

...von der Haarwurzel bis zum kleinen Zeh...

...schuf sie Richtlinien für die Behandlung schwer gestörter Menschen....

...ich erinnere Deine besonderen Hände, die zum Verweilen, Ausruhen,
zum lebendigen Kontakt und Bewegen einladen....

....die bedeutendsten Antworten auf die sich verändernden
Anforderungen an eine körperbezogene Psychotherapie gegeben hat....

...da ist immer die Hoffnung spürbar, dass der Kontakt, die Beziehung und die Heilung
gelingt....

Liebe Sophie Krietsch!

Herzlichen Glückwunsch zu Deinem 80. Geburtstag.

Es gratulieren

Ute Schröder.....	S. 3
Dr. Gerlind Ottensmeier.....	S. 4
Karin Barkhausen.....	S. 7
Cornelia Gudden.....	S. 9
Birgit Heuer.....	S. 10
Ulrike Lichtenberg.....	S. 12
Dr. Angela von Arnim.....	S. 13
Verena Lauffer.....	S. 15
Rita Zebisch.....	S. 16

Liebe Sophie Krietsch,

Herzlichen Glückwunsch zu Deinem 80. Geburtstag.

Ich möchte Dein persönliches Jubiläum zum Anlass nehmen, Dir für Deine gute FE-Arbeit zu danken.

Deine über Jahrzehnte gewachsene theoretische und methodische Ausarbeitung „zum Boden, zum tragenden Boden und seinen Übertragungen“ haben die FE-Arbeit wesentlich erweitert. Sich auf den Weg zu machen und forschend im sorgfältigen Praktizieren herauszufinden, was die eh schon gute Methode der FE abzurufen vermag, ist Dein Verdienst.

Bereits als Schülerin wurdest du mir bei meiner ersten FE-Tagung von den Lehrbeauftragten, FE-Therapeutinnen und anderen Schülerinnen ans Herz gelegt, und sie empfahlen mir, Deine besondere Herangehensweise kennen zu lernen. Wärme und Empathie strahlten mir in Deinen Kursen entgegen. Ich fühlte mich vom ersten Moment an aufgehoben. Klar strukturiert, mit kleinen Angeboten und viel Zeit lassen konnten wir während des Kurses unseren leiblichen Wahrnehmungen näher kommen. So bin ich gerne den Wegen Deiner Arbeit gefolgt. Ein besonderes Erlebnis für mich war sicherlich Deine Supervision in Rechtenstein, an die ich mich so gerne zurückerinnere.

Liebe Sophie, auch wenn Du Dich aus dem „Geschäft der FE“ zurückziehen wirst, bin ich sehr froh, daß Deine theoretische und methodische Weiterentwicklung der FE längst von den Lehrbeauftragten und FE-Therapeutinnen angenommen und praktiziert wird.

Die Erwähnung Deines Namens in der jüngsten Ausgabe von Üexküll (5. Auflage, Psychosomatische Medizin...) trägt dem Rechnung und würdigt Deine hervorragende Arbeit.

Ich wünsche Dir und Deinem Mann ein weiterhin würdevolles, lustvolles und ausbalanciertes Leben.

Mit herzlichen Grüßen und inniglicher Umarmung

Deine **Ute Schröder**

P.S.: Liebe Sophie, ich habe mir erlaubt, diesen Brief auch an die AFE-Redaktion zu senden mit der Bitte um Veröffentlichung.

Sophie Krietsch feierte am 08.02.2002 ihren 80.Geburtstag

Wer hätte das gedacht?
Es muß ja wohl „was dran sein“ an der FE!

Als ich vor mehr als 25 Jahren die FE kennenlernte, gehörte Sophie schon lange zum Kreise derer, die das kostbare Wissen von der Bedeutung der FE pflegten, weiterentwickelten und zu vermitteln versuchten. Obwohl ich nicht zu „ihren“ Weiterbildungskandidatinnen im eigentlichen Sinne zähle, kann ich mich doch noch genau an unsere erste Begegnung auf einer Tagung in Esslingen erinnern. Wir saßen nach dem Abendessen nebeneinander und begannen ein Gespräch i.S. eines Dialogs, der bis zum heutigen Tage seine Fortsetzung finden konnte. Ein Geschenk, das ich erst im Laufe der Jahre in rechtem Maße zu schätzen lernte.

Von dieser ersten Begegnung hat sich mir dreierlei unvergeßlich eingeprägt:

1. Die erfahrene FE-lerin begegnete dem FE-unerfahrenen Neuling nicht „von oben herab“, sondern mit großer, ungekünstelter Offenheit, wie sie mir bis dahin nur selten begegnet war.
2. Daraus entwickelte sich ein lebhaftes Gespräch, in dem unter vielem anderen auch zur Sprache kam, dass ein Haus nicht auf Sand gebaut werden kann. Damals war mir zwar dieses Bild selbstverständlich, aber ich war noch weit davon entfernt, seine Symbolik im Sinne der FE zu begreifen.
3. Das folgende Erinnerungsbild verhalf mir jedoch ziemlich bald zu deren Verständnis. Was blieb mir leibhaftig in Erinnerung? Im Laufe des Abends muß Sophie wohl meine Sitzhaltung aufgefallen sein, denn ohne dass sich der Gesprächsfluß dadurch verlangsamt hätte, legte sie mir ihre Hand an die Beckenrückwand. Diese fürsorgliche Geste veranlasste mich zu folgender Veränderung: Ich setzte mich weiter zurück, gab die übergeschlagenen Beine frei und stellte die Füße auf den Boden.

