



Seelische Verletzungen

Inhalt Heft 2– 2023

Editorial <i>Madeleine Monsch</i>	1
Seelische Verletzungen, Ihre toxischen Erinnerungen und Ihre Verborgenen Trotzmächte <i>Heidi Vonwald</i>	3
KINTSUGI Therapie von seelischen Verletzungen und Traumata aus logotherapeutischer Sicht einer Psychiaterin <i>Angela Ehrenzeller-Illies</i>	9
Die heilende Reise zum verletzten inneren Kind <i>Arno S. Arquint</i>	15
Persönliche Begegnung mit... <i>Interview R. Mühlbacher mit Klaus Käppeli</i>	20
«Vergessen, Mensch zu sein» <i>Erwin Keller</i>	27
Buch-Besprechungen/Empfehlungen	31
Vorschau: Heilende Zwiesprache zwischen den 3 Dimensionen <i>Peggy Paquet</i>	38
Informationen aus der SGLE/ Regionalgruppen <i>Peter Gumbal</i>	42
Informationen aus dem ILE <i>Reto Parpan</i>	44
Veranstaltungen	46

Herausgeber:	Vorstand SGLE
Redaktion:	Rosmarie Mühlbacher, St. Gallen; rmuehlbacher@bluewin.ch
Layout, Fotos:	André Brugger, St. Gallen
Erscheint:	2mal jährlich
Bestellungen bei:	Therese Hugentobler, Wildbergstr. 7, 9243 Jonschwil
Copyright:	by SGLE
Präsident SGLE:	Peter Gumbal, Rosenbergstrasse 4, 8820 Wädenswil
Homepage:	www.sgle.ch

EDITORIAL



Lieber Leserin, lieber Leser,

Vor einigen Jahren sah ich Bilder von unserem Sonnensystem. Eines davon wurde eine ganze Woche lang belichtet, sodass unserem menschlichen Auge tief verborgene Strukturen eines Planeten zugänglich waren. Nebst der unglaublichen Schönheit des Weltalls, war ich tief bewegt von der intensiven Kraft des Lichtes, das uns kosmische Wunder schauen lässt, wo wir sonst nur Dunkel sehen würden.

Ich arbeitete damals noch in einem Wohnheim für sucht- und psychisch kranke Menschen mit leidvollen, oft auch traumatisierten Biografien. Mit viel Gewinn absolvierte ich zeitgleich die Ausbildung am ILE in Chur. Mir wurde bewusst, wie wichtig es für meine Haltung und Begleitung unserer Bewohnenden war, dass ich nie das tiefere Hören, Wahrnehmen und Suchen des innersten Kerns eines Menschen verlieren darf. Den Ort also, wo jeder Mensch Heiliges und Unzerstörbares in sich trägt. Damit verbunden blieb es bis zum letzten Arbeitstag mein persönlicher Auftrag, meine Hoffnung auf Gesundheit und heilende Veränderungsprozesse auf eine sehr lange Belichtungszeit einzustellen.

In diesem Heft haben wir versucht, dem **Thema von seelischen Verletzungen/Traumatas und heilenden Wegen durch logotherapeutische Begleitung** nachzuspüren. Seelische Verletzungen bewirken tiefe Wunden in unserer Biografie, können Teile unserer Entfaltungsmöglichkeiten verschütten. Da, wo menschliche Individuation und innere Einheit wachsen sollten, kann ein durchlebtes Trauma schmerzvolle Bruchstücke hinterlassen. Die Autorinnen und Autoren dieses Heftes erzählen von ihren eigenen Erfahrungen und von logotherapeutischen Ansätzen. Und, ja, auch von lichtvollen Heilungswegen, welche sie mit Patientinnen und Patienten oft jahrelang gegangen sind: **«Das Gold will in die Bruchstelle!»**

Diese Aussage hörte ich zum ersten Mal von *Josua Boesch* (1922-2012), Goldschmied, Theologe und gottsuchender Ikonen-Künstler. In seinen Metallikonen verarbeitete er immer wieder Teile seiner eigenen schmerzvollen Biografie. Im letzten künstlerischen Arbeitsschritt übergab er seine Ikonen dem Feuerofen und nahm jeweils wahr, wie das flüssige Gold sich einen eigenen Weg in die Tiefe

bahnte. Diesen heilig-heilenden Prozess nahm er mit den Jahren auch in seinem eigenen Leben wahr.

