

MITK NEWSLETTER



1. Jahrgang 2017, Ausgabe 2

Medizin und Kommunikation über Grenzen hinweg

Impressum

Herausgeber: MITK – Medizinisches
Institut für transkulturelle Kompetenz,
Broclawski & Golsabahi,
33602 Bielefeld
Tel.: 0521/98 62 15 50
Fax: 0521/98 62 15 51
E-Mail: sekretariat@mitk.eu
Internet: www.mitk.eu
Layout: TGraph – Dr. Thomas Haunold
A-1180 Wien
Tel.: +43/(0)676/5665397
E-Mail: thomas.g.haunold@gmail.com

Inhalt

Editorial.....	1
Das gruppenanalytische Modell von S. H. Foulkes.....	2
Fortbildung & Weiterbildungsangebote	3
Kurse & Veranstaltungen.....	4
Aktuelles.....	5
Mediale Präsenz des MITK	6
Publikationen des MITK	7
Buchempfehlung	7

Editorial

Liebe Leser und Leserinnen,

wie Sie wissen, ist unser Institut in vielfältigen Bereichen aktiv und gestaltend mitwirkend. Wir sind stets um Optimierung bemüht und haben entsprechend in der zweiten Ausgabe unseres Newsletters einige Änderungen vorgenommen.

Ein direktes Abonnement des Newsletters ist ab sofort unter www.mitk.eu möglich.

Folgende Aufteilungen sollen die vielschichtigen Tätigkeitsbereiche des Institutes widerspiegeln:

1. Publikationen: Die Beiträge der Kongresse aber auch der aktuellen Publikationen sind ab sofort mit Verweis zu finden.
2. Mediale Präsenz: die Berichterstattungen werden Ihnen zusammengefasst präsentiert.
3. Fortbildungen: Die aktuellen Fortbildungen und Weiterbildungsangebote sind entsprechend nach Abstimmung mit den jeweiligen Kooperationspartnern aufgelistet.

4. Kurse: Angebote der Heilbehandlung und auch der Resilienz werden aufgeführt.

Wir hoffen damit einen didaktischen und anschaulichen Aufbau erstellt zu haben und freuen uns auf Ihre Rückmeldungen.

Wir dürfen Ihnen hiermit auch berichten, dass die Termine für den zweiten Lehrgang des Curriculums der transkulturellen Medizin in Kürze im Rahmen der 3. Ausgabe des MITK-Newsletters bekannt gegeben werden.

In Kooperation mit der WPA-tps werden die Beiträge der 2. Internationalen Tagung der transkulturellen Medizin in Gdynia/Polen in der 3. Ausgabe veröffentlicht.

Mit freundlichen Grüßen
Redaktionsteam
MITK



Das gruppenanalytische Modell von S. H. Foulkes

Solmaz Golsabahi-Broclawski

(Institut für transkulturelle Kompetenz, Bielefeld)

Gruppen sind hochkomplexe Strukturen. Sie besitzen unvorhergesehene, dynamische Entwicklungsverläufe, nehmen Einfluss auf ihre Gruppenmitglieder und lassen sich auch von ihren Mitgliedern beeinflussen. Diese Form der gegenseitigen Beeinflussung ist ein wichtiges Merkmal der Gruppe. Das Behandeln in Gruppen stellt besonders für viele Therapeutinnen und Therapeuten eine große Herausforderung und Überforderung dar. Alleine das Leiten von Gruppen in einer psychiatrischen Klinik verlangt viel Übung, Wissen und Erfahrung. Denn Gruppentherapien werden mit ganz unterschiedlichen Menschen, in verschiedensten Settings und unter Berücksichtigung vielfältiger Theorien durchgeführt.

Das Arbeiten mit und in Gruppen ist aber zugleich auch eine wirksame und kostengünstige Behandlungsmethode bei psychischen und psychosomatischen Erkrankungen. Besonders die gesundheitspolitische Absichtserklärung der aktuellen Bundesregierung, Wartezeiten in der psychotherapeutischen Therapie zu reduzieren, die Gutachterverfahren zu entbürokratisieren und Gruppentherapien zu fördern, hat zu einer größeren Beliebtheit der Gruppenpsychotherapie geführt.