Heute wundert es mich nicht mehr, dass mir „weit ums Herz“ wurde und ich trotz der späten Stunde hellwach blieb. Aber damals erstaunte es mich, dass ich den harten Wirtshausstuhl so bequem und einen bislang unbekanntem Menschen als so vertraut erlebt hatte.

In der Einleitung ihres zusammen mit B. Heuer veröffentlichten Buches „Schritte zur Ganzheit“ (1997) nennt Sophie die Stationen ihres Berufsweges wie folgt:

Die 1945 examinierte Gymnastiklehrerin begann 10 Jahre später ihre Arbeit mit psychisch Kranken am psychiatrischen Landeskrankenhaus Schussenried .

Intensive Beobachtung und Einfallsreichtum ließen sie sogen. „Körperfühlübungen“ erfinden, bei denen Geräte und die Hände der Bewegungstherapeutin den Patienten halfen, „den Körper über Bewegung, Stimme und Atem als real und lebendig zu fühlen.“

(a.a.O. S.3.) Im Laufe weiterer 10 Jahre gliederten sich die Übungen in vier Bereiche: Die Beziehung zum eigenen Körper, Beziehung zu Raum und Zeit, Beziehung zu den Dingen und die Beziehung zu den Mitmenschen.

Auf der Suche nach dem Kontakt mit ähnlich arbeitenden Kolleginnen lernte Sophie 1962 die von Marianne Fuchs entwickelte tiefenpsychologisch fundierte Therapiemethode kennen, die heute unter dem Namen „Funktionelle Entspannung“ bekannt ist.

Es entwickelte sich eine intensive Aus- und Weiterbildung in Zusammenarbeit mit Marianne Fuchs.. Die neuen Erfahrungen mit dem eigenen Leib als Körper, den ich habe und der ich gleichzeitig bin, führte wiederum zu neuen Einsichten in das , was den kranken Menschen f e h l t e, mit denen sie bis 1982 arbeitete, davon 18 Jahre in der Psychiatrischen Klinik in Schussenried, danach 9 Jahre im Landeskrankenhaus Zwiefalten, und dann im Rahmen der psychiatrischen Praxis ihres Mannes.

Einige Aufsätze im Mitteilungsblatt **A.F.E.INTERN** geben Zeugnis von ihrer Fragestellung:

Heft 6 Okt.1988: 1. Funktionelle Entspannung- eine Methode für die Einzeltherapie in psychiatr.Praxis und Klinik.

2. Der Boden als Muttersymbol

Heft 10 Okt. 1990: **Haut** als äußere Hülle des Menschen, an der Kontakt geschieht

Heft 11 Apr. 1991: „Die Grundstörung“ nach Balint und Möglichkeiten der Therapie mit den Elementen der Funktionellen Entspannung

1997 erscheint das Buch „Schritte zur Ganzheit“ – Bewegungstherapie mit schizophrenen Kranken, zusammen geschrieben mit B. Heuer. In dem Buch kommen die Möglichkeiten des Einsatzes von Elementen der FE und KBT zur Darstellung.

Vorträge auf Kongressen und in psychiatrischen Kliniken mit Möglichkeit zur Einsicht in ihre Arbeitsweise, sowie Weitergabe der Methode der FE in Einzelbegleitung und auf Tagungen der AFE waren für Sophie mehr als nur „Berufstätigkeit“. Wer je an diesen Angeboten teilgenommen hat, wird dies bestätigen können.

Die Konfrontation mit dem Defizit jener Patienten mit einer „Grundstörung“ und die Arbeit an seiner Minderung führte zu der berechtigten pädagogischen Frage nach dem, was der Mensch zu seiner Ich-Werdung braucht., --- eine Frage, zu deren Beantwortung Sophies Erfahrungen mit dem kranken Menschen viele Zugänge bieten.

Dazu gehört die konkrete Erfahrung des „tragenden Grundes“ auf verschiedenen Ebenen. Sie ermöglicht dem Menschen den Weg sowohl in ein eigenständiges Leben, in dem der autonome Rhythmus seinen Raum findet, als auch die Voraussetzung für ein letztes weniger schmerzvolles Loslassen am Ende seiner Erdenzeit.

Dr. Gerlind Ottensmeier

Liebe Sophie,

wenn ich an Deinen 80. Geburtstag zurückblicke, dann schaue ich auf eine über 30jährige, erfüllte Freundschaft mit Dir. Durch all diese Jahre führte uns ein unsichtbarer, roter Faden und dieser rote Faden war und ist die FE.

Es begann im Jahr 1970 mit der Begegnung mit Dr. Bepperling und später mit Marianne Fuchs. Meine darauf folgende Ausbildung bei ihr. Dann folgte meine nicht ganz unproblematische Pionierarbeit mit der FE in der psychosomatischen Klinik in Esslingen. Damals war unsere Freundschaft noch ganz jung, wie unerfahren, doch neugierig und offen dieser neuen Methode gegenüber, mit der wir, wie es schien, den Menschen über den Körper erreichen konnten.

