

37. Kongress des Fachverband Sucht+

„Zwischen Tradition und Innovation – 50 Jahre Fachverband Sucht+“

-Abstracts-

Forum 6

„Out of the box“

„ Out of the box thinking“ heißt erst mal schlicht nur „anders denken“. Steigt jemand „ aus der Box“ verändert sich die Sichtweise und es können andere Standpunkte einbezogen werden, die zu neuen Gedankengängen führen. Es soll eine Aufforderung sein kreativ und innovativ zu arbeiten. Vor dem Hintergrund möchten wir in unserem Forum Therapieformen und Ansätze präsentieren, die zum Teil in den Hintergrund geraten sind und denen wir mehr Bedeutung wünschen:

Die Integrative Therapie ist ein Psychotherapieverfahren, das von Hilarion G. Petzold, Johanna Sieper und Mitarbeitern seit den 1960er-Jahren entwickelt wurde. In ihr sind unterschiedliche methodische Ansätze, wie Psychodrama, die Gestalttherapie, die aktive Psychoanalyse sowie Ansätze der Verhaltenstherapie, der Körpertherapie, Neuropsychologie und Neuromotorik von Alexander Lurija und Nikolai Bernstein integriert.

In Filmen wurde das Thema Psychiatrie und Psychotherapie bereits mehrere tausend Mal behandelt. In 90 Minuten wird eine regelrechte Gefühlsachterbahn absolviert. Trauer, Wut, Angst, Freude, sogar Scham und Schuld können in diesem Zeitraum lebensecht übermittelt werden. Der Therapieeffekt zielt genau auf diese Wirkung ab.

Musik ist Rhythmus, Musik ist Klang. Musik ist Melodie. Musik ist der Spiegel unserer Emotionen und schafft Zugang zu unserer Seele. Musik ist Therapie im Takt. Die Musiktherapie fördert und stabilisiert mit diesem Wissen Gesundheit und Wohlbefinden. Musik drückt aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.

In der Körperpsychotherapie werden Körperwahrnehmung, Atmung, inneres Gewahrsein, Körperausdruck, Bewegung, Haltung, Berührung, körperliche Empfindungen und die körperliche Resonanz im Kontakt im therapeutischen Prozess genutzt. Je nach ihrer Herkunft und ihrer Richtung integrieren Körperpsychotherapeuten dabei tiefenpsychologische, psychoanalytische, verhaltenstherapeutische oder systemische Ansätze und Arbeitsweisen. Im Unterschied zu den Körpertherapien, in denen alleine mit körperlichen Techniken gearbeitet wird, ist die Körper-Psycho-Therapie eine Form der Psychotherapie, in der psychisches und körperliches Geschehen gleichermaßen als Aspekte des Lebens einer Person beachtet werden.