schutzgeistern den Kranken zu heilen.

Es folgen die Psychotherapie (Seelenheilkunde) der Antike, die ebenfalls von magischen Elementen durchdrungen ist, und die Seelenheilkunde im Mittelalter, die von Beschwörungen und Austreibungen von Besessenen geprägt ist. Erst in der Renaissance beginnt die Geschichte der Psychotherapie als Wissenschaft. (vgl. Schmidbauer, 2012)

Den Grundstein für die heutige Psychotherapie legte vor knapp 100 Jahren Sigmund Freud. Er entwickelte in jahrzehntelanger Forschungsarbeit die Psychoanalyse.

Freuds Entdeckungen haben, historisch gesehen, ein neues Paradigma erbracht. Seine

Wirkungsgeschichte hat in fast allen Wissenschaften Spuren hinterlassen, sowie neue Wissenschaften hervorgebracht. Die Psychoanalyse ist praktisch die Quelle aller abendländischen psychotherapeutischen Methoden. (vgl. Pass, 2013)

Schamanismus, als Oberbegriff aus der Ethnologie, betitelt die Tätigkeit von Menschen unterschiedlicher Ethnien, die mit Hilfe des schamanischen Bewusstseinszustandes (Trancezustand) in die nichtalltägliche Wirklichkeit (NAW, verborgene Wirklichkeit neben der alltäglichen Wirklichkeit) zu reisen, um dort mit Hilfe der in der NAW beheimateten geistigen Kräfte um Rat, Unterstützung, Antworten oder Heilung zu bitten.

Das schamanische Weltbild ist animistisch: Die ganze Natur wird als beseelt erlebt, der Kosmos wird als großer Organismus verstanden Jeder ist ein Teil des großen Ganzen, alles ist lebendig und mit einem universellen Geist belebt. Schamaninnen und Schamanen wirken bei ethnischen Völkern seit Jahrtausenden als Heiler, Zauberer, Wahrsager, Weise und Künstler. (vgl. Zumstein, 2013)

„Schamanismus ist mit hoher Wahrscheinlichkeit das älteste Heilsystem der Menschheit.“ (Uccusio, 2001, Klappentext)

Die schamanische Trommelreise bezeichnet einen veränderten Bewusstseinszustand (Tranceinduktion mittels Trommel) mit dessen Hilfe Menschen in die verborgene Realität der nichtalltäglichen Wirklichkeit eintauchen um dort Informationen, Wissen, Kraft, Hilfe, Unterstützung und / oder Heilung zu erhalten.

In den 60iger Jahren führte eine Expedition den amerikanischen Anthropologen Michael Harner in das peruanische Amazonasgebiet wo er bei den Conibo-Indianern Feldforschung betrieb. Dies war der Anfang seiner weltweiten Forschung über den Schamanismus. „Eigene Experimente und umfangreiche Feldstudien führten mich zu den fundamentalen Prinzipien der schamanistischen Praxis, die sich bei allen indigenen Völkern als grundlegend dieselbe erwies, seien sie nun in Sibirien, Australien, Südafrika, Nord- oder Südamerika beheimatet. Dieser Kern-Schamanismus (Core-Shamanism) bildet die Basis dessen, was ich vermittele.“ (Harner, 1999, p. 11) Core-Schamanismus bezeichnet die grundlegenden universellen Techniken und Prinzipien des Schamanismus und definiert sich weder über bestimmte ethnische Gruppen noch über bestimmte Anschauungen. Das zentrale Element des Core-Schamanismus ist die Methode der tranceinduzierten schamanischen Trommelreise.

Ein Miteinander von Psychotherapie und Schamanismus, insbesondere der tranceinduzierten Methode der schamanischen Trommelreise als ganzheitliches Verfahren, das Nutzen eigener spiritueller Ressourcen und das Nutzen spiritueller Ressourcen der Klienten im psychotherapeutischen Prozess, beschäftigen die Autorin seit vielen Jahren.

Der Fokus der hier vorliegenden Arbeit liegt auf der möglichen anregenden Wirkung der tranceinduzierten Methode der schamanischen Trommelreise nach Michael Harner auf die Selbstregulation des Menschen.

Die Studie wurde als Pilotstudie konzipiert, da die Autorin nach umfangreicher Recherche keine wissenschaftlichen Studien zur tranceinduzierten Methode der schamanischen Trommelreise hinsichtlich einer anregenden Wirkung auf die Selbstregulation gefunden hat.