Doch was genau verstehen wir unter Gruppentherapie und was unterscheidet sie von der Einzeltherapie? Unter Gruppentherapie versteht man ein Behandlungsverfahren, welches nicht mit einem einzelnen Klienten, sondern mit einer Gruppe von Klienten durchgeführt wird. Wenn wir von Gruppentherapie sprechen, sprechen wir von verschiedenen Konzepten und Verfahren innerhalb der Gruppentherapie.

In dem vorliegenden Aufsatz werde ich das gruppenanalytische Modell von S. H. Foulkes vorstellen.

Die Grundlage des gruppenanalytischen Modells von Foulkes stellen die psychoanalytische Behandlungstechniken, die psychologische Gestalttheorie und die soziologischen Annahmen Norbert Elias dar.

Foulkes versucht die psychoanalytischen Behandlungstechniken und Denkweisen auf die Gruppe anzuwenden. Dabei überträgt er diese nicht, sondern passt sie der Gruppe an. Denn die Gruppenpsychotherapie kann nicht einfach in einer Übertragung individualpsychoanalytischer Prinzipien auf mehrere Individuen bestehen. Sie verlangt eine Umformung und Erarbeitung neuer Prinzipien (vgl. Foulkes 2007).

Eine weitere wichtige Annahme Foulkes, die von der eigentlichen Annahme der Psychoanalyse abweicht, liegt in einer ergebnisorientierten Arbeit. „Gruppenanalyse interessiert sich nicht so sehr dafür, wie Menschen so wurden wie sie sind, sondern für die Frage: Was ändert sie, oder was hindert sie, sich zu ändern?“ (Foulkes 2007, S. 124)

Die grundlegende Basis gruppenanalytischer Wirkung liegt für Foulkes im Prozess der Kommunikation. Das Individuum ist das Ergebnis der Gemeinschaft. Jedes Individuum ist in ein Netzwerk von Beziehungen eingebettet, welches durch die verschiedenen Arten der Kommunikation gebildet wird. Dieses Phänomen bezeichnet Foulkes als Matrix. (Foulkes 2007, S.164). Das Individuum stellt in solch einem Netzwerk nur Knotenpunkte einer Einheit dar. Jede seiner Handlungen ist immer eine Aktivität des ganzen Systems. Das heißt, dass in einer Gruppensituation die Teilnehmer nicht nur individuell auf den Therapeuten übertragen. Es entwickelt sich in der Gruppentherapie vielmehr ein neues Netzwerk von bewussten und unbewussten Beziehungen, zu dem auch der Therapeut gehört. Dieses neue Netzwerk wird als dynamische Matrix bezeichnet (Brandes 1999, S. 122).

Das Verhalten des Einzelnen ist in der Gruppe nur vor dem Hintergrund der gesamten Gruppe verständlich: Die „Gruppe als Ganzes assoziiert, antwortet und reagiert. Die Gruppe nun bedient sich zwar einmal des einen Sprechers, einmal des anderen, aber immer ist das transpersonale Netzwerk sensibilisiert, äußert sich und reagiert“ (Foulkes 2007, S. 175).

Die Aufgabe des Therapeuten besteht darin, die Gruppe zu beobachten und zu verstehen. Im Gegensatz zu anderen Gruppenverfahren sieht Foulkes die analytische Funktion nicht primär in den Händen des Gruppenleiters, sondern in denen der Gruppe. Die grundsätzliche psychoanalytische Arbeit wird also durch die Gruppe geleistet.

Literatur:

Foulkes, S. H.: Gruppenanalytische Psychotherapie. 2. unveränderte Auflage. Frankfurt am Main 2007.

Brandes, H.: Individuum und Gemeinschaft in der sozialen Gruppenarbeit. In: Effinger, Herbert (Hrsg.): Soziale Arbeit und Gemeinschaft. Freiburg 1999.



