

Einleitung

Darf ich Sie mitnehmen? Ich möchte Sie gerne an der Hand nehmen und mit Ihnen durch ein paar bewegte und bewegende Tage gehen. Für mich gab es bei dieser Tagung nicht nur vier Vorträge und einen Workshop, daneben fanden Sitzungen der Lehrtherapeuten, verschiedene Kommissionen, die sich mit Ausbildung und Forschung beschäftigen und die Generalversammlung statt. Vieles von dem, was inhaltlich in den Vorträgen und im Workshop angesprochen und besprochen wurde, hat sich im Laufe der Tage weiterentwickelt und gab sinnvolle Impulse für organisatorische Anliegen. Gewissermaßen organisch haben sich manche notwendige Organisationsaufgaben auf der Basis von inhaltlichen Themen entwickelt.

Man hat mich gefragt einen Bericht über die Tagung zu schreiben – ein subjektiver Bericht darf es sein. Das werde ich versuchen. Schon in meinem Workshop gab es eine Einladung zum ganz Persönlichen: „Wie bist du heute hier?“ fragt Christine Gräff uns wiederholt während des Workshops. „Bist du so hier, wie du dich fühlst? Oder so, wie du denkst sein zu müssen?“

Ich werde also versuchen so zu schreiben, wie ich möchte und kann und nicht wie ich denke, schreiben zu müssen.

„Am Körper kommt Niemand vorbei!“

Das war der Titel der Tagung (17. – 20. Nov. 2011, Salzburg). Und ich habe es am eigenen Leib erfahren. Ungefähr ein Monat davor habe ich meinen Meniskus gerissen und 2 Tage vor dem Tagungsbeginn fand der Orthopäde, dass operieren die einzig sinnvolle Möglichkeit sei und die Operation sollte eine Woche später sein. Dazwischen bin ich mit Wehmut im Herzen zu dieser Tagung geflogen. So sehr hatte ich mich gefreut – auf den Workshop, natürlich auch auf den Tanzabend und jetzt erlebte ich mich so bewegungseingeschränkt, schwach auf den Beinen, sehr vorsichtig durch die Welt stapfend. Wieder einmal konnte ich feststellen, wie wesentlich die Sicherheit ist, die uns ein verfügbarer Körper scheinbar selbstverständlich beschert und wie gravierend Beeinträchtigungen auf diesem Gebiet sind.

Sehr interessante Erfahrungen natürlich, auch für das Verständnis, das man seinen PatientInnen entgegenbringen kann – aber gerade zu diesem Zeitpunkt halt sehr unpraktisch!

Donnerstag, 17.11.2011

„Warum wir einen Leibsinn brauchen“ – Dr. Annegret Stopczyk-Pfundstein

Am Tag der Philosophie leitet eine Philosophin in die Tagung ein. Auch sie ist subjektiv unterwegs „...die Bedeutung der Introvertierten in einer lauten Welt...“, so beginnt Sie und bekennt ihre Zugehörigkeit zu dieser Gruppe. Das Arbeiten zwischen Innen und Außen, die Schnittstellen, interessieren sie. Wie viele Menschen der Innenwelten sind in unserer westlichen Gesellschaft zuhause : 1/3 oder mehr? Gehören wir hier auch dazu? Wie sind wir dann anwesend in dieser Welt?

Das mittlere gesunde Leben wäre ihrer Meinung nach ein guter Ort. Wir sind nicht alle Tiger, Löwen oder Adler, es gibt auch Herdentiere, Schafe z.B.

Die Philosophen haben ihre eigene Art zu denken, da dürfen Gedanken dahinfließen und da darf sich von dem einen das andere ergeben. Ich merke, dass ich mich bemühe eine Stringenz der Ausführungen zu suchen. Eine für mich sinnvolle Struktur – aber immer wieder horche ich auf, erkenne ich Bekanntes z.B., wenn sie sagt:

Das Denken findet im Körper statt – die Zusammengesetztheit der Glieder denkt.

Die Raumerfahrung und der Leib – auch etwas, das uns theoretisch und praktisch interessiert. Überhaupt das Wort „Leib“ im Vergleich zum „Körper“.

Auch für uns immer wieder eine Frage: Was haben wir eigentlich mit dem „Leib“ am Hut? Ist das nicht nur ein alter Begriff und nicht mehr gültig. Zu altbacken, spirituell, religiös oder esoterisch So genau wissen wir es immer wieder nicht, wie wir es damit halten sollen – das zeigen auch die Diskussionen dann im Workshop, wo wir dazu weiterdenken und arbeiten.