Dann denke ich an Heidelberg. Wir gehörten damals zu den Gründungsmitgliedern der A.F.E., bei und mit Dr. Rosa und seiner Frau. (Später machten wir einen Spaziergang auf dem dortigen Friedhof. Kannst Du Dich noch daran erinnern?)

Es folgten danach viele Begegnungen mit Dir und Barbara und Eberhard Eberspächer bei den Lindauer Psychotherapie-Wochen. Der Austausch mit Dir zu speziellen Themen, die uns Unerfahreneren bewegten, ist mir noch in guter Erinnerung.

In den folgenden Jahren waren wir durch meine regelmäßigen Supervisionsstunden bei Dir immer in Verbindung. Sie waren richtungsweisend für mich, weil sie mir tiefere Einsichten in die Verbindung von Körper und Seele des Menschen gestatteten. Nicht zuletzt bewirkten die Stunden bei Dir auch eine eigene, tiefe Katharsis meiner traumatischen Kindheitserlebnisse, die Du mit viel Einfühlungsvermögen und Spürsinn und Mut begleitet hast. Dafür möchte ich Dir nochmals von Herzen danken.

Als du mich dann anrufst und mich fragtest, ob ich bei der FE Gruppe in Tübingen teilnehmen möchte, war ich überglücklich.,

Diese zweimaligen Treffs im Jahr über viele Jahre hindurch habe ich als ganz große Bereicherung erlebt. Deine ganz persönliche FE-Arbeit, die Körper und Seele einschließt und Körpersprache als solche in den therapeutischen Prozess einfließen lässt, war und ist für meine eigene, therapeutische Arbeit in meiner Praxis als Heilpraktikerin bis heute richtungsweisend. Die Erfahrung lehrt mich fast täglich, dass, wenn ich auch „nur“ die Füße ins Blickfeld nehme, die FE-Arbeit in ihrer einfachsten und elementarsten Weise beginnt.

Liebe Sophie, ich wünsche mir für Dich, dass Dir, bei guter Gesundheit, noch recht lange Deine lebendige Ausstrahlung und Dein therapeutisches Wirken erhalten bleiben und ich wünsche mir für uns, die Dich mögen, achten und schätzen, dass wir an Deiner reichen therapeutischen Erfahrung und Deiner Lebensweisheit weiter teilhaben dürfen.

Ich danke Dir für Deine wunderbare Freundschaft.

Deine Karin Barkhausen

Liebe Sophie,

persönlich habe ich Dir zum Geburtstag schon gratuliert, nun will ich etwas für Dich, über Dich und für andere schreiben. Es ist mir ein Bedürfnis, Dich noch einmal hochleben zu lassen!

Ich werde Dir, wenn wir uns wieder treffen, einen großen Blumenstrauß schenken, hier möchte ich hervorheben, was Du mir geschenkt hast!

Wir kennen uns seit etwa 20 Jahren: ich kam zur Supervision (manch- mal saßen wir im Garten – dort kam es mir vor wie im Paradies!), wir haben miteinander getanzt (bei einem Märchenseminar in A.-S. Schnabels Haus in Lindenbergl), und schließlich machten wir als Kolleginnen sehr persönliche und innige Erfahrungen.

Wenn ich an Dich denke fällt mir sofort Dein strahlendes Gesicht mit dem herzhaften Lachen ein, ich erinnere Deine besonderen Hände, die zum Verweilen, Ausruhen, zum lebendigen Kontakt und Bewegen einladen. Es ist immer spannend, Dich zu treffen, denn Du machst neue Entdeckungen, an denen Du Dich freust und andere gern teilhaben lässt.

In den vergangenen Tagen las ich wieder in dem Buch: „Schritte zur Ganzheit“, das Du mit Birgit Heuer zusammen geschrieben hast.

„Kontakt herstellen und Beziehung aufnehmen“ geht so leicht mit Dir, Deine Begeisterung und Freude bei der Arbeit stecken an und wenn Du erzählst, sprichst Du voll Achtung über kreative Lösungen, die im leiblichen Dialog entstehen, beziehst den Zuhörer mit ein und machst neugierig.

In einfachen Worten beschreibst du die Not der Patienten, da ist immer die Hoffnung spürbar, dass der Kontakt, die Beziehung und die Heilung gelingen. Du studierst Winnicott und findest Bestätigung Deiner langjährigen Erfahrungen mit schizophrenen Patienten. Du verstehst, lässt Raum, bietest Halt, Verlässlichkeit, Vertrauen, auch Widerstand, so regst Du auf vielfältige Weise zu mehr Lebendigkeit und Eigenaktivität an.

