

Psychosomatische Kliniken: Wenn Körper und Seele leiden

Interviewpartner: Oberarzt Dr. Jürgen Groll, Internist

„Liebe Freundinnen, liebe Freunde! Ich schreibe euch aus der Adula-Klinik, das ist eine Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie. Ich bin hier in Oberstdorf, um wieder gesund zu werden.

Mein Leben lang habe ich versucht, zu allen nett zu sein. Ich lerne auch immer fleißig für die Schule, damit alle zufrieden mit mir sind. Aber nur wenige von euch wissen, dass ich seit drei Jahren eine Ess-Brech-Sucht (Bulimie) habe. Ich habe mich lange Zeit nicht getraut, euch oder meinen Eltern davon zu erzählen, weil ich mich für mein Verhalten geschämt habe. Besonders peinlich wurde es, als mein Taschengeld nicht mehr ausreichte, um die Lebensmittel zu bezahlen. In meiner Not musste ich die Sachen teilweise sogar stehlen.

Um mein Gewicht halten zu können, habe ich Abführmittel genommen und mich regelmäßig nach dem Essen erbrochen. Ich war jedes Mal völlig niedergeschlagen, wenn ich auch nur wenige Gramm zugenommen hatte. Allein wäre ich vielleicht niemals hierher gekommen, aber mein Hausarzt und mein Therapeut sagten, dass ich nur in einer Klinik wieder gesund werden kann. Als ich hierher kam, ging es mir nicht besonders gut: Mein Kreislauf und meine Verdauung waren völlig durcheinander, durch die erbrochene Magensäure hatte ich übermäßig viel Karies bekommen.

Ich habe mir diese Klinik selbst ausgesucht und hoffe, hier herausfinden zu können, warum alles so gekommen ist und wie ich mein Leben wieder in den Griff bekommen kann. Ich bin selbst gespannt, wie ich mich entwickeln werde, und freue mich auf ein Wiedersehen mit euch. Eure Sandra“

Ganzheitliches Konzept

Ein Jahr ist es jetzt her, dass Sandra L. diesen Brief schrieb. Die 18-jährige Schülerin war sich damals im Klaren darüber, dass der Aufenthalt in einer psychosomatischen Klinik keine Kur ist, aber auch nichts mit einer geschlossenen Abteilung in der Psychiatrie zu tun hat. Was man aber genau unter dem Begriff Psychosomatik versteht, erfuhr sie erst im Laufe der zwölf Wochen, die sie in der Oberstdorfer Klinik zubrachte.

Sandra L. hatte sich einen Tag frei genommen, um nach Oberstdorf zu fahren und sich vorab ein besseres Bild von der Adula-Klinik machen zu können: Das zuvor als Hotel genutzte Gebäude liegt an einem Berghang im Allgäu. Die schöne Lage begeisterte sie sofort. Im Gespräch mit dem Oberarzt Dr. Jürgen Groll erfuhr sie, dass die Klinik nach einem Modell arbeitet, das Dr. Walther H. Lechler 1971 in Bad Herrenalb entwickelte.

Dieses ganzheitliche Konzept, das tiefenpsychologisch fundiert ist und sich am Zwölf-Schritte-Programm der Anonymen Selbsthilfegruppen orientiert, wird nicht nur in der Adula-Klinik sondern auch in Bad Herrenalb, Bad Grönenbach und Wolfsried erfolgreich umgesetzt und weiterentwickelt. „Wir betrachten die Menschen, die zu uns kommen, nicht als Patienten sondern als unsere Gäste“, erklärt Dr. Jürgen Groll. Der Facharzt für Innere Medizin und Psychotherapeutische Medizin ist zusammen mit seinem Team für die bis zu 120 Gäste der Adula-Klinik zuständig.

Karin Hertzler

Pressearbeit

Agentur

Ysenburgstraße 6

80634 München

T: 089 / 5002 8445

info@karinhertzer.de

www.karinhertzer.de

Über die Probleme jederzeit sprechen können

Innerhalb von drei Monaten lernte Sandra L., auf das Hungern, Überessen und Erbrechen zu verzichten. Eine wichtige Erkenntnis auf diesem Weg war es für sie, jeden Tag wieder zu erfahren, dass sie ihre Gefühle vom Essen trennen kann und Spannungen nicht über das Essen ausagieren muss.

„**Um die Kontrolle** über das Körpergewicht abzugeben, hilft es Ess-Süchtigen, außer den drei ausgewogenen Vollwertmahlzeiten nichts weiter zu sich nehmen zu dürfen. Bei uns verzichten sie auf übermäßige sportliche Aktivitäten und werden gewogen, ohne das Ergebnis zu erfahren“, erklärt Jürgen Groll.

Wie alle anderen Ess-Süchtigen auch hatte Sandra L. während ihres Klinikaufenthalts nicht nur eine Therapeutin, sondern auch eine so genannte Sponsorin zur Seite, mit der sie jederzeit über ihre Probleme sprechen konnte.

In der Gruppentherapie, die mehrmals pro Woche stattfand, lernte sie nach intensiven Phasen der Scham, des Ekels und des Selbsthasses allmählich, das Gierige, Lustvolle und Zügellose in ihr nach außen so braves Selbstbild zu integrieren.

Hilfreich bei diesem Prozess war für Sandra auch das Angebot, in der Frauengruppe über ihre sexuellen Probleme zu sprechen. Die verschiedenen körpertherapeutischen Verfahren unterstützten sie dabei, ihren Körper wieder liebevoll wahrzunehmen und sich auszudrücken.

Besonders profitierte die 18-Jährige von der „Emotionalen Arbeit“ nach Daniel Casriel: Beim so genannten „New Identity Process“ wurde Sandra in einem geschützten Rahmen ermutigt, ihre jahrelang unterdrückten Gefühle wie Schmerz, Angst und Wut, aber auch Freude und Liebe durch lautes Rufen und Schreien auszudrücken.

Um ihr diese Erfahrung zu erleichtern, wurde sie während der Übung von einer selbst gewählten Partnerin am ganzen Körper gehalten – dieses „Bonding“ gab ihr das Vertrauen, mit ihren widersprüchlichen Gefühlen nicht allein zu sein. Ihre Wut darüber, dass sie „alles ankotzt“, konnte sie schließlich in den Satz umformen: „Ich brauche Liebe.“

Auszug aus einem Artikel, den ich für „Psychologie heute“ geschrieben habe.

Karin Hertzner

Pressearbeit

Agentur

Ysenburgstraße 6

80634 München

T: 089 / 5002 8445

info@karinhertzer.de

www.karinhertzer.de