

Körperorientierte Behandlungszugänge bei Alkoholabhängigkeit

Kinesio-Psychotherapy and Alcohol-Addiction Treatment

Clemens Reiserer

Themenschwerpunkt Körperpsychologie

Zusammenfassung

Der vorliegende Artikel behandelt das Thema Alkoholabhängigkeit unter dem Gesichtspunkt körperorientierter Behandlungsmöglichkeiten. Da das Problem besteht, dass Alkoholismus nur auf der Symptomebene verstanden und behandelt wird, soll zudem ein Blick auf die strukturellen Merkmale der Persönlichkeit, welche an Entstehung und Verlauf von Alkoholabhängigkeit maßgeblich beteiligt sind, geworfen werden. Als praktisch-therapeutischer Zugang dient die Methode der Konzentrativen Bewegungstherapie, welche Wahrnehmung und Bewegung sowie Körpererfahrung als Grundlage des Erlebens und Handelns sieht. In einer Kurzanalyse von vier Einzelfallverläufen sollen bezogen auf Strukturniveau Schwerpunkte einer körperorientierten Behandlung dargestellt werden.

Abstract

The paper at hand examines alcohol dependency from the point of view of body related treatment options. While alcoholism is often only understood and treated at the symptom level this work allows a look at the structural traits of the personality behind the characteristic symptoms. As a practical-therapeutic approach the paper uses the method of kinesio-psychotherapy („Konzentrierte Bewegungstherapie“), which sees perception and movement as well as body experience as basis for experience and action. In a short analysis of four different isolated cases the paper analyses to what extent the structural level has influence on therapeutic treatment and which body-related methods are useful.

In der eigenen Haut stecken

„Jetzt, wo ich abstinent bin, nach all den Jahren der Verschwommenheit, bin ich wieder zurückgeworfen auf mich, auf meinen Körper, den ich erst wieder entdecken muss und der mir so viel zu sagen hat.“

Aussage eines Patienten während der stationären Entwöhnungsbehandlung

In der klinischen Arbeit mit Patienten mit der Diagnose Alkoholabhängigkeit ist die oftmals ratlose und überfordernde Konfrontation mit der eigenen Körperlichkeit keine Seltenheit. Der sinnbildlich verlorene Halt, das aus dem Gleichgewicht-gekommen-Sein, die innere Spannung, die Anlehnungsbedürftigkeit oder die fehlende Rückendeckung erzeugen Bilder, welche Menschen gegen Ende eines Behandlungsprozesses zeichnen, die – mit beiden Beinen am Boden im Rücken gestützt – wieder Halt (im Leben) finden. Da sind wir schon bei der Zielorientierung einer Therapie oder klinischen Behandlung und der Körper ist nicht mehr eine abstrakte Hülle, die uns übergestreift wurde und oftmals nicht optimal sitzt, sondern der Angelpunkt, von dem aus das therapeutische Geschehen passiert, das Phänomen als symbolisierte Erfahrung, mit allen inneren und äußeren Repräsentanzen.

Seit vielen Jahren bin ich in der klinisch-psychologischen Behandlung und Therapie von Alkoholabhängigen im stationären sowie ambulanten Setting tätig und komme vermehrt zu der Erkenntnis, dass die Behandlung die Grenzen einer kognitiven Auseinandersetzung im Sinne einer lebensgeschichtlichen Reflexion weit überschreitet. Es sind die korrigierenden Erfahrungen im Handeln und Wahrnehmen, dieses oben erwähnte Halt-Finden oder das bewusste Wahrnehmen, wie es sich anfühlt, die Distanz zu regulieren, sich als kohärent zu erleben unter dem gewahr-Werden der Körpergrenzen, usw., die auf der Affekt- Wahrnehmungs- Hand-