Unser Kosmos steht keinen Moment still. So wünsche ich mir und uns allen, dass auch wir von innen her Bewegte bleiben! Für uns selbst um den innersten, heilen, unzerstörbaren Wesenskern wissen und diese Ressource auch in schwierigen und in guten Begegnungen mit anderen Menschen wirken lassen können.

Im Namen des Redaktionsteams

Madeleine Monsch



Seelische Verletzungen Ihre toxischen Erinnerungen und ihre verborgenen Trotzmächte



Dr. Heidi Vonwald

Psychotherapeutin (Logotherapie und Existenzanalyse), Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Supervisorin, Lehrbeauftragte der Donau-Universität Krems, Lehrtherapeutin in Österreich, in der Schweiz (im ILE), im Südtirol und in Barcelona, seit 27 Jahren in freier psychotherapeutischer Praxis in Innsbruck tätig. Mitglied des ILE-Stiftungsrates.

*Mich besitzt ein verklumpter Schrei
wie eingetrockneter Sauer Teig
lagert er in der Brust
und wartet auf seine Zeit
dann bläht er sich auf
durchsetzt den Körper
verschlingt Jahrzehnte...
(Vetter, 2005, S. 11)*

1. Seelischer Schmerz – der Sinn-Appell, um zu erkennen und Leiden zu transzendieren

«... *pati aude* – wage es, zu leiden.» Frankl (1998, S. 209)

Schwere seelische Verletzungen zeigen sich häufig versteckt, oft getarnt durch nicht sofort verstehbare Leiden, somatoforme und psychische Präsentier-Symptome, sowie Persönlichkeitsmerkmale mit auffallender Unterwerfung (*fawn response*). Die seelischen Wunden mit ihren toxischen Speicherungen werden durch den chronischen Schmerz sichtbar. Es gilt dann diesen Sinn-Appell wahrzunehmen, die Einladung zu einer vertieften Erkenntnis und Wandlung der verkapselten Erinnerungen anzunehmen. Viktor E. Frankl lebte es persönlich vor – zweieinhalb Jahre menschenverachtende Tortur in vier verschiedenen Konzentrationslagern, Verlust seiner Familie. Nur seine rechtzeitig nach Australien ausgewanderte Schwester hatte dieses Grauen überlebt.

Frankl zeigt Wege auf, wie auch ein zunächst zerbrochenes Selbst als Ganzheit wieder erfahren werden kann, wie unzerstörbar Heilgebliebenes geborgen wird und die Rückbindung an das Urvertrauen wieder tragen kann.

KINTSUGI -

Therapie von seelischen Verletzungen und Traumata aus logotherapeutischer Sicht einer Psychiaterin



Dr. med. Angela Ehrenzeller-Illies

Geb. 1961 in Deutschland. Lebt und arbeitet seit 1995 in Basel als Supervisorin und Psychiaterin in eigener Praxis. Ausbildung in Logotherapie bei E. Lukas bis 1989, Gründungsmitglied der Schweiz. Gesellschaft für Logotherapie und Lehrtätigkeit am Churer Institut für Logotherapie seit Beginn 1995 für viele Jahre. Zunächst Ausbildung zur Allgemeinärztin, nach Kinderpause Ausbildung zur Psychiaterin und Psychosomatikerin. Viele Weiterbildungen u.a. in ACT Acceptance- und Commitment Therapie, PITT (Psychodyn. Imaginative Traumatherapie L. Reddemann), KiP (Katathym imaginative Therapie) und hypnosystemischer Therapie.

Was ist «Kintsugi» und was hat es mit Logotherapie und Trauma zu tun? Dazu möchte ich ein wenig ausholen:

Es war vor genau 40 Jahren an einem verregneten Nachmittag in einer Buchhandlung. Dort fiel mir als junger Medizinstudentin Frankls Buch *«...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager»* in die Hände. Das war ein Wendepunkt in meinem Leben: das Buch hat mich sehr berührt und ergriffen. Dieses Wissen, dass jemand eine Therapierichtung entwickelt hat, die aus dem eigenen Leben und Leiden erwachsen ist, war es, was mich damals bewegte, zu Frankl zu pilgern, seine Vorträge zu hören und dann die Logotherapieausbildung bei Elisabeth Lukas zu absolvieren.

