

# Fluchten in künstliche Paradiese

## *Über süchtiges Ausweichverhalten in Krisenzeiten und mögliche Antworten aus personenzentrierter Perspektive*

Wolfgang Bensel

### Einleitung

Krise, Zeitenwende, Umbruchphase – das sind Begriffe, mit denen wir seit geraumer Zeit täglich konfrontiert sind und die einen relevanten Teil unserer gegenwärtigen Wirklichkeit beschreiben. Spätestens mit dem Beginn des Angriffskrieges gegen die Ukraine im Februar 2022 ist die Wahrnehmung des Krisenmodus in unserem Alltag angekommen. In ungewissen Zeiten und den damit einhergehenden individuellen wie kollektiven Belastungen ist erfahrungsgemäß die Sehnsucht nach den Fluchten aus der bedrückend erlebten Wirklichkeit, hin zu vermeintlich besseren Welten, bei vielen Menschen besonders groß. Hierzu bietet sich erfahrungsgemäß eine Vielzahl von Möglichkeiten an. Vom Rückzug in die kleinen Innen- und Privatwelten über das Reisen zu fernen Sehnsuchtszielen bis hin zum Einsatz zustandsbetäubender Substanzen und Verhaltensweisen geht es auch immer darum, den verlorenen Paradiesen nachzuspüren.

### Das verlorene Paradies

Die Erzählung in der Genesis (1. Mose, Genesis 3) mündet jedoch bereits in der Erkenntnis, dass der selbstbestimmte Mensch auf Dauer im Paradies keinen Platz hat. Selbsterkenntnis und Bewusstheit haben ihren Preis. In der Schöpfungsgeschichte folgt dem willentlichen Schritt, die verbotenen Früchte vom Baum der Erkenntnis zu essen, der unwiederbringliche Verlust des (kindlichen) Paradieses. Gleichwohl bleibt die Sehnsucht nach der für immer heilen Welt bestehen. Als Ausweg bieten sich weiterhin die Fluchten in „die künstlichen Paradiese“ an.

Unter diesem Titel hat der französische Autor Charles Baudelaire in einem 1860 erschienen Essay eine Reihe von Ausweichformen, mit schneller Vergänglichkeit und potentiell süchtiger Eigendynamik, beschrieben (Baudelaire, 2021). Er experimentierte selbst bei seinen Fluchten mit dem Konsum verschiedenster psycho-aktiver Substanzen, mit denen er sein Bewusstsein und seinen künstlerischen Geist erweitern wollte. Er durfte im Verlauf seiner Versuche allerdings auch erkennen, dass sein Ziel sich auf diesem Weg dauerhaft nicht erreichen ließ. Die Fluchten aus dem Alltag schlugen langfristig fehl. Mit dem Begriff der künstlichen Paradiese hat er jedoch eine sehr treffende Beschreibung für die vielfältigen Sehnsuchtsorte gefunden.

Das Gesprächspsychotherapie-Symposium-Ruhr, am 24. März 2023 in Essen, hat diese Allegorie als Leitthema der Fachver-

anstaltung gewählt und sich gleichzeitig der Frage gewidmet, welche Antworten der Personenzentrierte Ansatz darauf geben kann.

### Krisen und Chancen

So sehr Krisen zur Sehnsucht nach der heilen Welt disponieren, so sind sie aber auch mögliche Kipppunkte, aus denen Neues, bisweilen auch Besseres, entstehen kann. Einerseits befördern sie in diesen Zeiten das Ausweichverhalten, andererseits ermöglichen sie auch die Entwicklung von neuen Ansätzen und Lösungen. Die Chance zur Veränderung ist der Krise ebenso inhärent wie die vielfältigen Belastungen und Risiken, die mit ihr einhergehen.

Diese These wurde vom Autor bereits 2018 in einem Beitrag für diese Zeitschrift ausführlicher beleuchtet (Bensel, 2018). Dabei konnte, mit Blick auf ausgewählte historische Phasen, gezeigt werden, dass Krisen häufig mit der Zunahme von Suchtproblemen korrelieren, gleichzeitig in diesen Zeiten aber auch innovative Behandlungskonzepte und sozialrechtliche Standards entstanden sind, die für die Therapie von Abhängigkeitserkrankungen wegweisend waren.

