

IBT-Tagung 2019

Heilsame Wege gehen. Leib- und Bewegungspsychotherapie in der Natur

Die Deutsche Gesellschaft für Integrative Leib- und Bewegungstherapie e.V. (DGIB) lud vom 9. bis 11. August 2019 nach Aulendorf zu einer Sommertagung mit dem Thema „Heilsame Wege gehen“ ein. Vorneweg: Es wurde eine sehr persönliche Tagung in einer herrlichen Umgebung. Bereits durch das wunderbare Ambiente wurden die TeilnehmerInnen eingeladen, in einen intensiven Austausch mit der Natur zu treten.

Hilarion G. Petzold, Mitbegründer der Deutschen Gesellschaft für Naturtherapien und mit Johanna Sieper und Ilse Orth Begründer der Integrativen Therapie, beschäftigte sich in seinem Vortrag mit dem subjektiven Erleben von Leib und Natur. Eine seiner Kernaussagen: Wenn wir wirklich in die Natur gehen, gehen wir zu uns; wir sind dann nicht in Distanz zur Natur, sondern „wir sind Natur“. Petzold gab einen Überblick über seine Kerngedanken aus seinen zahlreichen Publikationen zum Thema Natur, Green Care, Ökopsychosomatik und zur Verschränkung von Exterozeption (Außenwahrnehmung) und Interozeption (Innenwahrnehmung durch „eigenleibliches Spüren“).

Martin J. Waibel zeigte aufgrund seines langjährigen klinisch-stationären Schaffens die Möglichkeiten und Grenzen naturtherapeutischer Interventionen im Rahmen der Integrativen Bewegungstherapie (IBT) auf. Bio-psycho-sozial-ökologische Heilungswirkungen könnten sich dann besonders entwickeln, wenn der/die PatientIn in einem gut strukturierten klinischen Setting differenzierte Naturerfahrungen sowohl aus biologischer Sicht (z. B. Ausdauerbewegung), psychischer Sicht (bedeutsame emotionale Erfahrungen), sozialer Sicht (Verbundenheit in der Gruppe) und ökologischer Sicht (Einbettung in die Umgebung) erfahren kann. Die IBT biete hierfür ein reiches Erlebnis- und Erfahrungsspektrum an.

Die weiteren Vertiefungen der Tagung reichten von der Subjekt-Objekt-Spaltung (Hans-Jürgen Scheurle) in der Sinnenlehre Rudolf Steiners über die Begegnung mit der eigenen Natur über Korrespondenzerfahrung in der umgebenden Gesellschaft von Bäumen und anderen Lebewesen im Park (Tom Ullrich) zu Erfahrungsangeboten mitten in der Stadt (Annette Höhmann-Kost). Die Erweiterung und Schärfung der eigenen Wahrnehmung durch Blicke und Erfahrungen in Nähe und Weite sowie die Bedeutung des eigenen sicheren Ortes in der Natur seien nicht „nur“ subjektiv besonders beruhigend, sondern inzwischen auch evidenzbasiert in Bezug auf Stress gesichert. Hilarion Petzold spannte den Bogen von biografischen, im „Leibgedächtnis des Informierten Leibes“ „internalisierten und interiorisierten“ Erfahrungen und zeigte die heilsame Wirkung von Naturerfahrungen durch die Aktivierung von „guten Orten der Kraft“, die als „psychologische Medikamente“ gegen akuten Alltagsstress genutzt werden können oder als „Green Meditation“ innere Ausgeglichenheit (Euthymie) und persönliche Souveränität (*oikiosis*, ein Zuhause sein bei sich und der Natur) fördern können.

Die Tagung wurde durchdrungen von der Intention der Veranstalter, keine Massen zu versammeln, sondern in persönlichen Dialogen und polylogenen Gemeinsamkeiten Verschiedenheiten und die vielseitige Lebendigkeit sowie den Reichtum bewegungstherapeutischer Arbeit auszutauschen. Dies wurde besonders im Schlussforum des „Polyloges“ (alle ReferentInnen waren noch anwesend) Kontrapunkt zur monologen Rede.

Hanna Kysely