Der Begriff *«Trauma»*, wie wir ihn heute üblicherweise verwenden, ist kein zentrales Konzept in Viktor Frankls Werk. Obwohl das Wort *«Trauma»* in seinen Schriften nicht explizit vorkommt, sind viele seiner Ideen und Erkenntnisse relevant, um Erfahrungen zu verstehen und zu bewältigen, die wir heute als traumatisch betrachten würden: nämlich eine tiefe seelische Verletzung, durch überwältigende Ereignisse, die Bedrohung für das Leben oder die körperliche Unversehrtheit bedeuten und denen der Mensch ohnmächtig ausgeliefert ist.

Dabei kann man rückblickend Viktor Frankl im Grunde als den *«Urvater der Traumatherapie»* bezeichnen, da er durch seine grausamen Erfahrungen im Konzentrationslager selbst schwerste Traumatisierungen erlitten und seine Logotherapie an sich selbst entwickelt und erprobt hat. Ich denke nur beispielsweise daran, wie er beschreibt, als er auf dem Todesmarsch im Konzentrationslager war, durch eisige

Die heilende Reise zum verletzten inneren Kind

Durch Wertimaginationen alte Verletzungen heilen



Arno S. Arquint

Geb. 1979 in Scuol. Studium in Theologie, Psychologie und Religionswissenschaften an der Universität Freiburg im Üechtland. Danach während ein paar Jahren Tätigkeit als Seelsorger im Engadin. Ausbildung zum eidgenössisch anerkannten Psychotherapeuten (Logotherapie und Existenzanalyse). Seit 2001 Psychotherapeut und Paarberater an einer öffentlichen Beratungsstelle in Chur (www.paarlando.ch). Seit 2006 mit der Wertimagination nach U. Böschmeyer vertraut. Intensive Anwendung derselben und Ausbildung von Menschen in dieser Methode. Dozent am ILE in Chur und dort auch als Supervisor und Lehranalytiker tätig.

Beruhend auf dem existenzanalytischen Menschenbild von *Viktor E. Frankl* hat sein Schüler *Uwe Böschmeyer* die **Wertimagination** entwickelt:

Wertimaginationen sind bewusste Wanderungen zum unbewussten Geist. Frankl wies nachdrücklich darauf hin, dass es im Menschen nicht nur triebhaft Unbewusstes gibt, wie Freud postulierte, sondern auch geistig Unbewusstes. Durch Wertimaginationen ist dieses geistig Unbewusste erfahrbar und kann dadurch auch für die psychotherapeutische Praxis fruchtbar gemacht werden.

Einerseits können Menschen in und durch Wertimaginationen mit ihren geistigen Kräften, Ressourcen und Potentialen (z.B. Freude, Zufriedenheit, Grosszügigkeit, Dankbarkeit, Mut, Weisheit, Liebesfähigkeit, Vertrauen, etc.) in Berührung kommen bzw. diese entdecken und dadurch sehr stärkende und nährende Erfahrungen machen. Andererseits ist es möglich, durch Wertimaginationen biografisch, besonders auch im Verletzungsbereich, zu arbeiten. Dadurch können bewusste oder auch unbewusste Verletzungen, Blockaden und Traumata bearbeitet und so gut wie möglich geheilt werden.

Ein Beispiel aus der Praxis soll dies verdeutlichen:

Ein noch jugendlich wirkender, ca. 40 Jahre alter Mann kommt in die Sprechstunde. Er erzählt, dass er kürzlich zum zweiten Mal Vater geworden ist. Beruflich ist er erfolgreich, seine Arbeit erfüllt ihn. Er wird allgemein wegen seiner höflichen und zuvorkommenden Art geschätzt. Er hat auch ein paar gute Kollegen, allerdings hat

Persönliche Begegnung mit...



Klaus Käppeli im Gespräch mit Rosmarie Mühlbacher, Vorstandsmitglied SGLE

Klaus Käppeli, lic.phil I, geb. 1948, wohnhaft in Eggersriet SG, Vater von drei erwachsenen Söhnen, Grossvater von sieben Enkelkindern. Grundausbildung in Heilpädagogik und Schulpsychologie an der Uni Fribourg. Während 15 Jahren Schulpsychologe in der Stadt St. Gallen. Weiterbildung in integrativer Körperpsychotherapie, Pränatalpsychologie, Paar- und Familientherapie und biodynamische Craniosacralbehandlung mit Abschluss als Fachpsychologie für Psychotherapie (FSP). Seit 1988 eigene Praxis für somatische Psychotherapie und Integration prä- und perinataler Erfahrungen in St. Gallen. E-Mail: klaus.kaeppli@bluewin.ch

Der Schwerpunkt der kommenden Zeitschrift ist dem Thema «Seelische Verletzungen» gewidmet. Dieses haben wir bewusst so gewählt, weil wir den Begriff «Trauma» nicht in den Mittelpunkt stellen wollten, da er unserer Meinung nach in letzter Zeit etwas inflationär verwendet wird. Was meinst du zum Gebrauch dieser Begriffe?