Bei der Philosophin geht die Suche im Körper weiter: früher saßen die verschiedenen Götter an verschiedenen Stellen im Körper. Ein Olymp wohnte in einem. Wie ist das heute?

Dann wieder etwas, das uns vertraut sein muss: jeder Gedanke ist von Gefühlen begleitet, das eine geht ohne das andere nicht. Wenn wir „Ich bin“ aussprechen, dann feuert es im Bewegungszentrum, in den motorischen Repräsentanzen.

Naja, wem sagt sie das, wir in der KBT nehmen uns ja heraus zu sagen, dass wir mit der motorischen Entwicklung auch die emotionale und die kognitive Entwicklung fördern. Unsere Sicherheit darüber holen auch wir aus der Neurophysiologie.

Sie bricht eine Lanze für die Begriffsstutzigkeit. Begriffsstutzig sein = gut! Nicht sofort immer für alles einen Begriff haben. Statt dessen die menschliche Intelligenz weiterentwickeln: das Spüren, das Wahrnehmen, das Empfinden. Das Bewusstsein verarbeitet ihrer Meinung nach ganz, ganz wenig. Darauf muss man nicht so wahnsinnig stolz sein, meint die Philosophin.

Sie gibt uns auch noch Einblick in ihre Form der „Körperarbeit“ – erkennen am Widerstand was stimmt und nicht stimmt ... Fragen stellen. Wie wichtig sind die jeweiligen Fragen für den Entwicklungsprozess?

In der anschließenden Diskussion bewegen wir uns mit wechselseitigem Verständnis und auch Unverständnis zwischen ihrem Denken über den Leibsinn und unserer praktischen Arbeit und der dahinterliegenden Theorie, dem mittleren Sinn als Vermittler zwischen Vorstellung und Bewegung. Wir spüren den Worten nach ...und suchen ihren Sinn. Der Vortrag hat auf jeden Fall etwas in Gang gebracht, wenn z.T. auch durch Irritation.

Freitag, 18.11. 2011

„Den Alltag reagierfreudiger gestalten“ – Vortrag Walter Plagge

Selbstregulation und eigene Nach-Entfaltung in einem Leben als KBT-Therapeut

Walter Plagge gibt uns auf eine einmalige Art Einblick in seinen Entwicklungsweg, der entlang an wesentlichen Persönlichkeiten unserer Methode verläuft. Entwicklungsthemen und Arbeitsschwerpunkte bringt er uns aus seiner Entfaltung und Nachentfaltung näher. Er lässt uns teilhaben an den Möglichkeiten, die er dabei für sich persönlich und für seine Arbeit entdeckt und entwickelt hat.

Sich Möglichkeiten einer bewussten Zustandsempfindung erarbeiten

– sich mobilisieren,

den Gleichgewichtssinn erweitern

– bei sich sein und außer sich sein,

das regenerierende Gehen erforschen und probieren

– tastend und anwesend gehen, händige Füße bekommen, Masse und Schwerkraft empfinden.

Nicht üben, sondern Mut zum Erfahren und Probieren entdecken und die Möglichkeit des „Stolperns“ erproben.

Dass er ein Lernender geblieben ist, ist ihm wichtig. Sich selbst herausfordern, z.B. täglich am Wackelbrett stehend, das ‚aus der Balance kommen‘ schulen – um dann das Gleichgewicht wieder zu finden. Wenn er davon spricht, ist er sehr überzeugend. Anwesend sein, anwesend reden – das gelingt ihm – das ist allein daran zu merken, wie anwesend und hörend wir jetzt hier sein können.

Prägendes aus seiner Entwicklung – markante Sätze z.B. von Heinrich Jacoby teilt er mit uns:

- Rauskommen aus der Routine, stündlich, minütlich
- Gehen auf Vorrat, sie sind schon voraus mit sich und ihren Gedanken
- Regenerierendes Gehen – tastend und anwesend sein

- Dinge sind oft so einfach. Weil sie so einfach sind, sind sie nichts wert.
- Ein ‚Stolperbuch‘ anlegen – Fehler aufschreiben

Mit dem Buch von Heinrich Jacoby „Jenseits von begabt und unbegabt“ hat er sich lange auseinandergesetzt. 10 Jahre lang hat es ihn im Urlaub begleitet und angeregt. Bei seinen Bergwanderungen hat er dann die Selbstwahrnehmung trainiert. Schwerkraft spüren, Last abgeben. Was hast du gerade gemacht?

