
DEFINITIONEN: Therapie – Psychotherapie – Gesund-Sein & Krank-Sein – Heil-Sein.

Therapie auf den rekursiv verschachtelten Ebenen des individuellen Seins eines leibhaftigen Subjektes: Körper/Organismus – Psyche – Geist – Seele – Umfeld/Relativitäten, bedeutet, die „Fähigkeit der endogenen Heilungsprozesse“ (die „Selbstorganisation“) und die immunologischen, hormonalen, nervlichen & bioelektronischen Steuerungssysteme in einer therapeutischen Bindung/Beziehung und mit wissenschaftlich fundierten Methoden so anzuregen und zu steuern, dass die Autopoiese ange-regt wird und eine Wandlung von negativen Material (destruktive Skriptsätze, Konflikte, organische & psychologische Traumata / Störungen / Fehlfunktionen) durch „universelle Ressourcen“ und „dynamische Ressourcen“ zu einem Wohlbefinden (WHO) und „offene Gestalten“ in eine Homöostase und Geschlossenheit führt. Es geht um eine „Optimierung der Lebensvollzüge in Teilbereichen“.

Um die Fähigkeit zur **Selbstheilung** zu unterstützen, wenn der Destruktionsprozess von Organen / Bindegewebe / Knochenstrukturen / Funktionen des Leibes: Immunsystem, Nervensystem, Hormon-system, Bioelektrische System, und von Funktionen der Psyche: Wahrnehmen, Denken, Fühlen, In-tuieren, Memorieren, Handeln, und von Inhalten des Geistes zu weit fortgeschritten ist, können in-vasiv kurative Eingriffe den Selbstheilungsprozess vorbereiten und folgende Heilung unterstützen. (Definition von Plassmann frei ergänzt durch Autor)

„Nach der Kopernikanischen Kränkung (die Erde ist nicht der Mittelpunkt des Kosmos), der Dar-winschen Kränkung (der Mensch ist nicht einzigartig, sondern ein sprechendes Tier), der Freud-schen Kränkung (das Ich ist nicht Herr im eigenen Haus, sondern das Unbewusste) nun also noch die **selbstorganisatorische Kränkung**: es ist nicht der Therapeut, der heilt, sondern das endogene Heilungssystem des Patienten.“ (R. Plassmann)

Nach dem Österreichischen Psychotherapiegesetz (361,1990) ist die Ausübung der „**Psychothera-pie**, die nach einer allgemeinen und besonderen Ausbildung erlernte, umfassende, bewusste und ge-plante Behandlung von psychosozial oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen mit wissenschaftlich-psycho-therapeutischen Methoden in einer Interaktion zwischen einem oder mehreren Behandelten und einem oder mehreren Psychotherapeuten mit dem Ziel, bestehende Symptome zu mildern oder zu beseitigen, gestörte Verhaltensweisen und Einstel-lungen zu ändern und die Reifung, Entwicklung und Gesundheit des Behandelten zu fördern.“

Psycho-Therapie dient daher der Verbesserung der subjektiven wie objektiven Lebensqualität des Menschen als intelligibles, kulturbildendes, individuelles Herdenwesen einmal durch die Verminde-rung von psychischen, sozialen und (möglicherweise in Verbindung damit) von physischen Sympto-men. Dies geschieht durch das Bearbeiten von Blockaden / Störungen / Fehlfunktionen, die eine Person darin hindern, für sich befriedigend leben, erleben, lieben und arbeiten zu können.