Ich bin skeptisch in Bezug auf den Trauma-Begriff, weil man zu sehr verleitet wird, das Schwierige ins Zentrum zu stellen. Ich benütze lieber das Wort «Herausforderung im frühesten Alter». Z.B. kann eine Intervention während der Schwangerschaft eine traumatische Erfahrung sein oder es kann eine daraus werden, muss aber nicht ein Trauma per se sein. Es ist aber auf jeden Fall eine Herausforderung für das Baby, weil der Körper im genetischen Bauplan kein «Rezept» auf Interventionen von aussen hat. Bei einer guten Begleitung (z.B. bei einem Ultraschall-Untersuchung) kann das Baby das Ereignis wieder loslassen. Andernfalls bleibt es im aktiven Alarmzustand.

Du hast dich nach deinem Grundstudium in diversen Zusatzausbildungen weitergebildet, u.a. in der Behandlung von traumatischen Erfahrungen vor und während der Geburt bei Babys und Erwachsenen. Wie bist du darauf gestossen?

Buch-Besprechungen/ Empfehlungen

Barbara Pacht-Eberhart:

Vier minus drei.

Wie ich nach dem Verlust meiner Familie zu einem neuen Leben fand.

Heyne, München 2012, 351 S. ISBN: 978-3-453-70203-5 (Print)



Die gebürtige Wienerin Barbara Pacht-Eberhart legt in ihrem Buch ein authentisches und berührendes Zeugnis davon ab, dass selbst nach einem schweren Schicksalsschlag Leben wieder gelingen kann. Die ehemalige Rote-Nasen-Clowndoktorin verlor 2008 ihren Mann und ihre zwei kleinen Kinder bei einem Verkehrsunfall. Ihr Buch zeichnet ihren Weg nach von der Zeit, als sie ihren späteren Mann kennenlernte, bis zum Tag, als sich der Unfall jährte. Ein Nachwort zur aktuellen Ausgabe beschliesst das Buch.

Seifenblasen! Welches Kind kennt und liebt sie nicht? Pacht-Eberhart greift das Bild der Seifenblasen zu Beginn ihres Berichts auf: «Sind die Seifenblasen vielleicht die ersten Boten, auserkoren, die Nachricht von der Vergänglichkeit der Dinge in das Leben eines Kindes zu tragen? Wo auf unserem Weg geht uns das kindliche Lachen verloren, darüber, dass alles irgendwann verschwindet und zerplatzt?» Doch selbst wenn sie zerplatzt sind: Was bleibt, ist das Bild dieser Seifenblase in unserem Kopf, die Freude, die sie uns beschert hat. Genau das ist, was Pacht-Eberhart nachzeichnen kann: solche Seifenblasenbilder, bleibende Eindrücke. Es sind «fröhliche Geschichten von jenem unschätzbaren Wert, den nur das Unwiederbringliche uns zu offenbaren mag».

Der Autorin präsentieren sich ihre Erinnerungen an die Zeit mit ihrem Mann Helmut (Heli) und den Kindern Thimo und Valentina, als würden sie sich immer wieder von Neuem wie bunte Glassteinchen eines Kaleidoskops zusammenfügen. Immer wieder präsentieren sich andere Erinnerungsfetzen. Erinnerungen – das Einzige, was der Witwe und verwaisten Mutter geblieben sind. «Was, wenn ich sie verliere?», fragt sie sich angstvoll. «Es gibt, das hat mir die Erfahrung gezeigt, einen Weg, die Erinnerung lebendig zu erhalten. Dieser Weg heißt *Leben*», fügt Pacht-Eberhart an. Es braucht Anknüpfungspunkte, um Erinnerungen abzurufen, und diese findet sie in der Gegenwart. Je lebendiger sie sich fühle, umso kräftiger seien die Bilder der Vergangenheit, und sie resümiert: «Zurückschauen fällt dem leichter, der in Liebe weitergeht.»