So führten die Verwerfungen in der Zeit der Industrialisierung in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts einerseits zum Massenphänomen des „Elendsalkoholismus“. Andererseits entstanden vor diesem Hintergrund aber auch die Fürsorgebewegung, als Vorläufer der späteren Sozialarbeit, sowie die ersten Abstinenzverbände, aus denen im weiteren Verlauf die Selbsthilfegruppen erwachsen. Es kam zur Gründung der ersten „Trinkerheilanstalten“ und damit den Vorläufereinrichtungen der späteren Reha-Fachkliniken. In der Zeit von 1883 bis 1889 etablierte sich, mit der Einführung der Kranken-, Unfall- und Rentenversicherungen, das noch heute bestehende Sozialversicherungssystem unseres Landes (Rudeck, G. & Schmidt, H.G., 1997). Das in dieser Phase entstandene Versorgungsnetz ist in seinen Grundzügen bis heute erhalten geblieben.

Auch die Zeit der Weltwirtschaftskrise in den 1930er Jahren ging einher mit grassierenden Suchtproblemen in weiten Teilen der Bevölkerung und dem legendär gescheiterten Begrenzungsversuch durch die Prohibition. Vor dieser zeitgeschichtlichen Folie gründeten sich die Anonymen Alkoholiker (AA), die zunächst in den USA, später weltweit, mit ihrem Konzept einen Meilenstein der Suchtbehandlung schufen. Sucht wurde dabei als eine chronische Erkrankung gesehen, die zwar nicht geheilt, aber doch zum Stillstand gebracht werden kann. Als Königsweg dahin galt und gilt die Abstinenz. Der Einzelne ist damit selbstver-

antwortlich für seine Situation und den möglichen Weg aus der Krankheit. Veränderung geschieht darüber hinaus jedoch in und mit einer Gruppe. Ein hohes Maß an Akzeptanz und Toleranz sind weitere Merkmale des Konzeptes. Der Einzelne wird bedingungslos angenommen, so wie er ist, sofern er ernsthaft nach einem Weg aus der Krankheit sucht. Es ist offensichtlich, dass sich in all dem weitere Grundzüge moderner Suchttherapie abzeichnen und durchaus auch Bezüge zum personenzentrierten Konzept erkennbar sind (Anonyme Alkoholiker, 2009).

Schließlich waren auch die 1968er Jahre in Deutschland durch einen auffälligen Suchtmittelkonsum gekennzeichnet. Wenn Regeln und Normen sich verändern, bisher Gültiges in Frage gestellt wird, die Öffnung zu neuen Werten und Wirklichkeiten gefordert wird, so geht dies einher mit Verunsicherungen und Ängsten. Meist sind derlei Prozesse auch mit einem Generationenkonflikt verbunden, so auch in der Zeit um 1968. Dieses Jahr brachte aber auch das bahnbrechende Urteil des Bundessozialgerichts, wonach Sucht erstmals als Krankheit anerkannt wurde (Urteil vom 18.06.1968, Az: 3 RK 63/66). Es kam in der Folge zu einer deutlichen Ausweitung und Ausdifferenzierung des Suchthilfesystems in Deutschland. Bis weit in die 1990er Jahre hinein hat sich ein Versorgungsnetz weiterentwickelt, das auch im internationalen Vergleich noch heute als besonders qualifiziert und effizient gilt (Vogelgesang, 2016). Möglich wurde auch diese Entwicklung in einer Umbruchzeit, in der man gezielt bemüht war Überreste autoritärer, obrigkeitstaatlicher Strukturen zu überwinden. Nicht zuletzt waren diese Jahre geprägt im Sinne einer Phase der Selbstreflexion. Mehr Demokratie zu wagen, den Diskurs zu suchen, Pluralität als Chance zu begreifen und sozialstaatliche Strukturen voranzubringen, das war der Zeitgeist, der in vielen gesellschaftlichen Bereichen Veränderungen schuf. Nicht zufällig etablierte sich in dieser Phase auch der Personenzentrierte Ansatz.