Fortbildung & Weiterbildungsangebote

- **04.09., 09.10., 06.11., 27.11.2017, Düsseldorf: Balintgruppen für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Klienten mit Zuwanderungsgeschichte betreuen und beraten (für Beschäftigte im öffentlichen Gesundheitsdienst).** Fortbildungsveranstaltung (erwünscht ist eine Teilnahme an mindestens 2 Sitzungen), Akademie für öffentliches Gesundheitswesen in Düsseldorf, Düsseldorf, Akademie für öffentliches Gesundheitswesen, Conference Area.
Auskunft und Anmeldung: Veranstaltungsbüro, Kanzlerstraße 4, 40472 Düsseldorf, Telefon: 0211/3 10 96-11,
Fax: 0211/3 10 96-34, E-Mail: veranstaltungsbuero@akademie-oegw.de



- **27.09.2017, Bielefeld: Migration und Abspaltung der Realität – Herausforderung in der Psychiatrie.** Allgemeine Fortbildungsveranstaltung für Ärzte/innen, Psychologische Psychotherapeuten/innen und Interessierte, Akademie für medizinische Fortbildung der Ärztekammer Westfalen-Lippe (ÄKWL) und der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe (KVWL) in Zusammenarbeit mit dem Medizinischen Institut für transkulturelle Kompetenz Bielefeld (MITK), Bielefeld, Hotel Brackweder Hof.
Auskunft und Anmeldung: Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster, Telefon: 0251/929-2224 oder 0251/929-2208, Fax: 0251/929-2249, E-Mail: Ly@aekwl.de oder decampos@aekwl.de
Website: www.aekwl.de/fortbildung



- **16.10.2017, Bielefeld: Transkulturelle Kompetenz im ÖGD (für Beschäftigte im öffentlichen Gesundheitsdienst).** Fortbildungsveranstaltung, Akademie für öffentliches Gesundheitswesen in Düsseldorf, Bielefeld, Hotel Brackweder Hof.
Auskunft und Anmeldung: Veranstaltungsbüro, Kanzlerstraße 4, 40472 Düsseldorf, Telefon: 0211/3 10 96-11, Fax: 0211/3 10 96-34,
E-Mail: veranstaltungsbuero@akademie-oegw.de



- **16.12.2017, Münster: Zwischen Kommen und Bleiben – Medizinische Versorgung als Grundpfeiler der Integration.** Fortbildungsveranstaltung, Akademie für medizinische Fortbildung der Ärztekammer Westfalen-Lippe (ÄKWL) und der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe (KVWL) in Zusammenarbeit mit der Akademie für öffentliches Gesundheitswesen in Düsseldorf und dem Medizinischen Institut für transkulturelle Kompetenz Bielefeld (MITK), Münster, Ärztekammer Westfalen-Lippe, Raum „Westfalen-Lippe“ (2. Etage).
Auskunft und Anmeldung: Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster, Telefon: 0251/929-2224 oder 0251/929-2208, Fax: 0251/929-2249, E-Mail: Ly@aekwl.de oder decampos@aekwl.de
Website: www.aekwl.de/fortbildung



Kurse & Veranstaltungen

In Kooperation mit Frau Melanie Berg
(www.dialog-berg.de – Anmeldung unter: info@dialog-berg.de)
werden unterschiedliche Kurse insbesondere am Wochenende
angeboten um Resilienz zu stärken.



MITK
Medizinisches Institut
für transkulturelle Kompetenz
Broclawski & Golsabahi



MELANIE BERG

Aktuelle Kurse sind unter anderem:

- **Neue Wege im Umgang mit Stress:** Anforderungen und Belastungen im beruflichen und privaten Umfeld sind komplex. Ein unreflektierter, unflexibler Umgang mit täglich anfallenden Belastungen kann zu erhöhten Anspannungen bis hin zu konkreten psychischen und körperlichen Erkrankungen oder Burnout führen. Wer lernt, wie man Stress erkennen, analysieren und bewältigen kann, ist in der Lage seine Belastungen zu verringern.
- **Rauchstopp vorbereiten und umsetzen:** Vielen Rauchern fällt es schwer, sich für immer von der Zigarette zu trennen. Als treuer und zuverlässiger Begleiter in nahezu allen Lebenslagen und Bedürfnissituationen wird sie sehr geschätzt. Zum Entspannen nach getaner Arbeit oder beim Konzentrieren auf schwierige Aufgaben. Egal, was der Raucher gerade braucht, die Zigarette gibt's. Wenn nur nicht die Gesundheit darunter leiden würde und überdies auch noch der Geldbeutel!



