

Die Individuations-Therapie: Symptome durch Selbstentwicklung und Selbstverwirklichung einfach überflüssig machen?

Individuation – Selbstentwicklung und Selbstverwirklichung

Individuation verläuft zweigleisig: einerseits bedeutet es, die Reifung der Person zum wahrhaft Menschlichen zuzulassen; andererseits ist diese Reinigung (von Konditionierungen) und Reifung des Ichs das Fundament für eine solide Gesundheit und ein befriedigendes Leben. Verläuft die Individuation unbehindert, ist der Mensch gefühlsmäßig FREI, besitzt ein stabiles Selbstwertgefühl, unterhält gute, erfüllte Beziehungen zu seinen Mitmenschen, und er ist kaum körperlich krank. Er kann sich den wechselhaften Herausforderungen, die sich in verschiedenen Lebensphasen zeigen, gut stellen, und sie bis zum Lebensende erfolgreich meistern und er kann eines Tages im Frieden mit sich selbst sterben.

Körper und Seele, zwei Seiten – eine Medaille

Immer wenn uns Schmerzen quälen die wir lindern können, indem wir eine Schonhaltung einnehmen, verhalten wir uns entsprechend. Und wenn wir wieder Schmerzen haben, nur an anderer Stelle, wiederholt sich der Vorgang. Auf diese Weise nehmen wir eine Zwangshaltung nach der anderen an, bis der Organismus die Summe dieser Fehl- oder Ausgleichsfunktionen nicht mehr kompensieren kann – es entstehen handfeste Beschwerden. Oft ist der Rücken davon betroffen und seine Bewegungsfreiheit soweit eingeschränkt, dass bereits eine falsche Bewegung ausreicht und wir erleiden einen „Hexenschuss“ oder, schlimmer noch, einen Bandscheibenvorfall.

Werden vom Arzt oder Heilpraktiker die Blockaden rechtzeitig gelöst, ist der Körper wieder im Ausgangszustand und Sie fühlen sich ...wie neugeboren.

Dieser Vorgang vollzieht sich in ähnlicher Weise in der Seele. Wir reagieren auf Verletzungen mit Abwehrmechanismen, um seelischen Schmerz zu vermeiden. Verdrängung und Vermeidung sind die wesentlichen Schonhaltungen der Seele, mit der das innere Gleichgewicht wiederhergestellt und aufrechterhalten wird. Dieser Vorgang wiederholt sich so lange, bis die Eigenregulierung nicht mehr ausreicht und die Seele nach einem neuen Ausweg sucht, was sich schließlich in Form von chronischen Beschwerden und Schmerzzuständen aller Art bis hin zur manifesten Erkrankung ausdrückt. Ein seelisches Problem wird auf die körperliche Ebene verschoben. Die Folge sind vor allem psychosomatische Erkrankungen.

Beispiel: Wenn ein Mensch zu rücksichtslos mit sich umgeht, er sich überlastet, kommt es zu einem Migräneanfall, der dann zu einer Zwangspause führt, in der Körper und Seele sich wieder erholen können.

Heilung und Genesung

Roberto Assagioli, italienischer Arzt, Psychiater und Psychologe schrieb in seinen Publikationen zur „Psychosynthese“, dass die Reifung der Person kein Selbstzweck ist, sondern zum Ziel hat, „die Energien des Selbst zu befreien“. David Hawkins, US-amerikanischer Arzt und Psychiater, sowie Kenneth (Ken) Wilber, der führende Experte und Autor im Bereich der In-

tegralen Theorie, haben Stufenmodelle der Selbstentwicklung ausgearbeitet, mit denen verschiedene Störungsbilder spezifischen Entwicklungsstufen zugeordnet werden können. Diese Modelle der menschlichen Entwicklung ermöglichen dem Individuations-Therapeuten neben den herkömmlichen Diagnoseverfahren eine weitere differenzierte Einschätzung von problematischen psychischen Zuständen, um die jeweils indizierten Therapieziele und therapeutischen Ansätze genauer zu bestimmen.

Die Individuations-Therapie berücksichtigt alle Aspekte menschlicher Existenz, wobei die Aufarbeitung und Integration von unterdrückten, konflikthaftern Anteilen im Unterbewusstsein und der persönlichen Vergangenheit eine wesentliche Rolle spielen.

Praktische Umsetzung

Wege aus der Krankheit sind:

- das klassische Re-konditionieren spezieller neurotischer und psychosomatischer Reaktionen.
- die allgemeine Befreiung der Seele.

Der Klient gewinnt in Hypnose temporär Abstand von seiner allgemeinen, lebensgeschichtlich erworbenen Realitätsorientierung. Es kommt zu einer Abwendung von der äußeren und Hinwendung zu seiner tieferen Wirklichkeit.

Im Idealfall gehen Therapeut und Klient gemeinsam in Trance. Hierdurch wird dem Klienten ein Erfahrungsraum eröffnet, um mit den Bewusstseinsqualitäten des Therapeuten in Resonanz zu treten. Das Mitschwingen im Bewusstsein des Therapeuten kann bereits zu einer Relativierung eigener Identifikationen und Rollenvorstellungen und zu neuen Sichtweisen auf das eigene Leben führen. So wie an heiligen Stätten es zu einem plötzlichen Stimmungsumschwung und Sinneswandel kommen kann.

Die Individuations-Therapie hat zum Ziel, den Menschen wieder in ein natürliches Gleichgewicht zu bringen. In Trance macht er Bekanntschaft mit seiner Einmaligkeit, dem FREI-SEIN, mit dem was war, bevor ihm seine Lebenserfahrungen zusetzten, bevor er seine Schutz- und Abwehrhaltungen und seine Überlebensstrategien entwickelte. Wir arbeiten in diesem Ur-Zustand mit Metaphern, Bildern und Gefühlen – wir führen körperliche und seelische Reinigungsprozesse durch. Alte Glaubenssätze werden verabschiedet, Schuldfragen gelöst und innere Verträge geschlossen. Sukzessive fühlt sich alles leichter an ...und beginnt zu fließen. Ich nenne es FREI-SEIN, weil frei von Abwehrmechanismen mit den damit verbundenen seelischen und körperlichen Folgeerscheinungen.

Es ist oft sehr überraschend, zu sehen, wie körperliche Symptome einfach verschwinden, sobald eine Entlastung von seelischen Problemen durch eine Übertragung auf die körperliche Ebene nicht mehr stattfindet.

Autor:

Hypnotherapeut und Heilpraktiker für Psychotherapie (HPG)

Klaus Ulbrich
Stettiner Weg 2
31698 Lindhorst

Kontakt:

Telefon: 05725-2758597

Mobil: 0152 01740920

E-Mail:

kontakt@ganzheitliche-hypnotherapie.de