

„Atem, der ich bin – Atem- & Körperpsychotherapie bei Frühen Störungen“

Herausgeber: Stefan Bischof, Brigitte Obrecht Parisi und Anita Rieder; Books on Demand, 2012, Broschiert: 392 Seiten, 25 Euro

von Sabine Schrem

Der neue Sammelband „Atem, der ich bin“, reiht sich ein in die Veröffentlichungen des Institutes für Atempsychotherapie, Freiburg, IAKPT. Nach spannenden Tagungsberichten und dem Buch „Atemwege“, das die Arbeitsfelder der Atemtherapie beschreibt, liegt diesmal eine hochinteressante Veröffentlichung vor, die sich dem Schwerpunkt Atem- und Körperpsychotherapie bei frühen Störungen zuwendet. Dies ist bekanntlich ein Thema, mit dem viele Klienten Atempraxen aufsuchen, da sie wohl instinktiv spüren, dass die Atem- und Körperarbeit dort viel Potential zur Nachentfaltung birgt. Nun erscheint erstmals ein Buch über die Hintergründe, Thematiken und auch Fallstricke der Arbeit mit früh gestörten Klienten, wenn diese mit Methoden der Atemtherapie (hier hauptsächlich der Arbeit am bewussten, zugelassenen Atem und wie die Schweizer sagen dürfen, der „Atemarbeit nach Ilse Middendorf“) in Berührung kommen. Die acht Autorinnen aus Süddeutschland und der Schweiz, alles Absolventinnen des IAKPT, beschreiben, wie sie die Atemtherapie schätzen und dass sie Behandlungsphänomene noch tiefer verstehen, indem sie sich mit der postfreudianischen, wie jungschen Psychologie, sowie den neuesten Forschungen der Traumatherapie und körperpsychotherapeutischen Ansätzen beschäftigen.

Mit guter Navigation ins weite Land der Atem- und Körperpsychotherapie oder wie Ingeborg Becker schreibt: „Mit der tiefenpsychologisch fundierten Therapietheorie und dem psychotherapeutischen Instrumentarium der Atem- und Körperpsychotherapie besitze ich Kompass und Karte, um mich und meine Klienten im Feld zu verorten. Dabei ist der bewusste zugelassene Atem richtungsweisende Kompassnadel, die Sicherheit, Struktur und Freiheit auf dem Weg durch Körper- und Seelenlandschaften schenkt.“

Fließend, aber auch sehr strukturiert nehmen die acht Autorinnen Fahrt auf ins Land ihrer Therapien. Sehr individuell und doch entlang eines gemeinsamen roten Fadens schreibend, entsteht so vor des Lesers Augen

ein Therapiekonzept, das zu keiner Zeit trocken daherkommt. Darin sehe ich die große Kunst der Autorinnen: Sie halten die Balance zwischen klarer, faktenorientierter Theorie und einem lebendigen, „atmenden“ Schreiben. So liegt nun ein dichtes Nachschlagewerk vor zu den Themen Diagnostik, Beziehungsarbeit, Therapieziele, Körper- und Atembild, Traumabehandlung, Ich-Entwicklung, Strukturarbeit und vielem anderen mehr. Der Leser findet mannigfaltige Anregungen und Übungen. Aufgelockert werden die Texte durch ausführliche Fallberichte, aussagekräftige Tabellen, vertiefende Literaturverweise und sogar farbige Klientenzeichnungen.

Das vorliegende Buch zeigt darüber hinaus wie wichtig es ist, sich erst seines Selbstverständnisses und seiner Verortung in Denkkonzepten klar zu werden, um in Folge gezielt Lehre und Forschung voranzutreiben. Persönlich wünsche ich mir, dass dieses Buch eine fruchtbare Diskussion über Ansätze der Atemtherapie anregen kann. Nur durch eigens geführte Entwicklungsprozesse bleibt die Autonomie einer Berufsgruppe bekanntlich erhalten.

Unbedingt erwähnt werden muss, dass Brigitte Obrecht Parisi mit ihrer in diesem Buch veröffentlichten Arbeit „Frau sein – Weiblicher Narzissmus und die Entwicklung der Ich-Kraft in der Atem- und Körperpsychotherapie“ den Student Thesis Prize der EABP gewonnen hat. Welch schöner Erfolg für sie und für die Atempsychotherapie AFA!

Ich möchte dieses Buch allen ans Herz legen, die den eigenen Horizont erweitern und neue Wege kennen lernen möchten. Wie gesagt, Kompass und Karte liegen bereit.

Sabine Schrem, Dresden
E-Mail: Sabine.Schrem@gmx.de

Behandlungs-
phänomen
noch tiefer
verstehen

Welch
schöner
Erfolg