Eine Ausnahme bilden die wissenschaftlichen Studien von Felicitas Goodman und Giselher Guttman, die messbare biologische Veränderungen und messbare neurobiologische Veränderungen während der schamanischen Trance nachweisen konnten.

Die schamanische Trance nach F. Goodman, akustisch begleitet von einer Rassel mit etwa 200 Schlägen pro Minute, erwies sich als ein von allen anderen Bewusstseinslagen abweichender Zustand, der durch eine gleichzeitige Desaktivierung (langsame Theta-Wellen im EEG) und eine Aktivierung (Aufladung der Großhirnrinde) gekennzeichnet war. (Jaraus, 2010)

„Die hirnelektrischen Analysen liefern uns also Hinweise darauf, dass die nach *Goodmans* Technik induzierte Trance tatsächlich einen „Altered State of Consciousness“ herbeizuführen vermag, der eine seltsame Mischung aus psychischer Hochspannung und Relaxation zu sein scheint“. (Bandion, 1990, p. 320 Guttman prägte für diesen Zustand der entspannten Hochspannung den Begriff „paradoxial arousal“. (vgl. Guttman in Bandion, 1990)

Erwähnenswert zudem ist die wissenschaftliche Studie von A. Scheutz über eine mögliche günstige Auswirkung der tranceinduzierenden Methode der rituellen Körperhaltungen und ekstatischen Trance nach Felicitas Goodman auf den Sense of Coherence. Hier wurde festgestellt, dass „die Ausübung der Rituellen Körperhaltungen® eindeutig eine positive Auswirkung auf die „manageability“ hatte, das Gefühl der Handhabbarkeit des Alltags“. (Scheutz, 2007, p. 8)

Das menschliche bio-psychologische System verfügt über selbstregulative Mechanismen, die auf äußere und innere Einflüsse reagieren. Ziel ist es, ein funktionelles Gleichgewicht der körperlichen und seelischen Funktionen aufrechtzuerhalten oder wiederherzustellen.

Ulfried Geuter versteht unter dem Begriff der Selbstregulation eine Verbindung mit der Lebendigkeit die als Therapieziel vorgestellt wird. Der leidende Mensch soll lernen, sich selbst so zu regulieren, dass er sein Leid überwinden oder annehmen kann und sein Leben in einem Grundzustand des Wohlbefindens zu leben. Das bedeutet auch: Gesund ist, wer in der Lage ist, Lebensprozesse im Sinne des eigenen Wohlbefindens und dem der anderen zu regulieren. (vgl. Geuter, 2015)

Grossarth-Maticcek versteht unter Selbstregulation die individuelle Fähigkeit des Menschen, durch Eigenaktivität Bedingungen und Zustände im Körper wie auch in der sozialen Kommunikation herzustellen, die das Ziel verfolgen bedürfnisbefriedigende Reaktionen auszulösen, die zu Wohlbefinden, Lust, Problemlösung, Sinnerfüllung und innerer wie auch sozialer Sicherheit führen. (vgl. Grossarth-Maticcek, 2002)

Forschungsfragen

Kann die tranceinduzierte Methode der schamanischen Trommelreise als Intervention zur Anregung der Selbstregulation des menschlichen bio-psychologischen Systems in der Therapie eingesetzt werden?

Kommen Wirkfaktoren, Wirkmechanismen oder Wirkungen während der tranceinduzierten schamanischen Trommelreise vor, die in der Lage sind die Selbstregulation des menschlichen bio-psychologischen Systems anzuregen?

Arbeitshypothese

Es wird davon ausgegangen, dass durch die Anwendung der tranceinduzierten Methode der schamanischen Trommelreise die selbstregulativen Mechanismen des menschlichen bio-psychologischen Systems angeregt werden können und diese Methode als Intervention innerhalb eines therapeutischen Prozesses genutzt werden kann.

Methodik

Die Untersuchung wurde als qualitative Erhebung mit 10 Probanden in Einzelsettings, bestehend aus einem therapeutischen Gespräch, der schamanischen Trommelreise, dem Erzählen der Reise, einem abschließenden Nachgespräch und einer schriftlichen Befragung zum Wohlbefinden direkt vor und direkt nach dem Einzelsetting mittels standardisiertem Mehrdimensionalen Befindlichkeitsfragebogen (MDBF) durchgeführt. Eine weitere Befragung wurde 4 Wochen nach dem Einzelsetting anhand eines von der Autorin selbst verfassten Fragebogen zur subjektiven Wirksamkeit der schamanischen Reise

mit geschlossenen und offenen Fragen durchgeführt.