In Deinem Buch gibst Du Einblick in Deine besondere Arbeit mit Patienten: Du begleitest sie sehr lange, geduldig, und einfühlsam. Du gehst sehr leiblich vor und Du vertraust auf das oft verborgene „Leben im Körper“. Beziehung zum eigenen Körper, zu Raum und Zeit, zu den Dingen, zu den Mitmenschen sind Grundbausteine Deiner Arbeit. Ich kenne diese Begriffe aus meiner eigenen gymnastischen Ausbildung, Du gibst ihnen Lebendigkeit, indem Du die Bedeutsamkeit der Beziehung zum eigenen Körper in den Mittelpunkt stellst! Durch Deine Anregungen: wie anfassen, wo Widerstand, wo Halt geben, wo mitgehen mit der Bewegung..... habe ich ein besseres Verständnis der frühen Säuglingszeit gewonnen. Ich sehe Möglichkeiten und Bedürfnisse bei der Beziehungsgestaltung bei meinen Patienten, die ich inzwischen anders und einfühlsamer begleiten kann.

Ich wünsche Dir noch viele lebendige und freudige Jahre und wünsche Dir vor allem Wohlsein, es steht bei Dir im Buch auf S.108: „Wohlsein lässt den Atem fließen“!

Ich grüße Dich herzlich und voll Dankbarkeit,
Deine Cornelia.

Spardorf, den 28.02.2002

Sophie Krietsch zum 80. Geburtstag

Die erste Begegnung mit Sophie liegt schon lange zurück. Es war wohl im Jahre 1966, als ich mit Medizinstudenten und Schülerinnen der Krankengymnastikschule aus Tübingen das Psychiatrische Landeskrankenhaus Bad Schussenried besuchte. Eine junge, schwungvolle Gymnastiklehrerin, die mit einer Patientengruppe Bewegungsübungen durchführte, blieb mir nachhaltig in Erinnerung.

Meine nächste Begegnung war im Jahre 1967. Inzwischen war ich Krankengymnastik-Praktikantin in der Psychiatrischen Univ.Klinik in Tübingen. Sophie kam auf Einladung regelmäßig hierher, um ihre „Gezielte psychiatrische Bewegungstherapie“ vorzustellen.

Nachdem ich einige Jahre später in dieser Klinik meine Arbeit als Physiotherapeutin aufgenommen hatte, suchte ich nach Fortbildungsmöglichkeiten in der psychiatrischen Bewegungstherapie und traf erneut auf Sophie als Referentin eines Kurses. Ich erinnerte mich an unsere ersten Begegnungen und freute mich, diese erfahrene Bewegungstherapeutin wieder gefunden zu haben. In ihren Kursen und Veröffentlichungen vermittelte sie lebendig und anschaulich Konzepte und Übungsangebote, die sie auf Grund ihrer eigenen Beobachtungen und Erfahrungen in den Therapiestunden mit den Patienten entwickelt hatte.

Die Beziehungsstörung der psychisch kranken Menschen stand im Mittelpunkt der Arbeit von Sophie. Sie hatte erkannt, dass sich diese nicht nur im Kontakt zu den Mitmenschen, sondern auch im Raum-Zeit- Erleben und besonders im Erleben des eigenen Körpers auswirkte.

Aus dieser Einsicht entwickelte Sophie vier Übungsleitlinien:

- Beziehung zum eigenen Körper
- Beziehung zu Zeit und Raum
- Beziehung zu den Dingen
- Beziehung zu den Mitmenschen

Sophies Gedanken und Erkenntnisse aufnehmend, begann ich die Bewegungstherapie als Gruppen- und Einzeltherapie in der Psychiatrischen Univ. Klinik Tübingen aufzubauen. Sophie ermöglichte mir und meinen Kolleginnen, bei ihr im Landeskrankenhaus Zwiefalten zu hospitieren. Sie nahm und nimmt sich weiterhin die Zeit für regelmäßige Treffen mit uns, die wir zur Selbsterfahrung und Supervision nutzen.

Die Zusammenarbeit zwischen Sophie und mir wurde intensiver. Wir begannen, Fortbildungen für Bewegungstherapeutinnen aus psychiatrischen Einrichtungen zu halten. Aufgefordert durch den Gustav Fischer Verlag schrieben wir das Buch: „Schritte zur Ganzheit - Bewegungstherapie mit schizophrenen Kranken“ Während den Zeiten des gemeinsamen Arbeitens nutzte ich die Möglichkeit, aus Sophies reichem Erfahrungsschatz zu lernen.

In vielen Einzelstunden der Selbsterfahrung mit Sophie erlebte ich, wie es sich anfühlt und was es bedeutet, Halt zu haben, in den Händen der Therapeutin, auf dem Boden, im eigenen Körper. Um so mehr ich dieses Erleben begreifen und verinnerlichen konnte, um so besser konnte ich es in der Therapie mit den Patienten umsetzen.

Sophies Arbeit mit den Patienten bleibt nie stehen. Sie entwickelt sich immer weiter und ist dadurch sehr lebendig. Zu unseren Treffen begrüßt Sophie mich häufig mit Worten wie: „Ich habe wieder etwas Neues entdeckt!“ „Das habe ich früher noch nicht erkannt, das verstehe ich erst jetzt.“

Diese Worte geben mir Mut und sind Motivation, eigene neue Wege zu suchen und zu finden. Sophies Wirken hat meine Arbeit belebt und sinnvoll gemacht, dafür danke ich ihr.