Volker Halfmann:

Mein goldener Sprung in der Schüssel: Wie ich als Pastor mit meinen Zwangsstörungen und der Alkoholabhängigkeit lebe

SCM R. Brockhaus-Verlag, 2019, 272 S. ISBN: 978-3-417-26872-0



Die ergreifende Biografie eines Pastors, der mit vielem zu kämpfen hat: Alkohol, Tabletten, Ängste, eine Essstörung, Selbstmordgedanken. Er landet in der Klinik. Es folgt der Rückfall. Ein erneuter Psychiatrieaufenthalt. Die Welt um ihn herum zerbricht. Mühsam arbeitet er sich immer wieder ins Leben zurück, und er weiß heute: Gott kann ihn gebrauchen - auch zerbrochen und angeschlagen.

Wolfram Kurz

Sinn suchen, entdecken, verwirklichen

Verlag Lebenskunst



Jeder will sinnvoll leben und sein Leben als sinnvoll erleben. Das Buch ist zum einen für jeden gedacht, der im Vorblick auf seine Lebenssituation und im Rückblick auf seine Fähigkeiten nach Sinnmöglichkeiten sucht. Für jeden, der Anregungen für seine Sinnphantasie möchte und seine Sinnvitalität steigern möchte. Speziell ist es für die praktische Arbeit derjenigen gedacht, die professionell die Logotherapie vertreten und bemüht sind, den Prozess der Sinnsuche im Gespräch mit dem Klienten zu verlebendigen und inhaltlich zu optimieren. Das Buch enthält eine Fülle von Ideen für die sinnorientierte Gesprächsführung.

Bezugsquelle: Tübingen 2020, gebunden, 276 S. , 19,80 €, info@logotherapie.net

Rezension: Dr. Reto Parpan / www.logotherapie.net / Infomaterialien

Vorschau: Heilende Zwiesprache zwischen den 3 Dimensionen



Peggy Paquet, Heilpraktikerin und Logotherapeutin

Studium der Pharmazie (FH), Logotherapieausbildung am Süddeutschen Institut für LT&EA bei Frau Dr. Elisabeth Lukas, Zulassung als Heilpraktikerin für Psychotherapie, Anerkennung zur Supervisorin (DGLE). Kinder-Traumatherapie. Therapeutische Beratung für Einzelpersonen, Paare und Familien, Supervisorin und Referentin, Seminartätigkeit. Mitglied im Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater e.V. und Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE).

Liebevolle Zwiesprache® - Entwicklung einer neuen Körperorientierten Gesprächs- Trauma-Therapiemethode zur Lösung von emotionalem Schmerz und Integration heilsamer Wesensqualitäten inkl. Ausbildungstherapeutin.

Im kommenden Oktober erscheint Peggy Paquets Buch zu ihrer Methode der Liebevollen Zwiesprache. Diese lässt uns durch seelische Verletzungen spürend hindurchgehen. Sie basiert auf den Ergebnissen der aktuellen Traumaforschung und ist Ergebnis eigener Erfahrungen der Autorin. Im Folgenden lesen Sie die Einleitung zum Buch der deutschen Logotherapeutin. Die Publikation werden wir übrigens nach ihrem Erscheinen auf unserer Website vorstellen.

Der Begriff Liebevolle Zwiesprache bezieht sich auf das Menschenbild hinter dieser therapeutischen Methode. Dieses beschreibt, dass wir aus unserer geistigen Dimension mitfühlend auf unseren Körper und unsere Psyche schauen und uns liebevoll ansprechen können. Es verdeutlicht, dass es sich um einen inneren Prozess handelt, durch den wir uns selbst achtsam hindurch navigieren können.

Jahrelang hatte ich wiederholt gehört und gelesen: «Du musst deine schmerzhaften Gefühle zulassen. Du musst durch deine Gefühle hindurchgehen.» Das hatte mir immer eingeleuchtet, die Frage blieb: Wie funktioniert das praktisch? In den meisten Fällen stand dazu nichts Weiteres geschrieben. Wenn ich es versuchte, blieb ich in meinen Gedanken, in Bildern und Begriffen stecken, und das Ergebnis blieb das gleiche. Ich kam durch meine Gefühle nicht hindurch.

Mit meinem damaligen therapeutischen Wissen kam ich mit mir selbst und in meiner Arbeit mit meinen Klienten immer wieder an die Grenze, dass destruktive emotionale Kräfte die Umsetzung jeder noch so sinnvollen Einsicht vereitelten.