Mehrdimensionalen Befindlichkeitsfragebogen (MDBF)

Die Items des MDBF wurden im Gesamten und innerhalb der drei Untergruppen Gute-Schlechte Stimmung, Ruhe-Unruhe und Wachheit-Müdigkeit summiert und statistisch ausgewertet.

Ein hoher Punktwert entspricht einer guten Stimmungslage. Die möglichen Werte in den drei Untergruppen liegen zwischen 8 und 40, der Gesamtscore kann zwischen 24 und 120 variieren. (vgl. Steyer et al., 1997)

Die Ergebnisse wurden anschließend computerunterstützt nach dem Wilcoxon Rangtest zur Ermittlung signifikanter Wirkungen ausgewertet.

Reiseberichte

Die Reiseberichte aller Probanden wurden mit einer Audio-Aufnahme gespeichert, anschließend transkribiert und zur qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring hinsichtlich der Wirkfaktoren, der Wirkmechanismen und der Wirkungen auf die Selbstregulation systematisch analysiert.

Für die Transkription der Reiseberichte wurde die Methodik der Standardorthographie genutzt. Die Auswertung der Reiseberichte zielte darauf ab, zu erfassen was gesagt wurde. Betonungen, Pausen oder andere Eigenheiten wurden nicht berücksichtigt (vgl. Flick et al., 2005). Die Reiseberichte wurden von der Autorin vollständig und ohne Verwendung von Spracherkennungssoftware transkribiert.

Die Vorgehensweise orientiert sich an dem Ablaufmodell der „Zusammenfassung und induktiven Kategoriebildung“ für die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring. (vgl. Mayring, 2015)

Für die Zusammenfassung wurde das Ausgangsmaterial

1. paraphrasiert,
2. selektiert,
3. gebündelt und
4. reduziert.

Fragebogen zur subjektiven Wirksamkeit der schamanischen Reise

Der Fragebogen zur subjektiven Wirksamkeit der schamanischen Reise diente zur Feststellung, ob und wenn ja welche Wirkung die Probanden vier Wochen nach den Einzelsettings auf körperlicher und auf seelischer Ebene wahrgenommen hatten.

Die Struktur des Fragebogens zur subjektiven Wirksamkeit enthält:

- Ja/Nein Fragen.
- Offene Fragen.

Die Ja/Nein-Fragen wurden nach absoluter Häufigkeit ausgewertet.

Die Antworten zu den offenen Fragen zur subjektiven Wahrnehmung zur Wirksamkeit der schamanischen Reise wurden bezüglich der Wirkung auf die Anregung zur Selbstregulation qualitativ nach dem Modell von Mayring ausgewertet. (vgl. Mayring, 2015)

Ergebnisse

Zusammenfassung Ergebnisse MBDF

Im Vergleich zwischen vorher zu nachher ließ sich beobachten, dass sich die Gesamtstimmung bezüglich des Wohlbefindens der Probanden nach dem Einzelsetting signifikant verbessert hat. Auch in den drei Untergruppen des MDBF – Gute-Schlechte Stimmung (GS), Ruhe-Unruhe (RU), Wachheit-Müdigkeit (WM) – konnte bei der vorher / nachher Untersuchung eine signifikante Steigerung des Wohlbefindens bei den Probanden nachgewiesen werden.

Am deutlichsten zeigt sich der Effekt des Einzelsettings mit der schamanischen Reise auf das Wohlbefinden in den beiden Untergruppen Wachheit-Müdigkeit und Ruhe-Unruhe.



Abb. 1: MDBF – Wach-Müde, vorher / nachher.
Signifikanter Anstieg des Scores (n = 10, p < 0,05).



Abb. 2: MDBF – Ruhe-Unruhe, vorher / nachher.
Signifikanter Anstieg des Scores (n = 10, p < 0,05).

Der Median der Datenreihen verbessert sich von 31,5 auf 37,5 (WM) bzw. von 32 auf 37,5 (RU). Die Werte dieser beiden Untergruppen liegen direkt nach dem Einzelsetting nur knapp unter dem Maximalwert von 40 für die Untergruppen.

Die Wirkung auf die Gesamtstimmung ist ebenfalls deutlich. Der Median steigt von 95,5 vor dem Einzelsetting auf 113 nachher, bei einem maximalen Wert von 120.