Zusammenarbeit Mrs.Sporty Bielefeld

Frauen für Sport und gesunde Ernährung zu begeistern – das ist das oberste Ziel von Mrs.Sporty.

Das Leben ist komplex und chancenreich zugleich geworden – geprägt durch ständige Bewegung und Veränderung.

Berufliche Anforderungen und eigene hohe Ansprüche, Versagensängste und Rastlosigkeit erfordern eine Aktivierung der physischen und psychischen Ressourcen, ein Überdenken der eigenen Denk- und Handlungsmuster. Erst die innere Ausgeglichenheit, geistige Flexibilität und Körperkraft ermöglichen eine zufriedene Zukunft mit einer erfolgreichen und gesunden Lebensgestaltung. Auf welche Weise können insbesondere Frauen ihre Kompetenzen und damit auch ihre Widerstandsressourcen (Resilienz) bestmöglich fördern. Unter Resilienz wird im Folgenden die Fähigkeit verstanden, mit Belastungen fertig zu werden, die jedem Kind in der einen oder anderen Weise begegnen werden und nicht nur die außergewöhnlichen Belastungen, die zu schweren Traumata führen können. In der Salutogenese geht es um die Frage: „Was lässt den Menschen trotz außergewöhnlicher Belastungen gesund bleiben?“ Konfliktmanagement, Kompetenz zur Problemlösung – regelmäßiges Training ist anstrengend. Manchmal kommen wir an unseren Grenzen oder haben keine Lust mehr. Konfliktmanagement bedeutet hier z.B. das Abbrechen oder Fortführen der einzelnen Trainingseinheit, das Einlegen einer kurzen Pause oder sogar das Abwägen für oder gegen ein Training.

Bei Mrs.Sporty trainierst Du Deine Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit in nur 30 Minuten in einer kleinen Gruppe durch unser Zirkeltraining. Zwei- oder dreimal pro Woche, jeweils 30 Minuten reichen aus, um Deine Ziele zu erreichen.

Ein persönlicher Trainer unterstützt und betreut Dich bei jedem Training. Durch die persönlichen Trainergespräche kennen wir Deine Ziele und unterstützen Dich dabei Deine Ziele zu erreichen.



Das Team von Mrs.Sporty Bielefeld

Mit der Kombination aus Training und einer gesunden, stressfreien Ernährung bleibst Du nachhaltig und dauerhaft fit. Außerdem brauchst Du keinen Jo-Jo-Effekt befürchten.

Und welche Ziele hast Du?

- Mehr Mobilität durch mehr Beweglichkeit?
- Mehr Energie und Ausdauer für den Alltag?
- Neue Kraft spüren?
- Rückenschmerzen lindern?
- Gesunde und dauerhafte Gewichtsabnahme?

Wir beraten Dich hierzu gerne!

Nächster Termin 01.09.2017 um 11.00 in den Räumen der Praxis, Obernstrasse 1a, 33602 Bielefeld.

Kontakt:

Mrs.Sporty Bielefeld

Niedernstraße 18, 33602 Bielefeld

Tel.: 0521/5609061 • Fax: 0521/5609062

E-Mail: club11@club.mrssporty.de

Internet: www.mrssporty.de/club/bielefeld



Medizin global und transkulturell betrachtet

Neues Fortbildungscurriculum wurde erstmals während der Borkumwoche angeboten

Traskulturelle Kompetenz für medizinisches Personal ist gefragter denn je. Doch während der Versorgungsbedarf angesichts weltweiter Migration und Flüchtlingsströme wächst, hat die Vermittlung dafür benötigter Kompetenzen noch nicht hinreichend Eingang in die medizinische Ausbildung gefunden. Transkulturelle Kompetenz zu vermitteln ist zentrales Anliegen eines neuen Fortbildungscurriculums, das erstmals bei der diesjährigen Borkumwoche angeboten wurde. Schon jetzt ist eine Wiederholung für die Borkumwoche 2018 geplant.

Das Curriculum, das die Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL in Kooperation mit dem Medizinischen Institut für transkulturelle Kompetenz (MITK) und der Akademie für öffentliches Gesundheitswesen Düsseldorf erarbeitet hat, führt zum Erwerb des Zertifikats Transkulturelle Medizin. Das neue Angebot ist auch bundesweit wegweisend und kann künftig fachübergreifend die Expertise verschiedener Berufsgruppen verknüpfen. Es bietet damit Ansatzpunkte zur Optimierung der Versorgung.