Zum anderen dient Psychotherapie der Erweiterung und Differenzierung der Persönlichkeit und da-mit der Vergrößerung / Ausweitung des Freiraumes des Leibes (Merleau-Ponty) eines Subjektes, ei-ner Zunahme der „Differenzierung“ & „Organisiertheit“ sowie der „Veränderung der Rigidität (Starre)“ wie der Förderung der „Durchlässigkeit“ auf neuronaler, psychischer & geistiger Ebene so-

**SELFNESS – Institut für Persönlichkeitsbildung, Traumaarbeit, Coaching/Supervision,
Psychotherapie**

Privat / Büro:

Mozartstr. 7, D-83101 Rohrdorf / Thansau
Tel.: D/08031/71934
Fax.: D/08031/737487

Dr. phil. Thomas Klihm

Seite 2

Institut:

Kaiserbergstr.22a, A-6330 Kufstein
Tel.: A/05372/68636
Mobile: 0049171/2064799

wie der Relativitäten, in die sich ein Subjekt einbindet / in dem es Kontakt findet / Beziehung aufnimmt bzw. entbindet / sich löst / sich trennt.

Indem **Psychotherapie** die Reifung (das „Erwachsen-Werden“; Klihm) und Entwicklung der psychosozialen Person fördert und das im unterschiedlichen Maß auf den Entwicklungssträngen der Individuation, Sozialisation und Enkulturation (C.G.Jung) und „Ökologisation“ (Klihm), erweitert Psychotherapie die „Freiheit von etwas“ bzw. „Freiheit zu etwas“ (E. Fromm) & die „Möglichkeiten“ eines leibhaftigen Subjektes in seinem „Umfeld“(Klihm): frei zu entscheiden, frei zu memorieren, frei wahrzunehmen, frei zu intuieren, frei zu fühlen, frei zu denken und frei zu handeln, frei seinen Lebensraum flexibel und effektiv zu erweitern. Wandlung ist „Dazulernen“.

Psychotherapie wirkt auf die personale Verwirklichung der „Autonomie-Achsen“: eigenständiges Wohnen, eigenständiger Haushalt, eigene Bestreitung des Lebensunterhaltes, eigene Familie, eigenes Weltbild und dessen flexibler, konstruktiver Einsatz in den Anpassungs- / Abstimmungs- / Arbeits- / KulturLeistungen. Insofern wirkt Psychotherapie zu einem „Freisein von“ „Dependenter & Contra-dependenter Einpassung“ / „Ohnmacht“ / „Entfremdung“ und „Freisein zu“ eigenständigem Leben mit dem Mut zur eigenen Identität / zum Anderssein.

Gesundheit ist daher nicht nur Abwesenheit von Krankheit & von verwirrten wie gestörten Kontakt- / Beziehungs- / Bindungserleben & -verhalten sowie die „Abwesenheit von äußerem „Druck“ / „Zwang“ / „Entfremdung“ als auch Abwesenheit von Einschränkung durch lebensbeeinträchtigende organische / psychische / geistige Symptome / Syndrome, sondern Gesundheit ist vor allem auch „Anwesenheit von irgend etwas“ (E. Fromm), z.B. das dem Menschen die Freiheit der Wahl und Entscheidung gibt, sowie die Anwesenheit von Wohlbefinden (WHO) und subjektiver wie objektiver Lebensqualität.

Psychisches, soziales und geistiges **Gesund-Sein** drückt sich in Lebendigkeit aus: in einem mit sich selbst und der Umwelt stimmigen, erfüllten Leben durch eine Balance zwischen An- und Einpassung (C.G.Jung) in unsere persönliche und soziale / dingliche Umwelt; in der Fähigkeit zu Kontakt und Rückzug in der persönlichen Beziehung zur Umwelt /Welt und die Fähigkeit, die persönliche, emotionale, soziale und fachliche Kompetenz lebensfördernd einsetzen zu können. Gesund-Sein äußert sich, in der Möglichkeit sich selbst zu entwickeln und zu verwirklichen sowie situationsadäquat mit seinen Abstimmungs- / Anpassungs- / Arbeits- & Kulturleistungen agieren und reagieren zu können.