Birgit Heuer

Ltd. Physiotherapeutin

Univ. Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Osianderstr. 24,
72176 Tübingen

Sophie Krietsch zum 80. Geburtstag

Kennengelernt habe ich Sophie vor siebzehn Jahren, als ich begann, in der Bewegungstherapieabteilung der Psychiatrischen Universitätsklinik Tübingen bei Birgit Heuer zu arbeiten. Ich war äußerst erfreut, ihr zu begegnen, denn bereits in meinem vorherigen Wohnort Berlin hatte ich von ihr gehört. So wurde sie zu meiner ersten Therapeutin, Ausbilderin und später Supervisorin. Vom ersten Moment der Begegnung mit ihr war ich von ihrer Lebendigkeit und Frische, ihrem Humor und ihren wunderbaren Fähigkeiten beeindruckt.

Ich habe von Sophie im Laufe der vielen Jahre sehr viel gelernt. Aus diesem Grund kann die folgende Würdigung ihres Wirkens nur einen Ausschnitt von dem wiedergeben, was Sophie mir als Begleiterin auf meinem beruflichen und privaten Weg immer noch bedeutet.

1. Als besondere Fähigkeit empfand ich immer Sophies absolute Präsenz und Genauigkeit. In unseren Ausbildungsgruppen bedeutete Genauigkeit das Studium des Körpers auf allen Ebenen. Von der Haarwurzel bis zum kleinen Zeh wurden die inneren und äußeren Veränderungen wahrgenommen, benannt und an einer möglichen Wandlung gearbeitet. Ihr Wissen bezüglich Anatomie, Bewegungsanalyse und body reading half uns, leibseelische Zusammenhänge zu erfahren.

2. Während der Ausbildung berichtete sie uns immer von ihren neuesten Erkenntnissen und hatte Freude daran, ihr Wissen mit uns zu teilen. Diesen Entdeckungen, wie ihr immer wieder neu und vertieft behandeltes Spezialgebiet über die Beziehung zum Boden, verdanke ich viel. So kann ich in meiner Arbeit mit schwer gestörten Patienten immer wieder erleben, wie die Lebensqualität der Patienten steigt, wenn sie erst einmal Boden gewonnen haben. Letzte Woche sagte eine schizophrene Patientin, mit der ich in der Seitlage mit meinen und ihren Händen unter ihrer unten liegenden Körperseite gearbeitet hatte, sie könne jetzt nachts eine zusätzliche Einnahme von Beruhigungsmitteln vermeiden, wenn es ihr gelänge, die eigenen Hände als haltgebend zu erleben. Es freut mich sehr, dass ich Sophies Ansatz weitergeben kann.

3. Sophies Auseinandersetzung mit der frühkindlichen Entwicklung im Hinblick auf die Körperpsychotherapie mit schwer gestörten Menschen fand bereits in den achtziger Jahren statt. Meiner Ansicht nach war sie eine der ersten Körpertherapeutinnen, die besonders mit frühgestörten und schizophrenen Patienten einen direkten Zugang über Bewegung und Berührung erforschte. Mit einem präzisen und praktikablen Ansatz schuf sie Richtlinien für die Behandlung schwer gestörter Menschen, die für viele Bewegungstherapeutinnen in der Psychiatrie Grundlage ihres Behandlungskonzeptes ist. Ihr Buch 'Schritte zur Ganzheit', welches sie zusammen mit Birgit Heuer verfasste, ist ein Zeugnis dieser Arbeit.

Als letztes möchte ich ihr Wissen um die Heilkraft der Hände und ihre Kunst, dies zu vermitteln, nennen. Die Qualität einer Berührung war immer wieder Gegenstand ausführlicher Besprechungen und Übungen, sowohl im Rahmen unserer Ausbildung als auch in anderen Fortbildungen. Dies ist für mich der größte Schatz, den sie mir und sicher auch anderen geschenkt hat. Dieses Handwerkzeug läßt sich nur in einem ausführlichen Selbsterfahrungsprozeß erlernen und den hat sie allen ihren SchülerInnen ermöglicht. Für mich gehört Sophie Krietsch zu den Pionierinnen im Bereich der Körperpsychotherapie mit schwergestörten PatientInnen und ich wünsche ihr weiterhin viel Schaffenskraft und Freude am bisherigen Lebenswerk.

Ulrike Lichtenberg * Therapeutin für Funktionelle Entspannung
Hechinger Str. 64 * 72072 Tübingen * Tel.: 0 70 71 - 5 26 08
j.lichtenberg@supra-net.net