Zusammenfassung Ergebnisse Reiseberichte schamanische Trommelreise

Aus den Reiseberichten wurden anhand der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring ein Kategoriensystem erstellt, mit folgenden 13 Kategorien, die mögliche Wirkfaktoren, Wirkmechanismen oder Wirkungen darstellen, die zur Anregung der Selbstregulation von Bedeutung sein können.

Kategoriensystem tranceinduzierte schamanische Trommelreise:

- Ressource
- Lösung / Antwort
- Handlung
- Kommunikation
- Erfahrung auf Gefühlsebene
- Symbolisierung
- Frage / Absicht
- Handlungsfähigkeit
- Erfahrung auf Körperebene
- Wahrnehmung
- Behandlung
- Coping
- Erfahrung auf Sinnesebene

Für die Auswertung nach Gemeinsamkeiten und Häufigkeiten wurden die Kategorien „Erfahrung auf Gefühlsebene“, „Erfahrung auf Körperebene“ und „Erfahrung aus Sinnesebene“ in eine Kategorie zusammengefasst und unter der Kategorie „Erfahrungen auf Gefühls-, Körper, oder Sinnesebene“ behandelt.

Die Kategorie „Ressource“ ist am häufigsten vertreten. Darauf folgen die Kategorien „Erfahrungen auf der Gefühlsebene oder Körperebene oder Sinnesebene“, „Lösung / Antwort“, „Handlung“ und „Kommunikation“.

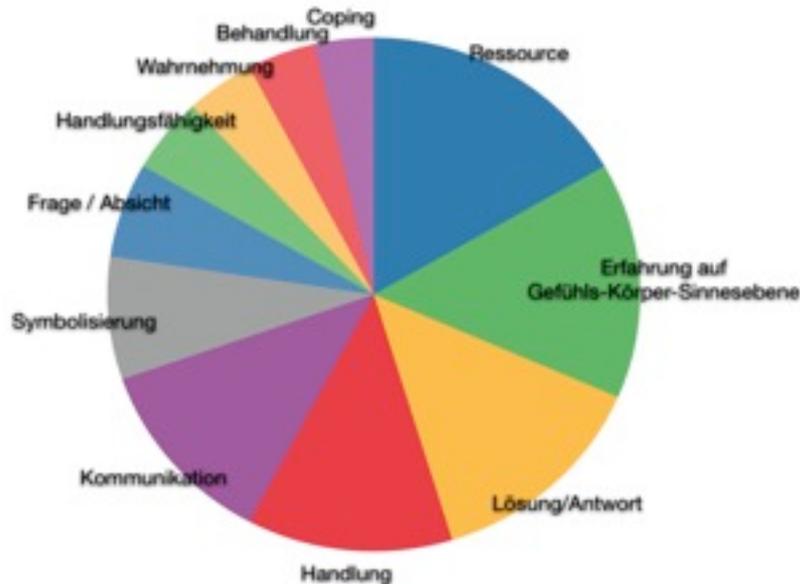


Abb. 3: Kategorien qualitative Inhaltsanalyse – Häufigkeiten.

Gemeinsam bei allen zehn Reiseberichten kommen die Kategorien „Ressource“, „Frage / Absicht“ und „Lösung / Antwort“ vor. Ebenfalls kommen in allen zehn Reiseberichten Textstellen zu Erfahrungen auf der Gefühlsebene oder Körperebene oder Sinnesebene vor.

Eine hohe Gemeinsamkeit besteht auch in den Kategorien Kommunikation und Handlungsfähigkeit die in 8 bzw. 7 Reiseberichten vorkommen.

Zusammenfassung Ergebnisse Fragebogen zur subjektiven Wirksamkeit

Vier Wochen nach der schamanischen Reise haben alle Probanden eine Wirkung der schamanischen Reise hinsichtlich ihrer Fragestellung / Absicht der Reise und auf seelischer oder auf körperlicher Ebene bestätigt.

Alle 10 Probanden haben hinsichtlich ihrer Fragestellung bezüglich Frage/Absicht positive Wirkungen beschrieben.

Auf der seelischen Ebene wurden von allen 10 Probanden Wirkungen beschrieben, die durchwegs als positiv in Bezug auf die Selbstregulation bewertet werden können, wie z.B.

- Entspannung, Gelassenheit, Ruhe, Vertrauen,
- Selbstsicherheit, Selbstvertrauen, Sicherheitsgefühl, Bewusstheit.

Auf der körperlichen Ebene wurden von 9 Probanden Wirkungen beschrieben, die als positiv in Bezug auf die Selbstregulation bewertet werden können, wie z.B.