## Gegenwärtige Krisen, globale Veränderungen und Herausforderungen

Beim Versuch, die gegenwärtigen Veränderungen und Herausforderungen zu erfassen, sehen wir uns einmal mehr auf den Begriff der „Zeitenwende“ verwiesen, also den Beginn einer neuen Ära. Diese nahm ihren Anfang jedoch bereits in den 1980er und 1990er Jahren des letzten Jahrhunderts. Mit dem Zerfall des Sowjetimperiums stellte sich nicht weniger als die Neuvermessung und Neubestimmung der bis dahin gültigen Weltordnung als prozesshafte Aufgabe. Dabei ist Russland in der Folge jedoch auch zu einem mahnenden Beispiel dafür geworden, wohin ein System und eine Gesellschaft sich entwickeln, denen es nicht gelingt sich an veränderte Rahmenbedingungen anzupassen und aus der Krise zu lernen. Statt der erforderlichen Neuausrichtung erwuchs zunehmend eine geschichts-revanchistische Sehnsucht nach dem Wiedererstarken der alten Zeit. Großmachtphantasien und Fremdschuldzuweisungen rückten an die Stelle von Eigen-

verantwortung und Gestaltungswillen. Gleichwohl kann auch dieser kollektive Prozess als möglicher Ausdruck eines dysfunktionalen Fluchtreflexes interpretiert werden.

Neben dem Krieg in der Ukraine und nunmehr auch im Nahen Osten sind wir derzeit mit weiteren gravierenden Herausforderungen globaler Dimension konfrontiert. So besteht unbestreitbar die dringende Notwendigkeit eine postfossile Wirtschafts- und Lebensform zu implementieren, was mit erheblichen Strukturveränderungen und Kosten einhergehen wird. Darüber hinaus greift auch die digitale Revolution, die aktuell mit der Verbreitung von Künstlicher Intelligenz (KI) eine neue Dimension erfährt, immer tiefer in die Alltagswirklichkeit des Einzelnen ein und verändert vieles von Grund auf. Im Besonderen gilt dies für die Arbeitswelt, mit weitreichenden Konsequenzen. Unausweichlich ist zwischenzeitlich auch das Erkennen der tiefgreifenden Auswirkungen des demografischen Wandels und des damit einhergehenden Arbeitskräftemangels in unserer Gesellschaft. Die Konsequenzen, insbesondere für die Tragfähigkeit der sozialen Sicherungssysteme, sind erheblich und werden uns in Zukunft noch deutlich mehr beschäftigen.

Auf diese vielfältigen Herausforderungen traf vor vier Jahren die in ihrer Ausprägung so sicher nicht vorhersehbare Coronapandemie. Was dies konkret bedeutet, war ab März 2020 exemplarisch auch im Suchthilfesystem erkennbar. Hier, wie in anderen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens auch, bedingten die durch die Pandemie notwendigen Schutzmaßnahmen insbesondere Kontaktreduzierungen. Ein gravierender Verlust an personaler Begegnung und Nähe war die Folge.

Bereits die Digitalisierung und die Veränderungen in den Erwerbsarbeitsprozessen führten in den letzten Jahren zu mehr sozialer Isolierung, Rückzug und Vereinzelung. Auf diese Prozesse wirkte die Pandemie wie ein Turbolader, der diese Entwicklung extrem verdichtet und beschleunigt hat.

Aus all dem resultiert eine Veränderungsdynamik, die mit jener in der Zeit der industriellen Revolution vor rund 150 Jahren vergleichbar ist, sie möglicherweise gar noch übertrifft.

Die hier skizzierten kollektiven Herausforderungen und Belastungen tragen dazu bei, dass es seit Jahren zu einer deutlichen Zunahme psychischer Erkrankungen kommt. In regelmäßigen Abständen veröffentlichen die Krankenkassen und Rentenversicherungen entsprechende Zahlenbelege. Dabei zeigt sich, dass 2022 abermals die Zahl der Krankheitstage von Beschäftigten, in Folge psychischer Erkrankungen und Verhaltensstörungen (dahinter verbergen sich vor allem Suchterkrankungen), auf einen Höchststand gewachsen ist. Mit einem Anteil von 42 Prozent tragen diese Krankheitsbilder zudem wesentlich zu den vorzeitigen Renteneintritten wegen verminderter Erwerbsfähigkeit bei (Marshall, 2023).

In Studien zeigen sich regelhaft Depressionen und Angststörungen als die häufigsten Ursachen für die Ausfälle. Diese

beiden „seelischen Volkskrankheiten“ disponieren ihrerseits erfahrungsgemäß zu gefährlichen Selbstmedikationen, vor allem mit Alkohol, Beruhigungsmedikamenten und zunehmend auch mit Cannabis.