Schreiben zum 80. Geburtstag von Sophie Krietsch

Ich kenne Sophie Krietsch seit mehreren Jahren, zum einen aus der Selbsterfahrung, zum anderen aus der jahrelangen Supervision meiner ambulanten Patientinnen, die ich mit FE behandelt habe, zum dritten als Mentorin für die Lehrbeauftragung in FE. Sophie Krietsch ist mir, nach meiner Weiterbildung bei Anne-Sybille Schnabel, Marianne Fuchs und Christine Tackenberg für meine persönliche und fachliche Weiterbildung am wichtigsten geworden, da sie nach meiner Erfahrung und Einschätzung die bedeutendsten Antworten auf die sich verändernden Anforderungen an eine körperbezogene Psychotherapie gegeben hat. Sehr viele unserer Patientinnen weisen aufgrund früher Bindungsstörungen und schwieriger Interaktionserfahrungen in den frühesten Beziehungen sowie kumulativen Beziehungstraumatisierungen einen Mangel an haltgebenden Erfahrungen auf, sie haben wenig gute, verlässliche, haltgebende Berührungen erlebt, können deshalb weder den äußeren Halt, den Boden, noch den inneren Halt, ihr Gerüst, ausreichend spüren und haben besonders ihre Haut, als Kontaktorgan und vor allem als Grenze, nicht ausreichend besetzt. Patienten mit somatoformen Störungen, verknüpft mit Angst und Depressionen, mit posttraumatischen Belastungsstörungen sowie mit Persönlichkeitsstörungen, die den größten Anteil der Patienten in der psychosomatischen Medizin ausmachen, haben eben diese frühen Erfahrungen als ungenügend erlebt und brauchen deshalb eine ausreichend haltgebende Langzeittherapie. Oft wird sie im stationären Setting begonnen, dann jedoch in einer ambulanten Behandlung weitergeführt.

In meiner eigenen Arbeit in der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie an der Universität Erlangen habe ich die FE angewandt sowohl bei Patienten im stationären Setting als auch bei den notwendigen ambulanten Nachbehandlungen, die teilweise über mehrere Jahre, zum Teil über 5 Jahre nötig wurden.

Bei vielen dieser Patientinnen habe ich eine sehr wertvolle und mich fachlich und persönlich weiterbringende kontinuierliche Supervision durch Sophie Krietsch erleben dürfen. Dies hat erst einmal mir selber geholfen bei meinen zum Teil sehr schwierigen Erfahrungen mit diesen Patientinnen, die ja, wie wir heute wissen, die Therapeuten oft in sehr negative Gegenübertragungssituationen und –gefühle bringen und ihre Behandler häufig selbst mit traumatisieren. Darüber hinaus hat mir die Supervision bei Sophie Krietsch fachlich wichtige Impulse gegeben. Dies hat auch in meinen Falldarstellungen und Veröffentlichungen im Arbeitskreis des Deutschen Kollegiums für Psychosomatische Medizin „Subjektive Anatomie“ Eingang gefunden sowie darüber hinaus in den Arbeiten innerhalb der Arbeitsgruppe der Akademie für Integrierte Medizin (unter Leitung von Prof. v. Uexküll). In Kürze wird ein Buch über reflektierte Kasuistiken dieser Arbeitsgruppe veröffentlicht werden. Die dort von mir veröffentlichte Fallgeschichte innerhalb des Buchkapitels „Integrierte Medizin und körperbezogene Therapieansätze“ ist sehr von den Gedanken von Sophie Krietsch positiv beeinflusst und gefördert, ja sogar geprägt worden. In Kürze wird eine weitere Falldarstellung in der wissenschaftlichen Zeitschrift „Synopsis“ erscheinen, hier handelt es sich ebenfalls um eine ambulante Einzeltherapie einer traumatisierten Patientin, deren Behandlung von Sophie Krietsch supervidiert wurde, ohne diese Supervision wäre diese Therapie sicher nicht so günstig verlaufen.

Neben allen persönlichen und menschlichen wichtigen Erfahrungen, die z.B. auch in der authentischen und „nicht käuflichen“ Art von Sophie Krietsch begründet sind, halte ich die Arbeit von Sophie, die die notwendigen Erfahrungen von Halt und Grenzen betonen, für die Begründung, Vertiefung, Weiterentwicklung unserer Methode, der Funktionellen Entspannung, für essentiell und wünsche mir, daß ihre Ideen innerhalb der FE noch mehr Verbreitung finden und auch anderen FE-Therapeutinnen wichtige Impulse für ihre Arbeit geben können.

Für Sophies weiteren Lebensweg wünsche ich ihr weiterhin viel Kraft und Kreativität in ihrer wertvollen Arbeit mit ihren Patienten. Für ihr persönliches Leben wünsche ich ihr Gesundheit, Freude und Zeit für immer neue Überraschungen und Entdeckungen!

Dr. Angela von Arnim

Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin

Internistin

Leitende OÄ der Abtlg. für Psychotherapeutische Medizin, Erlangen

Dank an Sophie Krietsch von Verena Lauffer

Schön, daß es Anlässe gibt, wie runde Geburtstage, um ein wenig innezuhalten und zu verweilen. Staunen über die Fülle und den Schatz gewachsen in achtzig Jahren. Nachspüren und Worte suchen für das Besondere, was mir die Begegnung mit Sophie ermöglicht. Da ist die Erfahrung eines immer freundlichen, nicht fordernden und damit bedingungslos zuverlässigen Bodens. Wie eine genügend gute Mutter sich aktiv anpassend dem Säugling folgt, begleitet Sophie Krietsch die vom Leib gezeigten Bedürfnisse und geht geduldig und feinfühlig mitspürend auf jede Not oder Eigenart ein. Ihre Intuition für hilfreiche Angebote wird gespeist aus diesem Zugang zum ganz frühen Erfahrungsschatz der ersten Lebensjahre. Auf diese Weise gelingt es ihr, den Halt von außen auch an der Grenze, der Haut besonders lebendig von außen wie von innen werden zu lassen, Bewegungsmuster in ihren Zusammenhängen neu zu entdecken, z. B. die Verbindung von Hand und Mund, die inneren Räume auf neue Art mit Eigenleben zu füllen. So findet sich der Rhythmus wie kindlich selbstverständlich, verbunden mit einer intensiven Daseinsfreude.
Danke Sophie.