Das ist für mich eine Form von radikaler Konsequenz. Sich vorzustellen, 10 Jahre lang mit einem Buch zu leben. Die freie Zeit des Jahres damit zu verbringen, den Inhalt eines Buches mit dem eigenen Leben und dem eigenen Leib zu verbinden.

Seinen Weg über seine Lehrerinnen und Lehrer weiß er noch genau. Mit Begleiterinnen wie Lucie Lentz, Christine Gräff, Miriam Goldberg und Sophie Ludwig hat er unten und oben, rechts und links zusammengesetzt, Struktur bekommen, spielen gelernt und wiederholen, wiederholen, wiederholen – sowie den Wert der Langeweile schätzen gelernt.

Unaufdringliche Selbstsicherheit und menschlicher-sein als Modell haben auch ihn geprägt. Das ist für uns alle hier zu sehen und zu fühlen. Seine Ausführungen und die Art wie er es bringt, sind eine Ermutigung dazu, sich weiter zu entwickeln. Weiterentwicklung – noch nicht fertig sein als psycho-berufshygienische Notwendigkeit und zur eigenen Freude bis zum Ende des (Arbeits)-Lebens.

„Ich nütze jede Gelegenheit aus, um an mir zu arbeiten. Schön langsam macht es Spaß.“ Bei diesem Zitat, das er gebracht hat, weiß ich nicht mehr, ist es von Heinrich Jacoby oder von ihm selbst. Aber was macht das für einen Unterschied?

Wenn er über seine Arbeit erzählt, dann wird deutlich, wie jemand, der sich persönlich weiterentwickelt auch Entwicklungsräume und Möglichkeiten für andere bieten kann. Etwas, das er uns aus seiner Arbeit mit Kindern mitteilt: Kinder nicht loben für etwas, was sie getan haben – nur beschreiben, was sie getan haben. Das macht sie frei davon, Lob zu suchen. Und sie können dann mehr auf der Suche sein nach dem, was ihnen selbst Freude macht.

Ein Zitat von Heinrich Jacoby beschäftigt mich jetzt – gut 2 Wochen nach dem Vortrag noch immer. „Rauskommen aus der Routine – stündlich, minütlich.“

Wie kann man denn bei so viel Ausstieg aus der Routine noch Kontinuität haben? Wie war das doch noch mit den Grundstrukturen von Dauer & Wechsel, Nähe & Distanz? Ich mache mich auf die Suche nach alten Unterlagen. Das interessiert mich jetzt doch sehr persönlich. Ich werde nachlesen

„Tief drinnen bin ich ein Kind geblieben,
irgendwann, wenn ich es nicht mehr spüren kann,
dann ist es für mich zu spät“

Mit diesem Lied von Peter Maffay schließt Walter Plagge singend seinen Beitrag ab. Und nach seinen Ausführungen wissen wir ganz genau: für ihn ist es nicht zu spät! Sein „Kind–sein“ hat etwas Zeitloses und Ermutigendes. Die spielerische, verspielte, spitzbübische Seite scheint durch alles hindurch, das er uns ernsthaft von seiner Entwicklung erzählt. Die Integration von Kind und Erwachsensein ist ihm in seinem Leben gelungen. Bewegend und persönlich ist sein Weg, die Konsequenz, wie er von einer Lehrerin, von einem Lehrer zum nächsten geht und sich dabei kontinuierlich weiterentwickelt. Der Weg ist das Ziel – fällt mir bei seiner Schilderung ein. Und wenn ich genügend Zeit hätte und auch so konsequent wäre wie er, ich würde ihn gerne fragen, ob ich bei ihm in die Lehre gehen könnte. Es gäbe bei ihm viel zu lernen, was ich persönlich und für die Arbeit noch gut gebrauchen könnte.

Sein Vortrag hat auch Einfluss auf meinen Nachmittag ...

