

## ABSTRACT

„Psychosomatik oder das verkörperte Gegenüber“

Mag.a Jolana Rixinger-Jehlicka

Psychosomatik in der Psychotherapie ist ein interessantes Thema, das die Verbindung zwischen psychischen und körperlichen Symptomen untersucht. In der Psychotherapie wird angenommen, dass psychische Belastungen und Konflikte zu körperlichen Beschwerden führen können. Durch die Behandlung dieser psychischen Ursachen können auch die körperlichen Symptome gelindert werden. In dieser Arbeit habe ich untersucht, inwiefern der Personzentrierte Ansatz in der Psychotherapie dabei helfen kann psychosomatische Beschwerden oder Symptome der Klient:innen zu lindern.

Im ersten Teil widme ich mich der historischen Entwicklung der Begrifflichkeiten rund um das Thema der Psychosomatik. Hierbei wird auch der sich geschichtlich verändernde Zugang beleuchtet. Angefangen mit einer untrennbaren Selbstverständlichkeit für die psychosomatischen Zusammenhänge, über die Einflüsse der medizinischen Entwicklung in der bildgebenden Diagnostik und der sich daraus ergebenden Trennung der Psyche und des Soma, bis zur jüngeren Geschichte und der Brücke über das biopsychosoziale Modell zum heutigen Verständnis. Auch die Einflüsse und Betrachtungen zur Psychosomatik, aus der Sicht der anderen psychotherapeutischen Richtungen werden miteinbezogen.

Die Diagnostik und Therapie in der Psychosomatik laut ICD-10 und die spezifischen psychosomatischen Krankheitsbilder, aus der Perspektive der Krankheit als ein multifaktorielles Geschehen werden im Hauptteil veranschaulicht. Aus der psychosomatischen Sicht, gegliedert nach den Organsystemen und unter Bezugnahme auf die psychotherapeutische Perspektive, wird ein Krankheitsbild mit seinen entsprechenden Symptomen, nach dem anderen beschrieben und um meine eigenen Erfahrungen aus psychotherapeutischen Praxis ergänzt.

Den Abschluss bietet ein Ausblick auf die aktuelle Entwicklung in der Psychoneuroimmunologie und die Einflüsse auf sich neu ergebenden Sichtweisen in der Psychosomatik.

Da die Feinheit und Differenziertheit in der Sprache mit den Klient:innen, die Basis einer gelungenen und die psychosomatische Sichtweise erkennenden und integrierenden therapeutischen Beziehung ist und eine Schlüsselrolle in der Therapie spielt, biete ich im Addendum eine umfangreiche Nachschlagefibel. Diese dient zur Sensibilisierung im Umgang mit der Verwendung von Sprachbildern, Volksweisheiten und Synonymen.

Der Personzentrierte Ansatz, mit seinem Menschenbild und seinen Bedingungen ist prädestiniert für die bedingungslose Anerkennung der Person, als ein Ganzes, als ein psychosomatisch funktionierendes Gegenüber. Dies beinhaltet auch psychosomatische Beschwerden und Symptome welche die Klient:innen in die Psychotherapie, weil nicht voneinander trennbar, mitbringen. Eine Sensibilisierung und Offenheit für diesen Blick und die damit einhergehenden Möglichkeiten in der psychotherapeutischen Praxis möchte ich mit dieser Arbeit aufzeigen.