Die Gaben der Erdennacht – ein Märchen von Rita Zebisch

Es war im Jahre 22 des 20. Jahrhunderts, als in dem schönen Murnau im oberbayerischen Voralpenland einem braven Gärtners-Ehepaar ein wunderschönes Mägdlein geboren wurde.

Verwandte und Freunde kamen, das Kind zu begrüßen und die Eltern zu beglückwünschen und alle spürten schon, dass da ein ganz besonderes Menschenkind in der Wiege lag. Aber darüber verlor keiner ein Wort. Man sagte nicht alles, was man spürte, in dieser Gegend.

Nach einer Woche sagte die Gärtnersfrau zu ihrem Mann: „wir wollen zur Taufe herrichten und ich wünsche mir, dass unser Töchterchen Sophie heißen soll.“ Der Mann war einverstanden. Sie hatten sich nicht allzu viele Gedanken über die Bedeutung des Namens gemacht und doch tief im Herzen den richtigen gefunden.

Ein großes Fest wurde gefeiert, die feinsten Speisen wurden aufgetischt und es war schon spät am Abend, als die letzten Gäste sich auf den Heimweg machten. Die kleine Sophie schlief selig in ihrem Bettchen und auch die Eltern legten sich nach dem langen Tag zur Ruh. Der Mond leuchtete rund und hell zusammen mit abertausenden Sternen am Himmel.

Nun lag – eine Weile vom Gärtnershaus entfernt- ein See, der Staffelsee genannt. Immer wieder gab es alte Frauen, die phantastische Geschichten zu erzählen wussten von sagenhaften Wesen, Zauberern und Feen, die in dem See wohnen sollten. Aber die Jungen taten es ab „Weibergeschwätz“, sagten sie, „wer soll da schon hausen?“ Und da nie wirklich jemand ein solches Wesen zu Gesicht bekommen hatte, ließen sie es gut sein.

Tatsächlich aber befand sich an der einzigen tiefen Stelle des Sees eine kleine runde Öffnung. Ein alter Karpfen pflegte sich häufig just dort zur Ruhe zu legen und deckte mit seinem riesig dicken Bauch die Stelle dann beinahe zu. Manchmal schlüpfen ein paar neugierige Kaulquappen hinein und verbrachten dort viele Stunden. Sie erzählten dann den Fischen und Fröschen, den Libellenlarven und der alten Kröte Geschichten von des Fisch-Zauberers Reich.

Und wirklich.- seit undenklichen Zeiten lebte dort tief unter dem See der ehrwürdige Fisch-Zauberer Waladu und seine Frau Bellila in Liebe und Eintracht. Die beiden hatten miteinander acht wunderbare Töchter.

Die Zeit hatte dort unten eine andere Bedeutung und so kam es auch, dass es nie langweilig wurde. Manchmal, besonders im Winter, wenn der See zugefroren war, wagten sich die Töchter bis zum Eingangstor des Schlossgartens. Dabei durften sie sich aber nicht erwischen lassen; denn dies war strengstens verboten und Waladu und Bellila bebten vor Zorn, wenn sie davon in Kenntnis gesetzt wurden. Um so mehr fieberten die Fisch-Zauberer-Töchter auf die „Erdennacht“ zu. Es war nämlich so, dass sie immer, wenn sieben mal sieben Jahre vergangen waren, auf die Erde zu den Menschen gehen durften, um einem neugeborenen Kinde gute Gaben für sein Leben zu bringen.

Und gerade in dieser wunderschönen Vollmondnacht, nachdem alle Gäste vom Tauffest der kleinen Sophie wieder heimgekehrt waren, schlug die Stunde, die den acht Fisch-Zauberer-Prinzessinnen die „Erdennacht“ ankündigte.

„Macht euch auf den Weg“, sprach Bellila. „Ihr werdet diesmal im Gärtnershaus ein kleines Mädchen finden. Ihm gehören eure Gaben. Verschwatzt euch nicht, dass ihr pünktlich zur dritten Stunde wieder zurück seid. Ihr wisst, dass ihr nur für diese Zeit unsichtbar bleiben könnt. Wenn euch ein Menschenauge erblickt, wird unser Reich untergehen. Seid euch eurer großen Verantwortung bewusst!“

Bellila war jedesmal schrecklich aufgeregt, wenn ihre Kinder zur Erdennacht aufbrachen.

Darin unterschied sie sich kein bisschen von Menschenmüttern. Aber da sie ein gutes Herz hatte und wusste, wie dringend auf der Erde Menschen mit guten Gaben gebraucht wurden, ließ sie sie ziehen.