In der aktuellen Phase muss es wohl auch nicht verwundern, wenn – wie bei der letzten Bundestagswahl im Oktober 2021 geschehen – zwei Parteien, vor allem bei den jungen Wählerinnen und Wählern, erhebliche Zugewinne erzielen konnten, die ankündigten das Recht auf „Genusscannabis“ zur Umsetzung bringen zu wollen. Beim Konsum von Cannabis besteht der Genuss darin, sich zu berauschen und der Wirklichkeit zu entrücken. Die Legalisierung von Cannabis hat gewiss auch einige berechtigte Aspekte. Was in der Diskussion allerdings kaum eine Rolle spielt, ist die Tatsache, dass sich damit die Gesellschaft gerade noch mehr öffnet für ein weiteres zustandsveränderndes Mittel. Verstehend lässt sich dahinter ein ausgeprägtes Bedürfnis größerer Gruppen nach Flucht aus der Alltagswirklichkeit erkennen. Auch das Ausweichen in digitale Spiel- und Glücksspielwelten nimmt aus eigener Beobachtung deutlich zu.

Mögen auch die Erscheinungsformen des süchtigen Ausweichverhaltens variieren und sich über die Zeiten ändern, entscheidend ist und bleibt doch immer das Verständnis für die zugrundeliegende Funktionalität des Ausweichverhaltens – das Wofür und Wogegen.

## Perspektiven in der Krise

Wenn, wie angenommen, die Krise auch ein Zeitfenster mit Chancen zu Veränderungen und Verbesserungen ist, so gilt es den Blick auf aktuell mögliche Perspektiven zu lenken. Dies setzt zunächst eine verstehende Grundhaltung voraus. So kann nachvollzogen werden, dass neben der Sehnsucht nach Realitätsflucht Menschen auch dem Wunsch folgen, dass möglichst alles so bleiben soll, wie es ist. Dem stehen aber zunehmend kontrastierende Wirklichkeiten und Erfahrungen entgegen. Das Klima verändert sich nachweislich, unsere vertraute Sicherheit ist in Gefahr, auf die Zunahme von Wohlstand und Wachstum ist aktuell nur noch bedingt zu hoffen, und die demokratischen Systeme befinden sich weltweit in einem Stresstest. Diese Wahrheiten anzuerkennen und anzunehmen ist eine große Herausforderung – für den Einzelnen wie für die Gemeinschaft. Es ist verstehbar, dass lieber an den vertrauten Gewissheiten festgehalten wird in der Hoffnung, dass alles wieder früher oder später, wie gewohnt, gut werden möge und wir uns nicht verändern müssen. Allerdings gilt: *The times, they are a-changin'* (Bob Dylan) – und niemand fragt uns, ob wir das wollen.

Therapeutinnen und Therapeuten wissen aus ihrer täglichen Arbeit, dass Verleugnung kein gutes Konzept für ein gelingendes Leben ist. Probleme und Konflikte, die wir uns nicht anschauen, führen häufig zu Symptomen wie Ängsten, Anspannungen, Depressionen und psychosomatischen Reaktionen. Dies auszuhalten ist leidvoll und schwer. Hier bieten sich erfahrungsgemäß

zustandsverändernde Substanzen oder Verhaltensweisen als kurzfristige Scheinlösung an, um die Konfliktspannung nicht weiter ertragen zu müssen. Derlei Fluchtversuche sind jedoch nur für eine gewisse Zeit hilfreich. Missbräuchlicher und abhängiger Substanzkonsum ist ein ungeeigneter Bewältigungsversuch. Nicht selten mündet das regelmäßige Ausweichverhalten in Folgestörungen, die sich in Suchtdruck (Craving), Kontrollverlust erleben, Entzugserscheinungen, sozialen Konflikten und Problemen am Arbeitsplatz äußern. Diese Erfahrungen bedingen dann ihrerseits wieder die Fortsetzung des süchtigen Ausweichverhaltens und begründen den hinlänglich bekannten Teufelskreis (Bensel, W., 2016).

Wenn es darum geht, Konzepte für die Zukunft zu entwickeln, sind derlei Fluchtversuche also nicht hilfreich. Vielmehr gilt es sich mit den aktuellen Erfahrungen ehrlich und offen auseinanderzusetzen. Krisen fordern zur Veränderung auf. Krisenfestigkeit beweist sich in der Bereitschaft den Wandel anzunehmen, ohne sich von den wesentlichen Werteüberzeugungen zu verabschieden. Diese Erkenntnis hat auch Relevanz für den Personenzentrierten Ansatz.