Treffen in einer Kommission: Wir beschäftigen uns mit einem schwierigen Thema. Wie gehen wir mit Bedenken um, die im Lauf der Ausbildung gegenüber AusbildungskandidatInnen auftauchen. Seine Schilderungen von Elsa Gindler, Heinrich Jacoby, Moshe Feldenkrais Alle waren sie mit einer Krankheit oder Beeinträchtigung konfrontiert. In der Beschäftigung damit haben sie etwas für sich – und damit auch für andere – entwickelt. Das ist mir davon noch hängen geblieben und das beschäftigt mich auch im Hinblick auf die verschiedenen „Schwachstellen“, mit denen wir uns bei anderen auseinandersetzen müssen. Wie können wir in unserer Verantwortung als AusbilderInnen darauf schauen, dass eine Schwäche jemand nicht zu Fall bringt, sondern dass aus der Schwäche eine Stärke wird?

Dass vielleicht so etwas entstehen kann, wie Leonard Cohen es ausdrückt: „There is a Crack in everything – that’s how the light gets in“ ...

Samstag, 19. 11. 2011

„Vom Körper zur Bindung“ – Dr. Thomas Harms

Thomas Harms leitet seit 1996 das Zentrum für Primäre Prävention, angeboten wird dort „Emotionelle Erste Hilfe“ (EEH). Hier steht der Gedanke, dass die (elterliche) Bindungsfähigkeit und Feinfühligkeit untrennbar mit einer liebevollen und annehmenden Selbstbeziehung verwoben ist. Welche Rolle dabei der Dialog mit dem Informationsfluss des eigenen Körpers spielt und was diese Zusammenhänge auch mit unserer Arbeit mit Erwachsenen (und deren inneren Kindern) zu tun haben, wird in diesem Vortrag behandelt.

Sein Schwerpunkt in diesem Vortrag sind die körperlichen Grundlagen von gelingenden Bindungsprozessen. Entlang der Gliederung

- Bindung braucht einen entspannten - entspannungsfähigen Körper
- Neurophysiologische Grundlagen - frühe Regulations- und Bindungsstörungen
- Sicherheit spendende Bindungsbeziehungen, Atemtechniken

erzählt er uns sehr anschaulich, wie das Verhalten: Ängste, Sorgen von Müttern/Beziehungspersonen das Kind beeinflussen und eine Haltung formen. Mit einer zum Kind geformte Decke demonstriert er uns Beruhigungsmethoden, die auch uns im Saal beunruhigen.

Thomas Harms verdeutlicht das Gesagte nicht allein durch seine Demonstration mit dem Decken-Baby, sondern auch mit einer informativen PowerPoint Präsentation und einem eindrücklichen Video.

Als Folgen schlechter Bindung zählt er folgendes auf:

Energie: Je schwächer die Bindung, desto höher die Erregung.

Affekt: Hilflosigkeit, Ohnmacht, Unruhe -> Bindung reißt ab

Physiologie: Muskelkontraktion, Tonisierung - am Tonus ist zu merken, wie hoch die Unsicherheit ist

Die Rolle der Atmung - das Zwerchfell, die fehlende Bauchatmung, ein aufgepumpter Brustkorb als physische Repräsentanz der Enge.

Kognition: Orientierungslosigkeit

Außer-sich-sein und mit der Aufmerksamkeit ganz beim aufgeregten Kind, beschreibt er als Orientierungslosigkeit. Die Aufmerksamkeit ist außen und mit diesem Außer-sich-sein droht Selbst- und Zentrumsverlust. Das führt zu einer Entscheidungsunfähigkeit und zum Tappen im Dunkeln. Was dabei auch verloren geht, ist das Gefühl für Stimmigkeit. Und selbst die Spiegelneuronen verweigern ihren Dienst, wenn der Stress zu hoch ist.

In diesem Vortrag hat der Körper in Beziehung und seine Regulationsmöglichkeiten, das Autonome Nervensystem mit Atmung, Wärmeregulation, Affektregulation, Verdauung, Aufmerksamkeit eine zentrale Rolle.

Die Grundfunktionen des Autonomen Nervensystems

Parasympathicus

Modus der Sicherheit

Entspannung

Aufmerksamkeit innen

Sympathicus

Stress-Modus

Körperspannung

Aufmerksamkeit außen

Der Motorik als Reaktion für Angstanspannung steht ein Spektrum von Alarmiertheit bis hin zur Lähmung/Fragmentierung, in der Kind/er und Mann dann als Feinde erlebt werden, zur Verfügung.