Ärztinnen und Ärzte unter transkulturellem Aspekt fit zu machen für die Diagnostik und Therapie somatischer und psychiatrischer Erkrankungen und so das Management der Versorgung von Migranten zu verbessern, bedeutet einen hohen Anspruch. Das Curriculum sieht dazu 50 Unterrichtseinheiten vor, von denen 13 als eLearning-Maßnahme gestaltet sind. Die multidisziplinäre Gestaltung des Curriculums mit Vertretern aus den Fächern Innere Medizin, Chirurgie, Frauenheilkunde, Pädiatrie, Neurologie und Psychiatrie spiegeln die Vielschichtigkeit der Thematik.

Die Migration ist per se weder krankmachend noch gesundheitsfördernd. Sie ist eine Herausforderung und begründet einen Bedarf nach Begleitung und Wahrnehmung. Kommunikation ist deshalb ein Grundstein des Curriculums Transkulturelle Medizin. Es gilt, die Ebenen der Kommunikation und die Unterschiede von Sachebene und Beziehungsebene zu erkennen, ferner die Unterschiede in der Arzt-Patienten-Beziehung innerhalb verschiedener Kulturen. Welche sprachlichen und kulturellen Barrieren sind vorhanden und welche lassen sich in der ärztlichen Sprechstunde überwinden? Wann sind Mediatoren erforderlich?

Reflexion ist unerlässlich

Die Reflexion des eigenen Ich und des fremden Ich ist unerlässlich für die Arbeit mit Patienten mit und ohne Zuwan-



In der Borkumer Grundschule waren Ärztinnen und Ärzte während der Borkumwoche zu Gast, um erstmals das Curriculum Transkulturelle Medizin zu absolvieren. Foto: kd

derungsgeschichte. Das Fremdsein bekommt im Umgang mit Menschen mit Zuwanderungsgeschichte im Erwachsenenalter Dimensionen der Diversität und der Sensibilisierung für Alltagsrassismus. Einzelne Bausteine des Curriculums sind diesem Thema gewidmet, um möglichem Unbehagen im klinischen Alltag zu begegnen.

Die Bausteine des Fortbildungscurriculums sind aufgeteilt in somatisch und psychiatrisch geprägte Fächer. Die Gestaltung der Sprechstunde, hausärztliche Grunddiagnostik und Befundinterpretation und Anforderungen, die Pathogenese der Volkskrankheiten (Diabetes Mellitus, Arterielle Hypertonie, Adipositas u. a.) und die invasive und medikamentöse Behandlung werden im Fokus der Transkulturellen Medizin betrachtet. Hierbei spielen die Ätiologie und die Pathogenese (Enzym Cytochrom P450 u. a.) eine Rolle, Verlaufsformen werden erläutert und neu reflektiert.

Die Schwerpunkte der Pädiatrie und Frauenheilkunde im Fortbildungscurriculum sind insbesondere aus systemischer Sicht von Bedeutung. Nicht nur die einzelnen Besonderheiten und Diagnosen zum Stillen, frühkindlichen Entwicklungsstörungen, zu Normwerten der kindlichen Entwicklung, Menarche, Pubertät, sexuellen Entwicklungen und Geboten, Endometriose, Schwangerschaften, Mamma-Karzinom u. a. werden erarbeitet. Auch Besonderheiten wie Beschneidungsthematik der Religionen und Kulturen, das Verständnis von Krankheit und Gesundheit, und der Umgang mit dem Tod werden aus transkultureller Sicht besprochen und reflektiert.

Die Besonderheiten der invasiven chirurgischen Fächer werden während des Fortbildungscurriculums in einer separaten Einheit hervorgehoben. Dabei geht es nicht nur um Feinheiten der Aufklärung angesichts kultureller und sprachlicher Barrieren, sondern auch um die Besonderheiten der chirurgischen Eingriffe und Umgang mit der Chirurgie.

