

Bitte klopfen! Dann fließt die Energie

Symposium in der Dr. Becker Burg-Klinik / Klopftherapie in Theorie und Praxis

Beim Symposium am 16. April in der Dr. Becker Burg-Klinik drehte sich alles um den Begriff der „Energie“. Dr. Michael Bohne stellte seine „Klopftherapie“ nicht nur theoretisch vor, sondern vertiefte sie anschließend im Workshop.

Stadtlengsfeld (WS) - „Was wir hier machen, sieht schon ziemlich banal aus“, so Dr. Michael Bohne und klopfte sich gegen Stirn, Brustbein und Achselhöhle. „Aber es wirkt tatsächlich“, fuhr der Psychiater und Psychotherapeut beim Symposium der Dr. Becker Burg-Klinik fort. Hierbei ging es um den „Energiebegriff in der Psychosomatik“. Und genau hier setzt die „Klopftherapie“ an, welche der Hannoveraner selbst weiter entwickelte und sie auch „Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie“ (PEP) nennt. Durch das Bearbeiten bestimmter Körperpunkte, beispielsweise begleitend zu einer Psychotherapie, sollen Blockaden gelöst und Energie wieder frei gesetzt werden. Dr. Bohne animierte

den kompletten Vortragssaal mitzumachen und seine Methode im Selbstversuch zu testen. Viele der Teilnehmer bestätigten eine Wirkung. Auch ein Patient, der an Burn-Out erkrankt ist und sich freiwillig für einen Test gemeldet hatte, spürte eine deutliche Linderung seiner Ängste und inneren Unruhe.

Zuvor hatten Dr. Holger Stüb, Chefarzt der Dr. Becker Burg-Klinik, und der Leitende Psychologe Dr. Andreas Schmidt bereits zum Thema hingeleitet. „Es ist unglaublich, wie viel Kraft die Seele dem Körper zufließen vermag“, zitierte Dr. Stüb den Gelehrten Wilhelm von Humboldt. Der Chefarzt machte deutlich, mit wie vielen verschiedenen Therapiemöglichkeiten die Stadtlengsfelder Reha-Klinik arbeitet, um diese Kraft bzw. Energie wieder freizulegen. Ob mit Hilfe von Gesprächs-therapie, mit Entspannungsvorfahren wie Yoga, mit ausgereiften Sportarten wie dem Bogenschießen oder der Gestaltungs-therapie: Patienten finden hier wieder die

nötige Ruhe, um Kraft zu schöpfen und eigene Ressourcen freizulegen. Dabei hilft ihnen die idyllische und ruhige Lage der Klinik, zu Beginn ihres Aufenthalts erst einmal zu „entschleunigen“, um sich überhaupt auf die verschiedenen Therapieformen einlassen zu können. „Ich wünsche Ihnen, dass Sie im Anschluss ein Stück der Energie der Burg mitnehmen“, schloss Dr. Stüb seine Begrüßung.

Einen weiteren Schwerpunkt der Burg-Klinik griff Dr. Andreas Schmidt auf. Er führte die alarmierenden Zahlen aus der Arbeitswelt heran: Psychische Erkrankungen sind immer häufiger Grund für Fehltag und sogar Frühverrentung. Laut einer AOK-Studie aus dem letzten Jahr stieg die Anzahl der durch psychische Störungen wie beispielsweise Depressionen verursachten Fehltagen in den letzten 12 Jahren um fast 80 Prozent. Die Betroffenen selbst leiden unter einem Energieverlust, an Erschöpfungszuständen. Mit folgenden drei Strategien könne

jeder seine Energie zurückgewinnen: Erholung, Entlastung und Einstellungsänderung. Letztere sei allerdings meist nur mit Hilfe von Psychotherapie zu bewerkstelligen. Die Dr. Becker Burg-Klinik bietet seit Jahren eine Gesprächsgruppe, die sich speziell mit den Themen der Arbeitswelt befasst. So können sich Arbeitnehmer, die aufgrund verschiedener Arbeits-themen „ausgebrannt“ sind, unter professioneller Moderation untereinander austauschen und eben diese Themen aufarbeiten.

Angar Grützmacher, Psychologe in der Burg-Klinik, fasste im folgenden wesentliche Elemente der Positiven Psychologie wie Gefühle der Dankbarkeit und des Verzehens zusammen, die zu mehr Energie führen. Im nächsten Frühjahr plant die Klinik ein separates Seminar zu diesem Thema. Danach stellte Jutta Heller, Leiterin der Abteilung Physiotherapie, eine in der Einrichtung praktizierte Therapiemethode vor, die ebenfalls Energien freisetzt: Das Qigong. Mit Hilfe



Dr. Michael Bohne erklärte und machte es vor.

Foto: privat

von Atemübungen, aber auch durch das Drücken und Klopfen bestimmter Punkte, wird hierbei das „Qi“ – also die Energie – geweckt. Das Symposium war die Auftaktveranstaltung zum diesjährigen Jubiläum „20 Jahre Dr.

Becker Klinikgruppe in Thüringen“. Die Burg-Klinik und die Bad Liebensteiner Heinrich Mann Klinik gehören in diesem Jahr seit zwei Dekaden zu der Kölner Unternehmensgruppe und feiern dies mit diversen Veranstaltungen.