Harms orientiert sich in seiner Arbeit an der Polyvagalen Theorie nach Stephen W. Porges. Drei Fragen gehören zu dieser Theorie:

- 1) Fühlen wir uns sicher?
- 2) Spüren wir eine Gefahr?
- 3) Oder ist eine Bedrohung im Raum, sind wir vielleicht gar in einer lebensbedrohlichen Situation ?

In seinem System der Neurozeption stellt Porges die These auf, dass unser Autonomes Nervensystem sich immer auf eine von diesen drei Ebenen ausrichtet. Und dass wir damit in unserem Unterbewusstsein ein Informationssystem tragen, das uns entsprechende Orientierungsmöglichkeiten dazu bietet.

Therapeutische Konsequenzen

Am Beispiel der frühen Mutter–Kind–Beziehung zeigt Harms uns wie Abstoßung aussieht, wenn Zwei sich nicht mehr finden. Wie Selbstverlust und Bindungsverlust Hand in Hand gehen. Dann wird der Aufbau von Bindung zum Ziel der therapeutischen Arbeit.

Diagnostisch auch interessant ist die Frage: wo im Körper ist die höchste Spannung? Wo wird es eng? Was ist der persönliche Marker für Bindungsverlust?

Das Video aus einer Arbeitssituation zeigt, wie das Kind an neuralgischen Punkten mit seinem ganzen Körper spricht. Thomas Harms Begleitung der Eltern besteht im Bewusstmachen, Sichern und Verknüpfungen herstellen. Der anfänglich hohe Spannungszustand des Kindes verändert sich gravierend durch eine Veränderung der Tiefenregulation. Die Atemtechnik ist hier wichtig – Bauchatmung, die Energie abziehen vom Kind, nach innen gehen mit der Aufmerksamkeit. Über die Bauchdecke ist der Kontakt zum Kind – zur Bauchdecke hin atmen, sich fallen lassen. Bindungsstärkung durch Bauchatmung.

Das Weinen des Kindes, das einen an die Grenze des Erträglichen bringt – Ansätze sind auch hier im Saal fühlbar. Die Luft wird dicker, die Atmung angehalten

Harms nimmt sich hier in dem Video viel Zeit um eine Veränderung der Situation herbeizuführen. Es ist sichtbar, Veränderung braucht Zeit und braucht gemeinsame Suche.

Wie sich die Situation entspannt und auflöst, ist verblüffend einfach. Plötzlich ist Entspannung da – bei allen Beteiligten im Video und hier im Saal. Sichtbar, hörbar!

Thomas Harms schließt mit einem Zitat von Albert Einstein: „Alles sollte so einfach wie möglich gemacht werden, aber nicht einfacher.“

Wir arbeiten ja in unserer täglichen Praxis zum Großteil nicht mit Eltern–Kind–Situationen oder Säuglingen. Aber nachdem in dieser Phase grundlegende Beziehungsstrukturen entstehen, ist das Verständnis für die Zusammenhänge für jede/n von uns eine gute Stütze.

Das Modell zeigt eindeutig, dass gelingende Beziehung den Kontakt zu sich selbst voraussetzt. Wie wichtig es ist, gut in Kontakt mit sich selbst zu bleiben – gerade dann, wenn die Verführung so groß ist, mit der Aufmerksamkeit ganz bei dem/der Anderen zu sein. Als ersten Schritt wieder zu–sich–kommen. Das kann bei unserem therapeutischen Beruf nicht oft genug gesagt werden.

Und die unschätzbaren Möglichkeiten, die uns neurophysiologische und anatomische Erklärungsmodelle bieten. Das müssen wir in der Ausbildung auch immer wieder betonen – Anatomie, Neurophysiologie und Entwicklungspsychologie als wesentliche Säulen in Theorie und Praxis unserer Methode. Das nehme ich mir von diesem Vortrag ganz besonders mit.

Sonntag, 20. November 2011

„Fruchtbare Resonanz“ – Dr. Elisabeth Oedl–Kletter

In gewissem Sinn schlägt sie eine Brücke vom gestrigen Vortrag zur KBT–Praxis. Auf der Basis von prägenden frühen Erfahrungen geht es ihr um leibhaftige psychotherapeutische Begegnung, die zu fruchtbarer Resonanz führen soll. Sie versucht eine – in der KBT manchmal vernachlässigte Gruppe – die Väter oder Männer als potentielle Väter, in den Mittelpunkt zu stellen. Sensibilisiert über ihre Erfahrung mit eigenen Brüdern und Söhnen und natürlich dem Vater zieht sie auch eine subjektive Bilanz und gibt uns über Fallvignetten einen Einblick in ihre Arbeit als KBT–Therapeutin.