Heil-Sein drückt sich darin aus, dass ein leibhaftiges Subjekt neue Erkenntnisse, die in seiner Situation und für seine Disposition hilfreich sind, angenommen und integriert hat, sich mit der Vergangenheit und den Objekt-Verhalten der Werdensgeschichte versöhnt hat und sich wieder neu organisiert, strukturiert und in seiner Identität / Integrität wie Sinnhaftigkeit & Würde wieder gefunden hat. **Heil-Sein** bedeutet nicht nur die „Auflösung umschriebener Störungen (Syndrome)“ (R. Schindler) sondern auch die Reintegration und Stabilisierung seiner Selbst auf einer neuen geistigen Metaebene im Selbstbild / Selbstwert & der Selbstsicherheit („Narzissmus“; Th. Klihm) und ein Arrangieren mit möglichen organismischen – psychischen – geistigen Einschränkungen im Alltag. Heil-Sein bedeutet aber auch, sein Leben als sinnvoll zu erleben (V. Frankl) und sich als „O.K.“ (Th. Harris) zu fühlen.

Sparkasse Rosenheim

Knr.: 380689646

BLZ.: 71150000

UID: ATU41094800

www.psychotherapie-klihm.de

www.selfness-persoenlichkeitsbildung.de

Sparkasse Kufstein

Knr.: 1400000087

BLZ.: 20506

**SELFNESS – Institut für Persönlichkeitsbildung, Traumaarbeit, Coaching/Supervision,
Psychotherapie**

Privat / Büro:

Mozartstr. 7, D-83101 Rohrdorf / Thansau

Tel.: D/08031/71934

Fax.: D/08031/737487

Dr. phil. Thomas Klihm

Seite 3

Institut:

Kaiserbergstr.22a, A-6330 Kufstein

Tel.: A/05372/68636

Mobile: 0049171/2064799

Die **Rolle des Krank-Seins** eines Subjektes geht zurück auf endogen und / oder exogen bewirkte Verwirrungen und Störungen organismischer / psychischer /geistiger Abläufe, die zu inadäquaten und unprägnanten verdeckten / privaten & offenen / öffentlichen Abstimmungs-, Anpassungs-, Entscheidungs- & Lösungsverhalten des Individuums führen und sich in gestörten Relativitäten (Kontakte / Beziehungen / Bindungen) in seinem Lebensraum zeigen.

Die Verhaltens- & Erlebisschemata / -Figuren dieser Rolle unterliegen dem chronifizierenden Effekt des primären und sekundären Krankheitseffektes, welche das Verhalten und Erleben eines Subjektes im Sinne einer Verstärkung aufrechterhalten. Ähnlich der Rolle des Gesund-Seins wirkt hier die „Gewohnheit“, das „Tradierte“ in Geist und Nervengeflecht: „Gewohntes“ – auch wenn es sich als schädlich für den „Leib“ herausgestellt hat bzw. deklariert wird – zeichnet sich dadurch aus, dass es sich schnell auf verschiedenste Auslösereize generalisiert und Neuronen- wie Assoziationsbahnen energetisch besetzt. Was den „Wandel“ äußerst erschwert (s.a. Watzlawick).

Die **Rolle des Krank-Seins** einer Person / Persönlichkeit kann aus der traumatherapeutischen und tiefenpsychologischen Sicht auf „alles psychische Material“ zurückgeführt werden, „welches aus inneren und äußeren Gründen auf krankmachende Weise desorganisiert geblieben ist, unabhängig davon, ob wir eine traumatische Situation im engeren Sinne als Ursache identifizieren können oder ob es ein Konflikt ist, der zum Stocken des menschlichen Wachstumsprozesses führte.“ (R. Plassmann)

Dem in einer Lebenssituation aktualisierten Ego-State, der sich in der Rolle des **Krank-Seins** befindet, fehlen in diesem Moment: Fertigkeiten, Kompetenzen, Fähigkeiten zur Lebensbewältigung (Copingstrategien) und er wird gehemmt in seinem Vollzug durch „Dressate“ (F. Künkel) sowie durch unbewusste Abwehrstrategien und neuronale Blockaden der Assoziationsbahnen zwischen den darin rekursiv verschachtelten Ego-States (J.G. Watkins) als Ich-Einheiten. Es kann dann zu Ohnmachtsgefühlen kommen, wenn die Undurchlässigkeit neuronaler Netze und von geistigen Grenzen der Ego-States keine adäquate Lösung zur Verfügung stellen kann und somit Rollenflexibilität verhindert. Außerdem kommt es zu Fehlverhalten / -erleben, wenn der aktivierte Ego-State auf Coping- und Abwehrstrategien früherer Ego-States für die erforderlichen Anpassungs- / Abstimmungs- / Arbeits- & Kulturleistung zurückgreift (maligne Regression) und sich in Wiederholungszwängen verstrickt.