## Perspektiven des Personenzentrierten Ansatzes in der aktuellen Situation

In die bereits beschriebene Phase der 1968er Jahre fällt auch die Gründung der GwG (1970). Das personenzentrierte Konzept passte in die Zeit und den Geist dieser Jahre. Vor diesem Hintergrund wuchs der Verband auf bis zu 8.500 Mitglieder Mitte der 1980er Jahre an. Diese fruchtbare Entwicklung bildete sich auch in der Lehre ab. Rund 30 Professorinnen und Professoren vertraten zu dieser Zeit nach Angaben der GwG-Geschäftsstelle den Ansatz an den psychologischen Fakultäten deutscher Hochschulen. Die Gesprächspsychotherapie erfuhr ein hohes Maß an Anerkennung. Die personenzentrierte Suchttherapie war Teil dieser Entwicklung und erhielt 1997 die sozialrechtliche Anerkennung. Bereits in der ersten Empfehlungsvereinbarung für die Rehabilitation Abhängigkeitskranker im Jahr 1978 war die Gesprächspsychotherapie als eines von wenigen anerkannten Verfahren für die Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen aufgeführt. In der Folgezeit kam es zu einer systematischen Weiterentwicklung des Ansatzes. Unter der Federführung von Stefan Jacobs, Gert-Walter Speierer und Siegfried Tasseit entstand ein eigener GwG-Weiterbildungsgang (GwG Akademie, 1998). Damit wurde der Grundstein für eine über viele Jahre erfolgreiche geschäftspsychotherapeutische Weiterbildung von Suchttherapeutinnen und -therapeuten gelegt.

Personenzentrierte Konzepte in der Beratung und Behandlung Abhängigkeitskranker sind wissenschaftlich fundiert, verfügen über eine eigene Störungstheorie, sind praxiserprobt und erwiesenermaßen effektiv. Dieses eigenständige Konzept wurde umfassend 2012 in dem Praxishandbuch „Personenzentrierte Beratung

und Behandlung bei Suchtstörungen“ (Bensel & Fiedler, 2012) dargestellt.

Die Zeiten und der Zeitgeist haben sich verändert. Anerkennungen sind uns verloren gegangen. Das gilt auch für den suchtherapeutischen Weiterbildungsgang, der 2016 eingestellt werden musste. Diese Entwicklung war nicht leicht und auch mit Kränkungen verbunden. Damit der Personzentrierte Ansatz in der Suchthilfe nicht verschwindet, gilt es auch hier Veränderungen anzunehmen. Suchtstörungen sind weiterhin häufig und eine Herausforderung in nahezu allen psychosozialen Tätigkeitsfeldern. Eine bedarfsangepasste Qualifikation im Personzentrierten Ansatz kann dabei auch in der Zukunft notwendige und hilfreiche Handlungskonzepte für die Praxis vermitteln. Das ist eine Chance und eine Perspektive für die Weiterführung des Ansatzes.

Personzentrierte Konzepte werden generell dann zukunfts- und krisenfest sein, wenn sie auch weiterhin durch theoretische Ausarbeitungen begleitet und fortgeschrieben werden. Ein aktueller Beleg dafür ist das vor Kurzem erschienene Buch von Jobst Finke, das sich dem umfassenden Verstehen von Gefühlsnetzwerken widmet und neue therapierelevante Aspekte und Perspektiven aufzeigt (Finke, J., 2023).

Für die Weiterentwicklung ist darüber hinaus die Präsenz an Hochschulen ein wichtiger Baustein. Gegenwärtig kümmern sich in der Disziplin der Sozialen Arbeit unter anderem an Hochschulen in Köln, Berlin, Freiburg und Gera, erfahrene personzentriert arbeitende Wissenschaftlerinnen, Wissenschaftler und Lehrbeauftragte um den Einbezug des Ansatzes in die Lehre dieser Fachdisziplinen. Das ist ermutigend.