Mit Mozart stimmt sie uns ein und lässt Papageno und Papagena sich die Zukunft in den hellsten Farben ausmalen. Wie schön wird das sein, wenn sie dann viele, viele Kinderlein haben werden. (*Vorfreude ist ja bekanntlich die schönste Freude*)

Elisabeth Oedl–Kletter möchte das Licht auf die Väter oder auf alle Männer als potentielle Väter richten. Ein Blick auf die Väter oder jungen Männer, die Ängste oder Zweifel haben, die Verantwortung als Vater zu übernehmen. Wie ist das mit „Körper–Kinder–Kontrollverlust“? Wie kann Resonanz und Fruchtbarkeit gelingen auf dem Boden der eigenen Kindheitserfahrungen? Welche Rolle hatten die Väter früher, welchen Wandel gibt es im Vaterbild? Sind sie noch immer ein Modell für den Umgang mit der Welt, stehen sie auch für die Symbiose zur Verfügung und sind die neuen Väter auch Modelle für den Umgang mit sich selbst?

Kinder sind der ultimative Elchtest für jede Beziehung und zeigen Schwachstellen auf. Kinder wirken auf jeden Fall, sie

- erzeugen „kritische Instabilität“
- aktualisieren eigene frühe Erfahrungen mit Eltern und anderen Bezugspersonen
- fordern Präsenz im Hier und Jetzt
- sind ehrlich und authentisch
- Kinder sind „Regisseure“
- (re-)agieren direkt ganzkörperlich und fordern ebensolche Antworten vom Gegenüber

Wenn Väter Halt geben sollen, wo erfahren sie selbst Halt. Welche Rollenbilder stehen den Männern zur Verfügung: Krieger, Liebhaber, Vater? Gibt es dazu KBT-Angebote? Was im Raum symbolisiert den Vater oder das Väterliche?

Was kann die KBT für die (werdenden oder potentiellen) Väter tun?

- Körperwahrnehmung – Selbstanbindung – Bindungsfähigkeit
- Berührung – Halt geben
- Integration „fehlender“ Bewegungsteile
- Autonomieentwicklung

Anhand von 3 Fallvignetten erzählt sie uns Geschichten über therapeutische Begleitung von Männern. Hier zeigt sich u.a., wie es mit oder wegen der Kinder gelingt, aus alten Angstmustern auszusteigen. Wie Kindern deutlich machen, dass man sich selbst ‚gut genug‘ beeltern muss und dass auf diesem Weg Selbstanbindung und Selbstfürsorge entwickelt werden können. Was in der Folge zu mehr Autonomie und einem höheren Selbstwert führt.

Die KBT mit ihrem Zugang zu präverbalem Erleben (implizite, unbewusste Strukturen) ist prädestiniert für diese Arbeit und mehr Verständnis für die Mechanismen der prä-peri-postpartalen Situation erleichtert die Arbeit in der KBT.

Wenn es uns gelingt, die Resonanzfähigkeit unserer Klienten zu erhöhen, das Klangspektrum zu erweitern... sich selbst als Resonanzkörper, als lebendiger, lebensspendender Leib zu erleben, dann wird auch die Lust auf das Abenteuer Kind oder zumindest auf das Abenteuer Leben wachsen. Und wenn es uns als TherapeutInnen gelingt unsere (inneren) Kinder als Cotherapeuten wichtig zu nehmen, kann das nur ein Gewinn sein.

Workshop

Christine Gräff „Wie kann die KBT den Leib speisen?“

Ich hatte das Glück einen Platz im Workshop von **Christine Gräff: „Wie kann die KBT den Leib speisen?“** bekommen. Einen Teil meiner Ausbildungsselbsterfahrung habe ich vor gut 20 Jahren bei Christine Gräff gemacht und oft überkommt mich noch Sehnsucht nach dieser Zeit, mit all den Angeboten und sensationellen Erfahrungen, die damit verbunden sind.