- kraftvoll, kräftiger, kraftvollere Stimme,
- Symptomverbesserungen: Bauchschmerzen, Juckreiz, Rückenbeschwerden rechts,
- Entspannung, befreiter Selbstausdruck.

Es wurden jedoch auch von 2 Probanden negative Wirkungen auf der körperlichen Ebene beschrieben (Verspannung im Nacken, Rückenbeschwerden links).

Diskussion

Die spirituelle Erfahrung der schamanischen Reise ermöglicht dem Menschen im veränderten Bewusstseinszustand mit der nichtalltäglichen Wirklichkeit in Kontakt zu treten und unmittelbare,

hilfreiche und heilsame Erfahrungen sowohl auf seelischer als auch auf körperlicher Ebene zu erleben. Er kann mit den geistigen Kräften in Dialog gehen, um Unterstützung bitten und Informationen für mögliche Lösungswege erfragen. Die daraus gewonnenen Erfahrungen können daraufhin in der alltäglichen Wirklichkeit angewandt und wirksam werden.

Daraus lässt sich ableiten, dass die in der schamanischen Reise erlebten Erfahrungen und Informationen dem schamanisch Reisenden als Ressourcen zur Verfügung stehen und autonome Handlungsmöglichkeiten ermöglichen. Weiter lässt sich ableiten, dass die erlebten Erfahrungen eine anregende Wirkung auf die Selbstregulation des menschlichen bio-psychologischen Systems haben.

Insgesamt zeigen die Ergebnisse des MDBF, dass sich die aktuelle subjektive psychische Befindlichkeit, bzw. das subjektiven Wohlbefindens durch die Erfahrung des gesamten Einzelsettings, bestehend aus einem therapeutischen Gespräch, der schamanischen Trommelreise, dem Erzählen der Reise, einem abschließenden Nachgespräch und durch die Erfahrungen und Erlebnisse innerhalb der nichtalltäglichen Wirklichkeit, signifikant gesteigert hat.

Die Ergebnisse der qualitativen Inhaltsanalyse der Reiseberichte deuten darauf hin, dass die tranceinduzierte schamanischen Trommelreise eine Methode ist, deren Wirkmechanismen auf unterschiedlichen Ebenen Prozesse auslösen, die den Klienten helfen für ihr inneres Gleichgewicht zu sorgen. Alle 10 Probanden berichteten von Erfahrungen und Erlebnissen auf unterschiedlichen Ebenen. Die Probanden erleben während der schamanischen Reise eine als real empfundene Erfahrung und erhalten während ihrer Reise Heilbehandlungen, aktive Hilfe zur Problembewältigung, Unterstützung und Lösungswege, die unterstützend auf die selbstregulatorischen Fähigkeiten der Probanden wirken.

Zudem steht die Fähigkeit des schamanischen Reisens als interne Ressource zur Verfügung und bietet vielfältige neue Ressourcen, auf die im Alltag zurückgegriffen werden kann.

Die Auswertung des Fragebogens zur subjektiven Wirksamkeit der schamanischen Reise nach vier Wochen ergab erstaunliche Ergebnisse. Auch hier konnten eine ganze Reihe von Prozessen auf seelischer und körperlicher Ebene gefunden werden, die die Selbstregulation positiv beeinflussen.

Alle 10 Probanden beantworteten die Frage „Zeigte die schamanische Trommelreise bezüglich ihrer Frage/Absicht eine Wirkung?“ mit Ja.

Folgende Wirkungen wurden genannt:

- Veränderte Sichtweise
- Verarbeitungsprozess wurde ausgelöst
- Problemlösungen wurden aufgezeigt
- Selbstsicherheit
- Bei sich bleiben
- Achtsamkeit
- Gelassenheit
- Verbesserte Reflexionsfähigkeit
- Verbesserte Selbstwahrnehmung
- Selbstmotivation
- Selbstvertrauen
- Selbstbewusstsein

Selbstregulation beschreibt die eigene Fähigkeit des Menschen aus sich selbst heraus Bedingungen auf seelischer sowie körperlicher Ebene herzustellen, die zu Wohlbefinden und Zufriedenheit führen. (vgl. Grossarth-Maticek, 2002 und Geuter, 2015)

Die Ergebnisse der hier vorliegenden Studie bestätigen in allen drei Auswertungen die These, dass die tranceinduzierte schamanische Trommelreise als Methode zur Anregung der individuellen Fähigkeit zur Selbstregulation des menschlichen bio- psychologischen Systems wirksam ist.