## Notwendige politische Maßnahmen

Neben einer änderungsoffenen Haltung und der Bereitschaft, zu gestalten statt zu verharren und zu beklagen, lehrt der Blick auf die Geschichte, dass Wege aus der Krise begleitet waren durch jeweils relevante politische und gesetzgeberisch gestaltende Maßnahmen. Diese entstanden als notwendige Korrekturen von Lebens- und Gesellschaftsverhältnissen, die sich als dysfunktional erwiesen und zum Sprengstoff für die soziale Gemeinschaft zu werden drohten. Beispielfhaft sei erinnert an die bereits erwähnte Implementierung der Sozialversicherung unter Bismarck in der Zeit der industriellen Revolution. Wie aus den zuvor beschriebenen Umbruchphasen ersichtlich, waren es somit immer auch geeignete sozialpolitische Maßnahmen, die den Weg aus der Krise mit unterstützten.

In unserer Gesellschaft sehen wir derzeit deutliche Fliehkräfte und Radikalisierungstendenzen, die zu einer ernsten Gefahr für die Demokratie und den Pluralismus werden können. Erneut sind hier deshalb auch jetzt Maßnahmen der Sozial- und Gesundheitspolitik erforderlich. Auf struktureller Ebene stellt sich die große Aufgabe, die Sozialversicherungssysteme anzupassen

und zukunftsfest zu machen. Mit kleineren Korrekturen wird es hierbei nicht getan sein. Neben den Problemen der Renten- und Pflegeversicherung können wir bereits, im wahrsten Sinn des Wortes, am eigenen Leib erfahren, dass unser Gesundheitssystem schon heute in vielen Bereichen an seinen Grenzen angelangt ist. Die Liste kurzfristig umsetzbarer Maßnahmen beginnt auch hier mit dem Abbau überbordender und zeitraubender bürokratischer Vorgaben.

## Erhalt gemeinschaftsfördernder Strukturen

Vorrangig zu beachten ist darüber hinaus der zunehmende Bedeutungsverlust traditionell gemeinschaftsstützender Institutionen. Am gravierendsten ist dies derzeit vermutlich bei den Kirchen erkennbar, aber auch Gewerkschaften, politische Parteien, Vereine oder auch Selbsthilfegruppen sind vor dem Hintergrund von Austritten und fehlenden Neumitgliedern in der Erfüllung ihrer bisherigen Aufgaben ernsthaft gefährdet. Damit verändern sich Strukturen, die das Gemeinwesen stützen und fördern. Soziale Erfahrungs- und Lernräume gehen damit ebenso verloren wie eine Vielzahl konkreter hilfreicher sozialer Angebote vor Ort. Beispielfhaft zeigt sich in den Konzepten der Suchtselbsthilfegruppen eine Haltung, die wir in der Gesellschaft allerdings nicht verlieren dürfen. Es ist dies die Bereitschaft, für sich selbst verantwortlich und gleichzeitig im sozialen Engagement für den Nächsten tätig zu sein. Dies ist das Fundament einer funktionsfähigen, sozialen Gemeinschaft und einer Gesellschaft, die sich nicht im Eigennutz und Egoismus verliert.

Eine weitere, ähnlich komplexe Aufgabe, kennen wir ebenfalls aus der Suchttherapie. Die entscheidende Voraussetzung für Veränderung ist eine intrinsische Motivation. Bezogen auf die aktuelle Krise gilt das Gleiche: Veränderung braucht Ziele, Wünsche, Sehnsüchte, aber auch das Wahrnehmen der negativen Konsequenzen, sollte der Status quo aufrecht erhalten bleiben. Und – auch das gehört zur Wahrheit: Nur wenn der Einsicht auch das Handeln folgt, wird sich tatsächlich etwas verändern!

## Fazit

Diese Überlegungen zeigen, dass die Konzepte, die wir aus den verschiedenen Bereichen der Suchthilfe kennen, auch relevant sind für die Bewältigung der aktuellen Krisen. Zusammengefasst bedeutet dies, Veränderungen anzunehmen und sich ihnen zu stellen, Eigenverantwortung zu übernehmen und aus innerer Motivation kreativen Gestaltungswillen zu entwickeln.

Diese Herausforderung stellt sich im Übrigen auch allen suchtkranken Menschen, die sich auf den Weg machen ihre Krankheit zu überwinden und die bereit sind zu akzeptieren, dass der Garten Eden uns leider verschlossen bleibt. Es hilft nicht, auch wenn wir noch so heftig an den Toren zum Paradies rütteln. Aber: Der Vorhof zum Paradies ist offen und gibt Raum zur Gestaltung. Das ist nicht wenig.