Sie beginnt mit einer Einladung unsere „Bedürfnisse für wahr“ zu nehmen, wahrnehmen, nachgehen, umgehen und dabei nicht gegen sich selbst arbeiten. Wie kommst du an dein Bedürfnis, wie wirst du der/die, der/die du eigentlich schon bist? Wir spüren den Worten „Leib“ und „Körper“ nach. Wo erreichen sie uns, was bewirken sie? Welche unterschiedlichen Bedürfnisse werden wach? Was ist „Nicht-Leib“ und was macht das mit uns? Spannende Erfahrungen und eine angeregte Diskussion lassen die Zeit verfliegen.

Im „Hier sein, so wie ich bin“ mache ich am nächsten Tag wieder einmal eine spannende Entdeckung. Trotz des Gefühls von Schwäche, dass mir mein lädiertes Meniskus beschert, erlebe ich als ‚Patientin‘ in einer Situation mit einer einfühlsamen ‚Therapeutin‘, dass zwar mein linker Fuß mir keinen so sicheren Stand ermöglicht, ich aber woanders genug Kraft und Stärke habe, um mich auseinanderzusetzen. Ich bin nicht als Ganzes schwach, nur weil etwas von mir „schwächelt“. Das Gefühl von ‚Stütze nötig haben‘ schließt eine lustvolle Auseinandersetzung nicht aus. Spannend finde ich als ‚Patientin‘ auch das deutliche Gefühl: jetzt ist es genug. Auch wenn noch nicht deutlich ist, wie geht es jetzt weiter, wenn Neues noch nicht sichtbar, fühlbar ist. Das Miteinander-Suchen, die Entwicklung unseres Kontaktes, das Sich-abstimmen, Signale senden und aufnehmen, immer wieder sich einfühlen – nehme ich als Sicherheit für meinen Therapeutinnen-Alltag mit.

Unterschiedliche Erfahrungen von Berührung – sich selbst, jemand anderen, einen Gegenstand. Welche Form des Kontaktes ist das jeweils, wie anders bin ich in den jeweiligen Kontaktformen ... runden den Workshop ab.

Mit diesen Erfahrungen ist mir wieder einmal deutlich geworden ist, wie sinnvoll unser Ausbildungskonzept der Theorie-Praxis-Seminare ist. Über Angebote, wie Christine Gräff sie formuliert hat, kann sich Theorie und Praxis ergänzen und über die Selbsterfahrung, mit der eigenen subjektiven Lebens- und Lerngeschichte wirkungsvoll verbinden. Das was dabei entsteht, ist das individuelle Handwerkszeug für die KBT-Praxis als unverzichtbarer Bestandteil.

Von diesen 3 Einheiten habe persönlich, als KBT-Therapeutin und als Lehrtherapeutin sehr profitiert. Und meine Sehnsucht ist etwas gestillt

Rahmenprogramm

Europa-Abend

Wir stehen einander gegenüber, nebeneinander, hinter einander

- Belgien – Italien – Slowakei – Schweiz – Deutschland und Österreich
- Die Großen – die Kleinen – die Älteren – die Neueren

Größenverhältnisse, Geschichte/n, berufspolitische Umstände werden sichtbar und zur Sprache gebracht. Dass wir einander abschließend mit Mozartkugeln beschießen ist nur eine Form der Kontaktaufnahme.

Das Fest

Walter Plagge lässt das Fest beginnen, er lädt uns ein, mit jeder Faser unseres Körpers anwesend zu sein, zu tanzen und spielerisch miteinander umzugehen. Ein Blick zu ihm gibt unseren Spiegelneuronen die richtige Botschaft – er ist dazu das beste Modell.

Die Musik von DJ Ewald Pollheimer macht es dann beinahe unmöglich die Tanzfläche zu verlassen. Und immer wieder findet er etwas, das einem nicht zum Sitzen einlädt. Bis morgens früh ...

Abschluss der Tagung

Die Organisatoren: Eva Eggerth-Seiling, Dr. Elisabeth Oedl-Kletter, Dr. Degenhard Offergeld, Martin Pfäfflin können zufrieden sein!

Für den Bericht:

Mag. Christa Paluselli

Lehrtherapeutin im ÖAKBT

Heiveldstraat 172 D , 9040 Sint-Amandsberg

tel +32 (0)9 379 76 99

Mobile Belgium + 32 (0) 472 24 78 62

Mobile Austria + 43 (0) 664 33 50 731

e-mail: christa.paluselli@telenet.be

web: www.paluselli.be