

Vorwort

Seit 2001 haben wir durch unsere Seminare und Bücher die Energetische Psychologie im deutschen Sprachraum maßgeblich mitgeprägt. 2003 veröffentlichten wir das erste unserer 6 Bücher, die wir für den Laien geschrieben hatten, mit dem Ziel, den Menschen MET zur Selbstanwendung zu vermitteln. Das vorliegende Buch beschreibt die MET-Klopftherapie aus einem ganz anderen Blickwinkel, nämlich dem des Therapeuten. Es ist ein Handbuch für die MET-Klopftherapie, damit Therapeuten, Mediziner, Coaches mehr über MET erfahren und bereits Geschulte ihr Wissen vertiefen können. Das Buch soll auch verdeutlichen, dass es nicht einfach um wahlloses Klopfen auf irgendwelche Energiepunkte geht, sondern dass es sich hier um ein psychotherapeutisches Verfahren handelt, dem 30 Jahre Therapie- und Coachingerfahrung zugrunde liegen. Der Leser wird feststellen, dass die MET-Klopftherapie in vielerlei Hinsicht die ausgetretenen Pfade der herkömmlichen (Psycho-) Therapie verlässt.

Wie komplex die MET-Klopftherapie eigentlich ist, wurde uns erst durch unsere Ausbildungsgruppen und jetzt vor allem durch das Schreiben dieses Buches bewusst. Am Anfang unserer „Klopfkarriere“ haben wir eher technisch gearbeitet und einfach die emotionalen Belastungen der Menschen beklopft. Die Resultate waren überwältigend, da die Klienten nach einer „Klopfstunde“ von ihrem jeweiligen Thema befreit waren.

Dann haben wir mehr und mehr festgestellt, dass durch das Beklopfen tiefere emotionale Themen hochkamen, deren Bearbeitung profundes therapeutisches Wissen erforderte. So verknüpften wir immer mehr Elemente und Techniken der Gestalttherapie mit Elementen der Energetischen Psychologie. Die MET-Klopftherapie möchten wir insofern als „Energetische Gestalttherapie“ bezeichnen. MET als Psychotherapieverfahren entstand also nicht in der Retorte, sondern aus der Praxis für die Praxis.

Immer wieder wurde speziell Rainer auf Kongressen und Vorträgen angesprochen, diese Therapieform doch einmal zu Papier zu bringen, die MET-Klopftherapie für die Praxis in Buchform zu

dokumentieren. Auch wurden wir immer wieder von Therapeuten, die unsere damaligen Kurzausbildungen besuchten, gebeten, doch eine längere Ausbildung anzubieten. So entstanden unsere ersten Ausbildungsgruppen, um unser komplexes therapeutisches Hintergrundwissen weiterzugeben.

Für unsere Trainees gab es ein Ausbildungshandbuch. Dieses war eine Textsammlung und noch völlig unstrukturiert. Es handelte sich um das Begleitmaterial der Life-Ausbildung, in der wir natürlich unser gesamtes Wissen in Wort und Tat vermittelten. Zum ersten Mal wurde die MET-Klopftherapie als therapeutisches Verfahren im Compendium der Complementär-Medizin: Naturheilkundlich-ganzheitliche Methoden und Therapeuten vorgestellt sowie in Rüdiger Dahlkes *Das große Buch der ganzheitlichen Therapien*. Mehr und mehr wurde deutlich, dass MET als eigenständiges therapeutisches Verfahren nunmehr in Fachkreisen nachdrücklich wahrgenommen wird und Bedarf nach einer ausführlicheren Beschreibung der MET-Klopftherapie besteht. Dieses Buch haben wir geschrieben für Ärzte jeglicher Fachrichtung, Psychologen, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Heilpraktiker, aber auch für Hebammen, Altenpfleger, Lehrer, Erzieher und Coaches. Aus unserer langjährigen Erfahrung wissen wir, wie gewinnbringend MET in die jeweiligen Bereiche integriert werden kann und schon integriert wird.

In Teil 1 dieses Buches werden wir uns den theoretischen Grundlagen zuwenden und ausführlich über die Entwicklung der Energetischen Psychologie seit Ende der 1970er-Jahre berichten. Wir werden deutlich machen, wie wichtig Meridiane für den Erhalt der psychischen und körperlichen Gesundheit sind. Zudem führen wir wissenschaftliche Studien auf, die die Wirksamkeit meridianenergetischer Verfahren nachweisen. Auch enthüllen wir die theoretischen und praktischen Grundlagen der MET-Klopftherapie und erläutern unseren Therapieansatz. Hier erfährt der Leser die immense Bedeutung nicht gelöster negativer Gefühle und deren schädliche Auswirkungen auf den Menschen. Einen besonderen Stellenwert nimmt hier

das Thema der Traumatisierungen, besonders in Kindheit und Jugend, ein. Denn sie sind nach unserer Auffassung der Grund dafür, dass der Erwachsene im späteren Leben Probleme hat, die ihn letztlich in die Therapie führen. Wir werden hier die besonderen Merkmale der MET-Klopftherapie herausarbeiten und die Anwendungsgebiete skizzieren. Richtig spannend wird es bei der MET-Kontaktarbeit. Wir werden das gestalttherapeutische Konzept des Kontakts beschreiben und dem Leser aufzeigen, dass Kontakt der Dreh- und Angelpunkt allen Seins und somit auch der MET-Klopftherapie ist. Wird die lebenswichtige Kontaktfähigkeit unterbunden, führt das zu den Kontaktstörungen: Deflektion, Konfluenz, Introjektion, Retroflektion, Projektion und Egotismus. Diese werden wir plastisch und für jeden nachvollziehbar erläutern, gespickt natürlich mit Beispielen aus der Praxis. Gerade der Teil 1 erfordert ein gründliches Studium.