Ein mächtiger Donnerschlag kündigte an, dass das Schlosstor aufgesprungen war und schon im nächsten Augenblick standen des Fisch-Zauberers Töchter am Ufer des Sees. Nun hatten sie noch ein Stück Weges zurückzulegen, um in das Gärtnerhaus zu gelangen, wo - wie wir schon wissen - die kleine Sophie in ihrer Wiege schlummerte. Ihren wichtigen Auftrag im Herzen gelangten sie rasch zum Ziel. Wie entzückt waren sie, als sie das kleine Menschenkind sahen. Eine ganze Weile mussten sie nur staunen und ihre mehr gehaucht als geflüsterten „OOHs“ und „AAH s“ kitzelten ein wenig in den winzigen Ohren des Kindes.

Als sie sich gefasst hatten, trat die Älteste näher zur Wiege und begann: „Ich bringe dir die Gabe der Weisheit. Diese möge dich begleiten und dir helfen, durch Vordergründiges hindurch in die Tiefe zu schauen. Auch wird es dir gelingen, Wesentliches vom Unwesentlichen zu unter-scheiden.“ Unendlich zart berührte sie die kleine Stirn und trat zur Seite.

Ihr folgte die Zweite:

„Ich bringe dir die Gabe der Liebe“, sprach sie, „die Liebe zum Leben, die Liebe zu den Menschen, denen du begegnest, Liebe und Glück mit einem Menschen, mit dem du sehr alt werden wirst, Liebe zu dir selbst, die dich fähig machen wird, Licht und Wärme für andere zu sein.“ Ganz sanft legte sie ihre Hand an die Stelle des kleinen Herzens und trat zur Seite.

Nun trat die Dritte heran:

„Ich bringe dir die Gabe der Schönheit“, sprach sie und sie sah dabei ein zierliches junges Mädchen gar lieblich sich im Tanze wiegen mit wallendem rot-goldenem Haar und war bezaubert von dem Bild. Sie legte ganz still die Hand auf das Köpfchen des Kindes und trat zur Seite.

Als bald erhob die Vierte ihre Stimme und zur Bekräftigung ihres Wunsches trat sie fast ein bisschen zu fest mit dem linken Fuß auf den Boden, so dass die Wiege sich für eine Weile hin und her bewegte. „Ich bringe dir die Gabe des Eigen-Sinns“, sagte sie mit klarer Stimme. „Deinen Sinnen darfst du vertrauen und fest zu dir stehen.“ Mit beiden Händen umfasste sie kurz und kräftig die zwei kleinen Füßchen und trat dann zurück.

Die Fünfte ließ sich lange Zeit und verweilte noch eine Weile schweigend vor der Wiege. „Ich bringe dir die Gabe der Geduld“, sprach sie schließlich. „Du wirst sie mit allen anderen Gaben dringend bei deiner Arbeit brauchen.“ Liebevoll berührte sie die kleinen Hände und trat zurück.

Mit hellwachem Blick und forschem Schritt trat nun die Sechste zum Kinde und sprach: „Ich bringe dir die Gabe der Neugierde. Du wirst nie aufhören können, Neues kennenzulernen und zu suchen. Mit Lust und Respekt wirst du immer wieder staunen über deine Entdeckungen und die der Menschen, die zu dir kommen und das wird aufs Neue die Freude am Suchen wecken“. Ihre beiden Hände wanderten in achtsamer Weise vom Scheitel bis zur Sohle der Kleinen. Dann trat auch sie zurück.

Die Siebte hüpfte leichtfüßig heran und an ihrem Gewand klirrten drei goldene Schellen silberhell. „Ich bringe dir die Gabe der Freude und des Humors“ sagte sie. „Dein Lachen wird Leichtigkeit mit sich bringen und helfen, manchen Knoten zu lösen. Die Freude wird von dir auf andere überspringen“ Lachend ging sie sieben Schritte rückwärts.

Nun kam die Achte und letzte an die Reihe. Ihr Blick war freundlich und doch ein wenig ernster als der der Schwestern. „Ich bin die, die dir zu sagen hat, dass aus all den reichen Gaben Aufgaben erwachsen werden. Auch wenn es nicht immer leicht sein wird, du bist gut gerüstet und wirst viel Gutes geben und empfangen können. Aber da auch an deinem Lebensweg bei den Rosen die Dornen stehen müssen, wirst du, - wenn du stark genug dafür bist- Lehrbeauftragte bei der AFE werden. Und dazu bringe ich dir noch die Gabe der Gelassenheit.“

Dann sumgte sie zum Abschied noch ein kleines Lied, gab der Wiege einen kräftigen Schubs, so dass diese noch schaukelte, als die Fisch-Zauberer-Prinzessinnen schon wieder auf dem Weg zum Staffelsee waren, um rechtzeitig zur dritten. Stunde das elterliche Schloss unter dem See zu erreichen.

Kurz darauf schaute die Mutter der kleinen Sophie nochmals nach dem Kinde. Und gerade als sie sich über die Wiege beugte, huschte über das Gesichtchen ein zufriedenes Lächeln. „Es spielt mit den Engerln“ flüsterte sie und freute sich. – Vielleicht aber war es auch die Zustimmung zu den Gaben und Aufgaben, die die kleine Sophie eben von des Fisch-Zauberers Töchter in Empfang genommen hatte.

Aber davon konnte die Mutter ja nun wirklich nichts wissen.