Die anregende Wirkung auf die Selbstregulation direkt nach dem therapeutischen Einzelsetting und auch vier Wochen nach dem Einzelsetting wurde von allen 10 Probanden bestätigt.

Der Einsatz der tranceinduzierten schamanischen Trommelreise in der Therapie bietet nach Ansicht der Autorin einen erweiterten Erlebnisraum für Klienten. Die Methode aktiviert auf Grund ihrer vielfältigen Wirkungen eine wichtige Heilungsressource und könnte demnach als Intervention in der Therapie eingesetzt werden.

Eigenkritisches

Im Gegensatz zu quantitativen Analysen, wo Objektivität durch klar definierte Standards gewährleistet wird, stellt bei der qualitativen Inhaltsanalyse die Objektivität eine große Herausforderung dar.

Das Material wurde bei der vorliegenden Studie von der Autorin in Einzelarbeit ausgewertet. Ein objektiveres Ergebnis der qualitativen Inhaltsanalyse könnte durch eine Auswertung des Arbeitsmaterials durch mehrere unabhängige Inhaltsanalytiker erreicht werden.

Die Ergebnisse der Studie beruhen auf einer Teilnehmerzahl von 10 Probanden. Um die Aussagen hinsichtlich der Wirkmechanismen zu bekräftigen, wäre eine größere Anzahl an Probanden repräsentativer.

Ausblick

Nach Abschluss dieser Pilotstudie kann sicherlich noch keine abschließende Theorie zur Auswirkung der tranceinduzierten Methode der schamanischen Trommelreise formuliert werden. Die Ergebnisse der vorliegenden Pilotstudie bestätigen jedoch die Wirksamkeit der tranceinduzierten Methode der schamanischen Trommelreise auf die Anregung der Selbstregulation.

Dieses Ergebnis sollte durch eine längerfristige Folgeforschung mit einem größeren Probanden Umfang, idealerweise mit einer Vergleichsgruppe, gesichert werden.

Literatur

- Bandion, F. um J., 1990. Einheit der Vielfalt Josef Bandion Magistratsdirektor von Wien Festschrift zum 60.Geburtstag., 1st ed. Wien, Gerold 1990.
- Flick, U., Kardorff, E. von, Steinke, I., 2005. Qualitative Forschung: Ein Handbuch, Auflage: 10. ed. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg.
- Geuter, U., 2015. Körperpsychotherapie: Grundriss einer Theorie für die klinische Praxis.
- Grossarth-Maticsek, R., 2002. Selbstregulation, Autonomie und Gesundheit, Auflage: 1. ed. Gruyter, Berlin : New York.
- Harner, M., 1999. Der Weg des Schamanen: das praktische Grundlagenwerk zum Schamanismus. Ariston, Kreuzlingen [u.a.
- Jarausch, G.S., 2010. Einführung in die Religions- und Bewusstseinsforschung.
- Mayring, P., 2015. Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken, Auflage: Neuausgabe, 12., vollständig überarbeitete und aktualisierte Aufl. ed. Beltz, Weinheim, Bergstr.
- Pass, P., 2013. Tiefenpsychologische Grundlagen, Lernfeld 1 Grundlagen der Tiefenpsychologie in der Kinder- und Jugendarbeit. Freuds Aktualität.
- Picard, W., 2006. Schamanismus und Psychotherapie: Kräfte der Heilung, Auflage: 1. ed. Param, Ahlerstedt.
- Scheutz, 2007. Kann der SOC bei erwachsenen Menschen durch die tranceinduzierende Methode der „Rituellen Körperhaltungen und Ekstatischen Trance®“ nach Felicitas Goodman günstig beeinflusst werden? [WWW Document]. URL http://www.inter-uni.net/backoffice/sensibel/masterthesen/T_Scheutz_SOC_schamanistisches_Uebungsprogramm.pdf (accessed 8.18.13).
- Schmidbauer, W., 2012. Die Geschichte der Psychotherapie. Von der Magie zur Wissenschaft, 1. Aufl. ed. Herbig, München.
- Steyer, R., Schwenkmezger, P., Notz, P., Eid, M., 1997. Der Mehrdimensionale Befindlichkeitsfragebogen, MDBF-Handanweisung. Hogrefe, 0117502.
- Uccusic, P., 2001. Der Schamane in uns: Schamanismus als neue Selbsterfahrung, Hilfe und Heilung. Ariston, Kreuzlingen.
- Zumstein, C., 2013. Schamanismus: Begegnungen mit der Kraft. Diederichs, München.