In Teil 2 dieses Buches geht es um den technischen Teil. Wir werden hier die Elemente der MET-Klopftherapie ausführlich beschreiben. Der Leser erlernt die genaue Lage der Klopfpunkte sowie die verschiedenen Varianten des Klopfens. Zudem erfährt der Leser, was es mit dem Heilenden Punkt und der Handrückenreihe auf sich hat. Wir werden dort auch 2 tägliche Energieübungen vorstellen und deren Stellenwert innerhalb der Praxis erörtern. Mit den Wahlsätzen, der Vergebungssequenz sowie der MET-Stuhlarbeit geben wir dem Leser wichtige MET-therapeutische Werkzeuge an die Hand, die wir ebenfalls in diesem Teil ausführlich beschreiben.

Sind Teil 1 und 2 dem theoretischen Hintergrund und der Technik gewidmet, so geht es in Teil 3 nunmehr um die praktische Anwendung. Der Leser wird anschaulich in die Welt der MET-Praxis eingeführt:

- Wie verläuft eine MET-Sitzung?
- Welche Bedeutung haben die Gefühle?
- Wie verläuft die Kontaktkurve in einer Therapiesitzung?
- Welche Bedeutung hat die Körpersprache des Klienten?
- Mit welchen Fragen kann der Therapeut den Prozess des Klienten unterstützen?

All diese Fragen werden in diesem Teil ausführlich und praxisnah erörtert. Auch werden wir aufzei-

gen, was es mit dem „Elternschonprogramm“ auf sich hat, welche Auswirkungen dies für den Patienten hat und vor allem, wie man dieses Programm auflösen kann. Auch geht es in diesem Teil ganz konkret um die praktische Anwendung von Wahlsätzen und Affirmationen, um die von uns entwickelte Identitätsarbeit mit der Thymusdrüse und wie man die MET-Vergebungsarbeit in die therapeutische Arbeit integriert. Sie werden in die praktische Arbeit mit dem „leeren Stuhl“ und die vielfältigen Möglichkeiten, damit zu arbeiten, eingeführt. Viele Fallbeispiele aus unserer therapeutischen Praxis werden dazu beitragen, sich MET in der praktischen Anwendung bildhaft vorzustellen und nachvollziehbarer zu machen.

Wir freuen uns ganz besonders, die in den letzten Jahren von uns entwickelte MET-Traumatherapie vorzustellen, eine unseres Erachtens sehr effektive Traumatechnik, da sie schnell, sanft und nachhaltig ist. Anhand von vielen Fallbeispielen hat der Leser die Möglichkeit, den Ablauf einer Traumabehandlung nachzuvollziehen. In diesem Kontext werden wir auch die Begriffe Machtmissbrauch und sexueller Machtmissbrauch definieren. Im Kontext therapeutischer Arbeit stößt man immer wieder auf blockierende Glaubenssätze, Verträge und Schwüre. Wir werden zeigen, was es damit auf sich hat und wie man sie mit MET auflösen kann.

Ein umfangreiches Kapitel haben wir körperlichen Symptomen gewidmet, da sie immer wieder zu den Hauptproblemen unserer Klienten gehören. Wir werden unseren Behandlungsansatz detailliert erörtern und zeigen, wie man körperliche Symptome mit MET bearbeitet. Dies ist mit Sicherheit auch für Therapeuten aus dem medizinischen Bereich von großem Interesse. Wir werden auf das Phänomen des primären, sekundären, tertiären und pekuniären Krankheitsgewinns eingehen. Mit vielen Fallbeispielen werden wir das Gesagte illustrieren.

Ebenfalls innovativ ist nach unserer Auffassung unser Ansatz in der Paar- und Familientherapie. Hier werden wir dem Therapeuten wertvolle Anregungen zum Arbeiten mit Paaren und Familien geben. Wir werden auf die Bedeutung des 7-Jahres-Rhythmus in der Partnerschaft eingehen und zeigen, dass das Paar das Zentrum der Familie sein muss. Zwei Fallbeispiele werden die Theorie ver-

anschaulichen. Die MET-Partnerübung bei Konflikten kann der Therapeut praktisch mit seinen Klienten durchführen oder ihnen als Hausaufgabe mitgeben.

In Kap. 20 widmen wir uns dem Thema Süchte und suchtmäßiges Verlangen und werden anhand der MET-Raucherentwöhnung die praktische Anwendung von MET in diesem Bereich veranschaulichen. MET im medizinischen Bereich ist speziell für Ärzte und Pflegepersonal unterschiedlicher Fachrichtungen gedacht und zeigt, wie MET auch im klinischen Bereich Anwendung finden kann und sollte.

Eine Besonderheit dieses Buches ist, dass wir Arbeitsblätter für die therapeutische Arbeit mit den Klienten vorbereitet haben. Diese können auf der Homepage von Rainer und Regina Franke www.met-praxis-buch.de/ heruntergeladen werden.

Llucmajor, Mallorca im Mai 2016

Rainer-Michael Franke und Regina Franke