Das Fortbildungscurriculum Transkulturelle Medizin wird während der Borkumwoche 2018 erneut angeboten. Vorab ist eine auf das Curriculum anrechnungsfähige Veranstaltung zur Information und ersten Einführung in die Thematik geplant. Auskunft hierzu gibt die Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL:

Kristina Balmann, Tel. 0251 929-2220.

Dr. Solmaz Golsabahi-Broclawski
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie und
Wissenschaftliche Leiterin des
Curriculums Transkulturelle Medizin

Nachdruck mit freundlichem Dank aus
Westfälisches Ärzteblatt 06 | 17

Mediale Präsenz des MITK

Suchterkrankungen und Traumata bei Flüchtlingen erkennen

Veranstaltung im Kreishaus Osnabrück

Flucht, Sucht, Trauma: Diese Themen führte eine Fachveranstaltung im Kreishaus Osnabrück zusammen. Dabei ging es um die Aufbereitung des Themas Flucht und asylrechtliche Hintergründe. Zusätzlich wurden unterschiedliche Suchterkrankungen erklärt, Wissen zum Bereich Trauma vermittelt, und die Teilnehmer lernten Anlaufstellen für den Bedarfsfall kennen. Wie Betroffene zu erreichen sind, präventive Angebote und das Üben der Arbeit mit Dolmetschern wurden ebenso angesprochen, wie Vernetzung, Qualifizierungsangebote für Ehrenamtliche und Kenntnisse über unterschiedliche Herkunftsländer und Informationen über vorherrschende Behandlungsmethoden bzw. das Krankheitsverständnis: Es unterscheiden sich zwar nicht die Krankheiten, aber häufig der Umgang mit den Patienten.

Auszug aus einer Pressemeldung vom 3.4.2017

Landkreis Osnabrück

[Link zum Originalbeitrag](#)

Gegen kulturelle Barrieren in der Medizin

Die Psychiaterin Solmaz Golsabahi-Broclawski leitet das medizinische Institut für transkulturelle Kompetenz in Bielefeld und ist überzeugt, dass transkulturelle Kompetenz angesichts der wachsenden Zahl von Menschen mit Migrationsgeschichte eine immer größere Rolle im klinischen Alltag spielt – insbesondere auch das Verständnis von Sexualität.

Die Akademie für medizinische Fortbildung der Ärztekammer Westfalen-Lippe und der Kassenärztlichen Vereinigung

Westfalen-Lippe bietet Medizinern deshalb das von Solmaz Golsabahi-Broclawski entwickelte Curriculum „Transkulturelle Medizin“ an: Ein Programm für Ärzte um Behandlungen von Menschen mit Migrationsgeschichte trotz Kommunikationsproblemen zu verbessern.

„Kulturelle Barrieren zwischen Arzt und Patient erschweren die Behandlung“, erklärt Golsabahi-Broclawski. „Die Vielfalt der Gesellschaft sollte auch in die Ausbildung von Ärzten einfließen“, fordert die Bielefelderin mit österreichischen und persischen Wurzeln.

Verständnis von Sexualität spielt eine wichtige Rolle

„Das Verständnis von Sexualität spielt in der transkulturellen Medizin eine wichtige Rolle“, sagt Golsabahi-Broclawski. „Obwohl Sex ein Grundbedürfnis von Menschen ist, spielt es im Austausch von Ärzten und Patienten eine untergeordnete Rolle“, moniert Golsabahi-Broclawski.

Eine Tabuisierung des Themas und damit verbundene Unterdrückung von Sexualität kann zu psychischen Erkrankungen, Aggressionen oder Ängsten führen. „Manche Patienten, die aufgrund ihrer Sozialisation in streng religiösen Gesellschaften Sex als Sünde empfinden, bestrafen sich aus Angst oft selbst, wenn sie an Sex denken“, erklärt Golsabahi-Broclawski. „Besonders in monotheistischen islamischen, christlichen oder jüdischen Gesellschaften wird über Sex nicht gesprochen, Sexualität darf nicht ausgelebt werden und das macht wütend“, sagt Golsabahi-Broclawski. „Wenn so sozialisierte Menschen neu in einem Land wie Deutschland leben, müssen sie mit den geltenden Spielregeln vertraut gemacht werden, etwa dass Augenkontakt noch kein Flirten ist.“

Auszug aus
Carolin Nieder-Entgelmeier
Neue Westfälische, 6.4.2017
[Link zum Originalbeitrag](#)



Publikationen des MITK

Beiträge aus dem 10. Kongress der Transkulturellen Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Veranstaltet von DTPPP e.V., in Kooperation mit MITK, ÄKWL und ÖGD; publiziert in *Nervenheilkunde*; Editorial von Frau Dr. S. Golsabahi-Broclawski und Hr. A. Broclawski.