**Literatur:**

- Anonyme Alkoholiker (Hrsg.). (2009). Das Blaue Buch. Marktoberdorf: Schnitzerdruck.
- Baudelaire, C. (2021). Die künstlichen Paradiese. Berlin: Europäischer Literaturverlag (elv).
- Bensel, W. & Fiedler, D. (Hrsg.). (2012). Personzentrierte Beratung und Behandlung von Suchtstörungen. Köln: GwG Verlag.
- Bensel, W. (2016). Der Personzentrierte Ansatz. In: Vogelgesang, M. & Schuhler, P. (Hrsg.). Psychotherapie der Sucht. Lengerich: Pabst.
- Bensel, W. (2018). Suchttherapie im Wandel - ein Plädoyer für den Erhalt eines erfolgreichen Versorgungssystems. In: Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung, 3/18, 155-159.
- Deutsche Bibelgesellschaft (Hrsg.). (1982). Die gute Nachricht, die Bibel im heutigen Deutsch. Stuttgart: Biblia Druck.
- Finke, J. (2023). Das Netzwerk der Gefühle – Personzentrierte Emotionspsychologie in Psychotherapie und Beratung. München: Reinhardt.
- GwG-Akademie (1998). Weiterbildung zum Sozialtherapeuten Klientenzentriert/gesprächspsychotherapeutisch orientiert. Köln: GwG Verlag.
- Marschall, B. (2023). Wenn eine kranke Seele das Leben ausbremst. In: Saarbrücker Zeitung, Themen des Tages. Ausgabe vom 27.12.2023.
- Rudeck, B. & Schmidt, H.G. (1997). Der Ausgangspunkt – Mäßigkeitsvereinigungen und Abstinenzverbände. In: DHS (Hrsg.). Suchtkrankenhilfe in Deutschland. Freiburg: Lambertus.
- Vogelgesang, M. (2016). Elemente der Suchttherapie im Spannungsfeld zwischen Tradition und Innovation. In: Vogelgesang, M. & Schuhler, P. (Hrsg.). Psychotherapie der Sucht. Lengerich: Pabst.



Wolfgang Bensel, Dipl. Sozialarbeiter, Gesprächspsychotherapeut und Sozialtherapeut (GwG), Ausbilder (GwG). Seit 1984 in der stationären Rehabilitation Abhängigkeitserkrankter tätig.

*Kontakt: [benselw@gmx.de](mailto:benselw@gmx.de)*

Anzeige



[www.dfi-focusing.de](http://www.dfi-focusing.de)

Anmeldung:



[www.deutsches-focusing-institut.de/sommerschule/programm](http://www.deutsches-focusing-institut.de/sommerschule/programm)

**Fortbildungspunkte werden beantragt**

*Integrierbar in alle gängigen psychotherapeutischen Verfahren.*

*focus on...*

## FOCUSING SOMMER IM SCHLOSS

**43. Internationale Focusing-Sommerschule (DFI)**  
19. - 28. Juli 2024  
Schloss Buchenau (Bad Hersfeld) Mitte Deutschland

### FOCUSING SYMPOSIUM

· Pater Anselm Grün ·  
· Dr. Horst Poimann & Anna Poimann · Charlotte Rutz ·

**Teil 1 vom 19.07. bis 23.07.2024**

*- vier Seminare parallel -*

Focusing lernen – Seminar I der Focusing-Basis-Ausbildung  
mit *Ulrike Boehm* und *Peter Ackermann*

Herrlich weiblich! Frauenkörper – Frauenleben – Frauenkraft.  
Ein Seminar zwischen FeltSense und Sinnlichkeit  
mit *Eva Gregor* und *Charlotte Rutz*

Tanz der Polaritäten – eine Forschungsreise mit Focusing und Tanztherapie  
mit *Sabine Höhn* und *Martin Höhn*

Pflanzenkörper – Tierkörper – Focusingkörper  
mit *Klaus Renn*

**Teil 2 vom 24.07. bis 28.07.2024**

**Focusing-Symposium:**

*Pater Anselm Grün* zu „Achtsamkeit“  
*Dr. Horst Poimann* und *Anna Poimann* zu „Dialog“  
*Charlotte Rutz* zu „unser Geworden-Sein“

*- parallel dazu -*

Authentic Movement und Focusing  
Sommerfrische, die durch meinen Körper weht –  
*- mit Almut Hepper*

*Sommerschulleitung: Klaus Renn*