Thea Rytz / Silvia Wiesmann (Hrsg.): Essstörungen und Adipositas: Akzeptanz verkörpern. Formen körperorientierter Gruppentherapien

Verlag Hans Huber, 2013, 279 Seiten, 29,95 € (D)

Rytz und Wiesmann lassen neben eigenen Beiträgen acht erfahrene Therapeutinnen aus ihrem Arbeitsalltag zu Wort kommen. Wie der Untertitel schon verrät, geht es dabei um Gruppentherapien. Diese finden innerhalb einer Institution statt, in einem stationären oder ambulanten Setting.

Die ausführliche Einleitung führt in das Thema ein und beantwortet Fragen wie: Wann spricht man von einer Essstörung? Wie entstehen Essstörungen? Warum sind sie in unserer Kultur und Gesellschaft so häufig? Weshalb stellen sie in Kliniken eine eigene Patientengruppe dar? Das Buch macht deutlich, dass es Körpertherapie (natürlich im Kontext eines interdisziplinären Rahmens) und eine Spezialisierung der TherapeutInnen braucht, um diese PatientInnen zu behandeln. Eine Intention der Autorinnen ist es, „einen Beitrag zur Qualitätsentwicklung innerhalb der Körperpsychotherapien im Bereich Essstörungen und Adipositas zu leisten und KollegInnen aus anderen Disziplinen einen Einblick in unsere Arbeit und das Erleben von PatientInnen zu geben." (S. 13)

Was sie vorlegen, lässt sich auf verschiedene Arten nutzen. Ihr Buch lädt ein, sich in das Thema Essstörungen zu vertiefen oder vom Erfahrungs- und Ideenschatz der verschiedenen Autorinnen zu profitieren und sich inspirieren zu lassen. Es eignet sich für Fachleute, die mit dieser Klientel arbeiten oder sich mit der Thematik näher auseinandersetzen wollen.

Im ersten Teil geht es um das jeweilige Therapieverständnis der Therapeutin bzw. ihre innere Haltung und ihr Auftreten im Kontakt mit den KlientInnen. Weiter werden die Rahmenbedingungen in der jeweiligen Institution und der Zeitrahmen der Gruppentherapie erläutert. Im zweiten Teil wird der Ablauf einer Gruppentherapiestunde beschrieben, angefangen bei Material und Raumbedingungen über Übungen, Methoden, Themenschwerpunkte und Therapieverläufe anhand von einigen Fallbeispielen. Die Beiträge sind sehr persönlich und ungeschönt abgefasst, was die Therapeutinnen und die PatientInnen spürbar macht und sie authentisch wirken lässt.

Einige Elemente wiederholen sich, sind aber entsprechend wichtig:

1. Methoden, die sich in der Arbeit mit PatientInnen mit Essstörungen und Adipositas bewährt haben: Mehrfach erwähnt sind Tanz und Bewegung, Spiele, Sinneserfahrungen, Erleben der Schwerkraft, Natur, Körperbild, themenspezifisches Arbeiten, Achtsamkeit, Feldenkrais, Berührung, Massage, Atemarbeit, Yoga und Eskrima.
2. Die PatientInnen erhalten über die therapeutische Beziehung, die therapeutischen Methoden, über das Gruppensetting an sich, die Aha- und Spürerlebnisse wieder Zugang zu ihren Emotionen, zu ihrem Körper und ihren Ressourcen, jede Person in ihrer Zeit. So entsteht Akzeptanz bei sich, bei den anderen, inner- und außerhalb des Körpers.

Akzeptanz steht nicht nur im Buchtitel. Eine akzeptierende Grundhaltung ist durchweg spürbar und macht das Buch zu einem hilfreichen Begleiter in der therapeutischen Arbeit.

Aniko Pinter

DOI 10.2378 / ktb2014.art15d

© Ernst Reinhardt Verlag

PDF bereitgestellt von Reinhardt e-Journals | © 2024 by Ernst Reinhardt Verlag
Persönliche Kopie. Zugriff am 17.04.2024
Alle Rechte vorbehalten. www.reinhardt-verlag.de