- *Nervenheilkunde*, 2017 (36), Heft 7, 495–582: *Kulturelle Kompetenz im klinischen Alltag – Teil 1.*
- *Nervenheilkunde*, 2017 (36), Heft 8, 583–682: *Kulturelle Kompetenz im klinischen Alltag – Teil 2.*

Buchempfehlung

Innere Heimat und Psyche

Das Kind in dir muss Heimat finden. Der Schlüssel zur Lösung (fast) aller Probleme.

Stefanie Stahl

Kailash Verlag 2015, Paperback, Klappenbroschur, 288 Seiten, ISBN: 978-3-424-63107-4

Stefanie Stahls Buch behandelt das Thema des inneren Kindes. Es ist ein Selbsthilfebuch, das sich sehr zügig liest, sodass man meint, eher Ratschläge einer guten Freundin in schriftlicher Version vor sich zu haben, als eine Fachperson mit erhobenem Zeigefinger. Die Autorin wendet hierfür das „Du“ an mit Vorschlägen, wie man schlagfertiger wird, wie man welche Übungen machen könnte, um nicht von den Bedürfnissen des inneren Kindes überwältigt zu werden.

Das würde einfach klingen, dieses „nicht überwältigt werden von den Bedürfnissen des inneren Kindes“, wenn es denn nur eines wäre. Sie schildert, dass jeder von uns ein sogenanntes Sonnenkind und ein Schattenkind in sich hat. Was sich ein wenig nach Dr. Jekyll und Mr. Hyde anhört, scheint tatsächlich eine innere Schlacht zu sein. Das Schattenkind ist das verletzlichere, das mehr auszuhalten hatte und im negativen Sinne sich zu verteidigen versucht und sich Gehör verschaffen möchte und dafür manchmal sogar die Benachteiligung des erwachsenen Ichs in Kauf nimmt, während das Sonnenkind manchmal zu leichtsinnig aber fröhlich und lebensbejahend allen Bedürfnisse nachgehen möchte und ebenso das erwachsene Ich in die Ecke stellt.

Im Alltag drückt sich das dann so aus, dass bei der kleinsten Ungereimtheit unseres erwachsenen Ichs, wie zum Beispiel das Übergebenwerden beim Familieneinkauf (Stahl benutzt das Beispiel der Lieblingswurst die von der Partnerin nicht eingekauft wurde), eine schwere Selbstwertkrise und Aggression auslösen kann obwohl man selbst nicht genau weiß, warum man dieses Potential von Kränkung und Wut in sich trägt.

Auch wenn manche Übungen, die die Autorin vorschlägt, schwer vorstellbar sind, geht sie doch detailliert in die Praxis über, bis hin zu mobbenden Kollegen, die das innere Schattenkind provozieren und wie man schlagfertig und dennoch erwachsen-besonnen darauf reagieren könnte. Des Weiteren führt sie aus, dass es einer Abgleichung dessen bedarf was unser Ideal-Selbst und was unser Real-Selbst ist; hierfür, wie auch in anderen Belangen, schlägt sie Gefühlsbrücken vor.

Insgesamt handelt es sich hierbei um ein Buch mit überschaubaren Literaturangaben das dem Leser/der Leserin beibringen möchte, dass wir unser Leben mit 2 inneren Kindern leben, die wir oft spazieren führen müssen. Jedes dieser Kinder an einer Hand, und mal zieht das eine Kind und mal das andere; ein wenig geben wir nach, ein wenig eben nicht, und das Ausbalancieren ist dann wohl das was wir „Heimat-haben“ oder „-geben“ nennen.

Rezension zusammengestellt von
Frau Mag. Shoka Golsabahi,
Kunsthistorikerin, freie Journalistin

