



Impulsive Autoreflexions-Therapie

Im Anfang war das Wort

Diese einleitende Aussage des sogenannten Johannes-evangeliums spricht von dem allerersten Anfang allen Daseins, vom Ursprung aller Dinge. Das Schöpferwort wird uns dargelegt als Ursache und Urbeginn aller Existenz und Entwicklung. *„Alles ist durch dasselbe geworden, und ohne dasselbe wurde auch nicht eines, das geworden ist.“* – Zuerst das Wort, dann seine Auswirkung.

Auch in der Impulsiven Autoreflexions-Therapie steht das Wort am Anfang, vor der eigentlichen Behandlung. Im Aufnahmegespräch, der allerersten Interaktion zwischen Therapeut und Patient, wird die Bedarfssituation geklärt, eine Anamnese erhoben, die Vorgehensweise erörtert, sowie Art und Weise der therapeutischen Anwendung erläutert. Solch ein Gespräch schafft wegbereitend eine Sphäre des Vertrauens und hilft, den in jedem Menschen veranlagten Heilungswillen zu motivieren. Während der Therapie mit ihren spezifisch ausgeführten Körperkontakten ist die verbale Kommunikation eher hinderlich, da der Wirkmechanismus nicht auf der mentalen, sondern der sensorischen Ebene abläuft. Das bedeutet, dass die verabreichten Impulse wahrgenommen werden, dabei unbewusst vom Organismus hinsichtlich ihrer Brauchbarkeit hinterfragt und aufgegriffen werden, wenn als hilfreich beurteilt. Das geschieht jedoch nicht

primär im Kopf, nicht auf Verständesebene, sondern über das Sensorium, das Empfindungsvermögen.

Dementsprechend ist die therapeutische Berührung im Rahmen dieser nonverbalen Kommunikation nicht manipulativ, sondern überlässt dem Gegenüber die Entscheidung einer Annahme oder Ablehnung. Sie verordnet nicht, stülpt nicht einfach etwas über, sondern macht ein Angebot. Der Entschluss zum Ja oder Nein wird instinktuell über die Körperwahrnehmung getroffen.

Das anfängliche Wort wird grundsätzlich erst wieder aufgegriffen, wenn die taktil geführte Therapie zu Ende ist. In einem kurzen Abschlussgespräch wird ein Vergleich zum Befinden vor der Behandlung angestellt, werden Zusammenhänge aufgezeigt und Vorschläge zu eigenständigen Maßnahmen unterbreitet. Die eigentliche Behandlung aber erfolgt über die therapeutisch indizierte manuelle Berührung.

Jedoch nicht nur Hände können berühren, auch Worte sind auf Berührung ausgerichtet. Jeder wird sicherlich schon irgendwie erfahren haben, wie tiefgehend Worte unter Umständen anrühren können. Sie können heilen, aber auch verwunden, sie können segnen, oder sogar verfluchen. Darüber hinaus aber wollen sie vor allem mitteilen, und dies auf einer Ebene des gegenseitigen Verstehens. Im therapeutischen Kontext bedeutet das, ein Bewusstsein zu schaffen für problembehaftete Sachverhalte und deren Zusammenhänge, sowie für geeignete Maßnahmen, die ihren Beitrag leisten können zu verbessertem Wohlbefinden und mehr Lebensqualität.

Offene Ohren und helfendes Wort sind Labsal für die beschwerte Seele. Entsprechend einfühlsame Worte berühren immer genau dort, wo der Bedarf am Größten ist. Sie sind nicht besserwisserisch, drängen nichts auf, erheben keinen drohenden Zeigefinger und moralpredigen

nicht, vielmehr wollen sie objektiv und vorurteilsfrei helfend zur Problemlösung beitragen.

Neben der Ausgangsproblematik für medizinisch indizierte therapeutische Anwendungen, die sich mit Krankheitszuständen und -prozessen befassen und deren Linderung, Besserung und Genesung zum Ziel haben, ergibt sich in der Praxis auch immer wieder die Bedarfssituation allgemeiner Krisen in individuellen Lebenssituationen, die definitionsgemäß nicht als Krankheit verstanden werden und von daher auch nicht im Zuständigkeitsbereich der Heilkunde angesiedelt sind. Um solche am Rand physiotherapeutischer Maßnahmen auf Gesprächsebene adäquat zu begleiten, fehlt gewöhnlich der zeitliche Rahmen. Zudem ist eine spezifische Qualifikation für diese Aufgabenstellung mehr als hilfreich, um dem Bedarf angemessen entsprechen zu können.

Eine Möglichkeit, das zu tun, führt über die Ausbildung zum *Psychologischen Berater*. Psychologische Beratung ist keine Psychotherapie. Sie setzt jedoch ein solides Studium des psychologischen Grundlagenwissens und der wichtigsten Psychotherapieformen in Theorie und Praxis voraus, sowie das Wissen um die Gefahren und Grenzen psychologischer Intervention und der rechtlichen Rahmenbedingungen¹. Will sie in einem spezifisch individuellen Sinn Hilfestellung geben, dann wird sie *personzentriert* sein. Personzentrierte Beratung unterstützt Menschen, die Probleme in ihrer sozialen, beruflichen oder privaten Lebenswelt haben und sich dadurch in ihrer Orientierungs- und Handlungsfähigkeit eingeschränkt fühlen. Das Beziehungsangebot in der Beratung entspricht dabei einer ethischen Grundhaltung, die sich durch bedingungsfreie positive Beachtung, empathisches Verstehen und eine kongruente Selbstbeziehung des Beraters auszeichnet. Personzentrierte Beratung ist prozessorientiert und dialogisch, sie ist keine Methode, son-

dem Instrument des Verstehens. Sie rückt die Person in den Mittelpunkt – nicht das Problem. Sie macht es dem Klienten möglich, Gefühle zu integrieren, vorhandene Deutungsmuster zu reflektieren, neue Blickwinkel zu erschließen und dadurch selbstbestimmt entscheidungs- und handlungsfähig zu werden².

Psychologische Beratung in der hier dargebotenen Ausrichtung unterstützt entlastend, ergänzend und erweiternd das Angebot der therapeutischen Praxis hinsichtlich kritischer Situationen in allgemeinen Fragen der individuellen Lebensführung und -gestaltung, die im medizinischen Sinn nicht behandlungsbedürftig sind, nichtsdestotrotz aber einer angemessenen Begleitung bedürfen. Dem zu entsprechen, ohne dabei mit therapeutisch indizierten Anwendungen in Kollision zu geraten, ist der Hintergrund für die Integration eines solchen Beratungskonzepts in eine physiotherapeutisch ausgerichtete Heilpraxis, die in einem umfassend erweiterten Sinn Hilfeleistung anzubieten bestrebt ist, und zwar auch dort, wo die Heilkunde als solche (noch) nicht gefordert ist.

Gernot Frey, Heilpraktiker für Physiotherapie

Iris Frey, Psychologische Beraterin (VFP zertifiziert)

Personzentrierte Psychologische Beratung



Quellen: ¹⁾vfp.de ²⁾gwg-ev.org