

*BEATE GOTTWALD -TRUMMER
CHRISTIAN GOTTWALD*

München, den 22.11.2009

Liebe Freunde und Interessenten an unserer Arbeit,

mit herzlichen Grüßen und guten Wünschen schicken wir Ihnen und Euch unser Programm für 2010. Statt eines längeren Briefes möchten wir auf den ausformulierten Text eines Vortrags von Christian hinweisen, den man von unserer Website www.gottwald-eidos.de unter „Veröffentlichungen“ herunterladen kann. Den Vortrag hielt er vor Kolleginnen und Kollegen beim Arbeitskreis für Psychotherapie in Bad Wildungen und unterlegte ihn bei einer Vortragsreihe im Rahmen der Erfurter Psychotherapiewoche mit konkreten Beispielen aus Veränderungsprozessen aus der Praxis. Der Titel des Vortrags lautet: **"Heilsame Begegnung in der Therapie- und Individuationsarbeit"**. In ihm sind wesentliche Anliegen, mit denen wir uns im Augenblick beschäftigen, ausführlicher und differenzierter beschrieben als es im Rahmen eines Briefes möglich wäre.

Die zentrale Hypothese des Vortrags besteht darin, dass die wirksamste Form einer Therapie mit dem Anspruch, Heilung zu ermöglichen, eine gemeinsame Arbeit an der Individuation von Menschen ist. Das wird bestätigt durch Studien zur Wirksamkeit der Psychotherapie. Aus ihnen geht hervor, dass die Wirksamkeit psychotherapeutischer Prozesse lediglich zu 15% aus Besonderheiten von Psychotherapiemethoden resultiert. 15% der Wirksamkeit erwächst aus so genannten Placeboeffekten, also daraus, ob Patienten Hoffnung auf eine Gesundung haben. 30% der Wirkung erwächst aus der Gestaltung der therapeutischen Beziehung und 40% daraus, was Menschen in ihrem Alltag erfahren. Aus unserem Ansatz mit dem Anspruch auf langfristige Heilung und Persönlichkeitsentwicklung ergibt sich, dass Menschen mit Recht Hoffnung schöpfen, da wir besonderen Wert auf die gemeinsame Gestaltung einer heilsamen Begleitung legen und da die Menschen lernen, in ihrem Alltag achtsamer und präsenter zu werden. So können sie ihr Leben immer bewusster gestalten und sich sinnvoller selbst begleiten. Gemeinsam kreierte heilsame Begegnungen erhöhen die Wahrscheinlichkeit von Veränderungsprozessen, in denen Menschen sich zunächst immer wahrhaftiger und realistischer wahrnehmen und dann wohler und gesünder fühlen und effektiver handeln können, also sich in einem realistischen Bezug zum großen Ganzen individuieren.

Das Charakteristikum von Individuationsprozessen sehen wir darin, dass sie zu Erfahrungen des Wesentlichen im Menschen jenseits seiner geschichtlichen Prägung führen können. Immer mehr Potenziale und Optionen in der Verbindung mit dem großen Ganzen können entdeckt und verwirklicht werden. Individuation führt zur Verantwortung und Veränderung der erlebten, also der eigentlich bedeutsamen Welt. Derartige Transformationsprozesse sind viel leichter und mit einfacheren Mitteln möglich, als die äußere Welt zu verändern, und in der heutigen Zeit mit ihren Krisen sinnvoller denn je. Jede gegenwärtige Situation enthält unendlich viele Wirkfaktoren und Gestaltungsmöglichkeiten. Dabei können wir unterscheiden, was wir brauchen und vieles entdecken, was wir entbehren können.

Beate Gottwald-Trummer Christian Gottwald