Aus der Sicht der Dynamischen Gruppenpsychotherapie kann diese **Rolle des Krank-Seins** definiert werden als ein „sozial institutionalisierter Rollentyp“. Das betroffene Subjekt ist durch genetisch und epigenetisch erworbene und erlernte „Abwehrfiguren (Institutionalisierungen)“ und Einschränkungen in seinem Lebensvollzug behindert, „authentisch auf seelischer, leiblicher und sozialer Ebene“ (R. Schindler) mit seiner konstitutionellen Leistungsfähigkeit zu agieren und zu reagieren, um mit seiner aktuellen Disposition und dem geistig aktualisierten Ego-State auf übliche Anforderungen / Ansprüche / Zielsetzungen im Alltäglichen Leben rollenflexibel wie flexibel in Coping- und Abwehrstrategien zu antworten. Das Subjekt ist beengt und erstarrt auf „geistiger“, „psychischer“, „seelischer“ und / oder insgesamt auf der „ganzheitlich leiblichen Ebene“. „Kommunikations- und Beziehungsstörungen, in denen die psychischen, aber auch psychosomatischen Störungen (leiblicher Austragungsmodus) wurzeln, stammen aus internalisierten Frühkindlichen Konflikten mit Eltern

Sparkasse Rosenheim

Knr.: 380689646

BLZ.: 71150000

UID: ATU41094800

www.psychotherapie-klihm.de

www.selfness-persönlichkeitsbildung.de

Sparkasse Kufstein

Knr.: 1400000087

BLZ.: 20506

**SELFNESS – Institut für Persönlichkeitsbildung, Traumaarbeit, Coaching/Supervision,
Psychotherapie**

Privat / Büro:

Mozartstr. 7, D-83101 Rohrdorf / Thansau

Tel.: D/08031/71934

Fax: D/08031/737487

Dr. phil. Thomas Klihm

Seite 4

Institut:

Kaiserbergstr.22a, A-6330 Kufstein

Tel.: A/05372/68636

Mobile: 0049171/2064799

bzw. primären Bezugspersonen („primäre Gruppe“) und damit indirekt aus den Normen und Produktionsverhältnissen der Gesellschaft. Die Dynamik dieser Störungen wird als ‚Übertragung‘ in allen späteren und aktuellen Objektbeziehungen mobilisiert.“ (B. Dolleschka)

Literatur und Begriffsdefinitionen: siehe Aufsatz „Freiheit-Selfness“ und Plassmann, Reinhard: Die Kunst des Lassens, Psychosozial-Verlag, Gießen, 2007 ; Majce-Egger, Maria (Hg.): Gruppentherapie und Gruppendynamik – Dynamische Gruppenpsychotherapie, Fakultas, Wien, 1999 ; Peichl, Jochen: Die inneren Traumalandschaften – Borderline°Ego-State°Täter-Introjekt, Schattauer, Stuttgart, 2007 ; Saß, Henning/Wittichen, Hans-U./Zaudig, Michael, Houben, Isabel: Diagnostische Kriterien – DSM-IV, Hogrefe, Göttingen_Bern_Toronto_Seattle, 1998

Sparkasse Rosenheim

Knr.: 380689646

BLZ.: 71150000

UID: ATU41094800

www.nsvchotherapie-klihm.de

www.selfness-persönlichkeitsbildung.de

Sparkasse Kufstein

Knr.: 1400000087

BLZ.: 20506