

## **Dokumentation „Wild Therapy“**

### **Kursziel:**

Ziel des Workshops war die Vermittlung des Wild-Therapy Ansatzes, eines spezifizierten Ansatzes psychotherapeutischer Behandlung, aufbauend auf dem ERT-Ansatz (Embodied-Relational Therapy) in sowohl selbstreflexiver Erfahrung als auch methodischer Reflexion.

### **Wer leitet den Kurs, kurzer Background**

Emma Palmer, Psychotherapeutin und Trainerin des Wild Therapy Ansatzes. Background als Verhaltenstherapeutin und Schüler\*in von Nick Totton, dem Entwickler des Ansatzes

### **Teilnehmende**

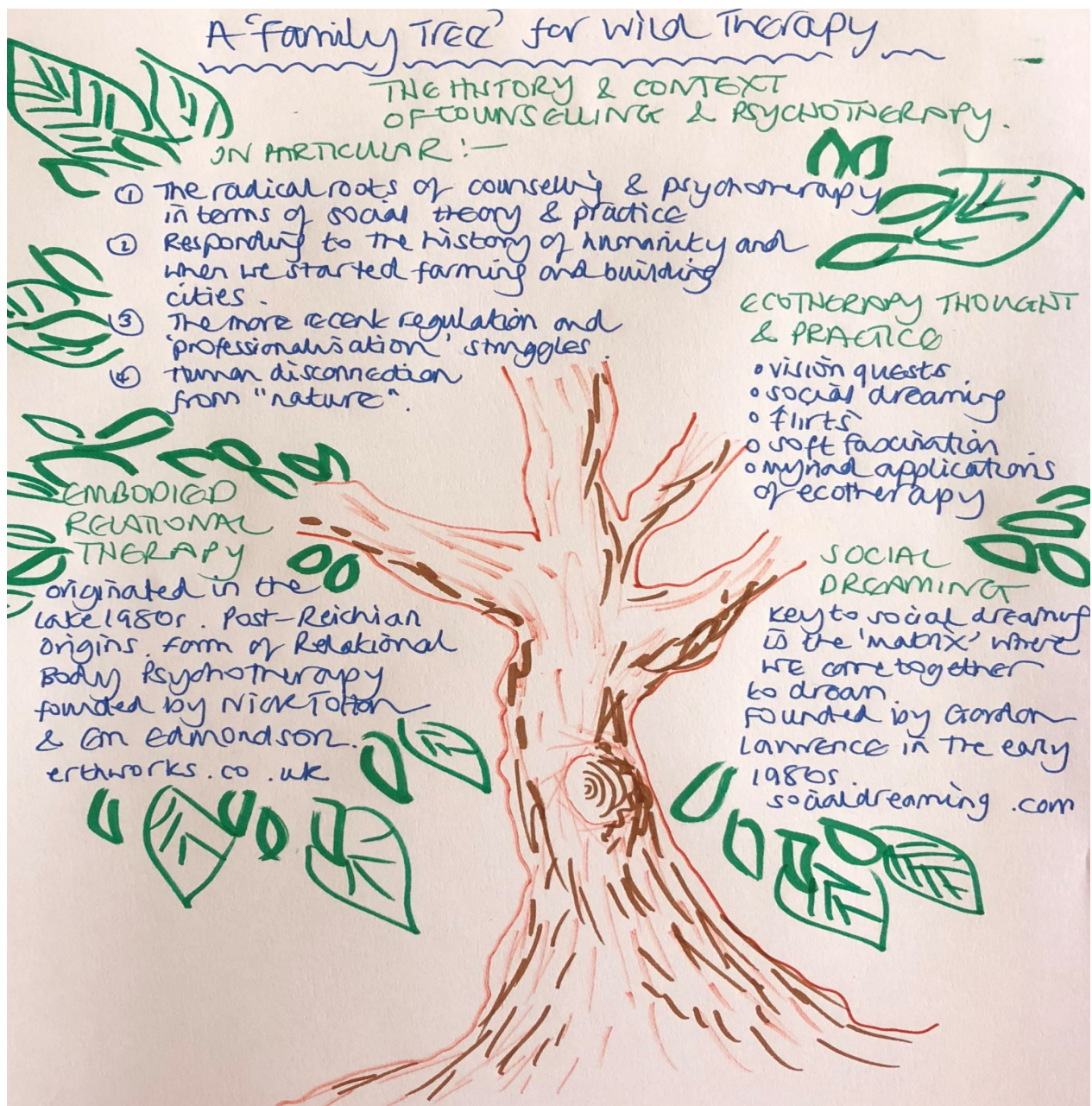
Ca 15 Teilnehmende, überwiegend weiblich sozialisierte Personen mit Hintergründen als Psychotherapeutinnen aus Großbritannien.

### **Der Kurs**

Hintergrund des Kurses war die psychotherapeutische Behandlung spezifisch auftretender Krankheitsbilder und Symptome, die mit dem fortgeschrittenen, aufs Individuum projizierten Kapitalismus auftreten. Weitschreitende Normierungen, Regeln und Gesetze zwingen das Individuum zunehmend in eine „Funktionslogik“, in der Erfolg und Misserfolg in marktwirtschaftlich organisierten Lebensbereichen direkt auf persönlicher Ebene gemessen wird. Dadurch erfolgt eine zunehmende Ökonomisierung und ein Effizienzsteigerungsdruck persönlicher Verhaltens- und Persönlichkeitsmuster. Herbert Marcuse spricht von der Normierung zum eindimensionalen Menschen, wenn er die Auswirkungen spezifischer, im Kapitalismus hegemonial vorherrschender Verhaltensmuster beschreibt. Dadurch entstehen neue Krankheitsbilder und Symptome psychischer Störungen, die in den meisten Fällen auf eine Überforderung mit den Verwertungslogiken des verinnerlichten Kapitalismus zurückzuführen sind.

Gleichzeitig ist auch Psychotherapie nicht frei von Macht- und Herrschaftsverhältnissen und trägt somit einen Bestandteil bei zur deren Stabilisierung. Der Ansatz des Wild Therapy versucht, durch radikale Selbsterfahrung mit der natürlichen „Mit“-Welt Ansätze der Persönlichkeit „wiederzuentdecken“, die durch die Mechanismen der hegemonialen Sozialisation unterdrückt und verdrängt wurden. Durch einen Gruppenprozess wurde dabei ein Erfahrungsraum geschaffen, der Möglichkeit zur Gruppenreflexion individueller Prozesse diente. Die Woche war in vier Teile aufgebaut:

1. Making contact
2. Information gathering
3. Amplification
4. Integration



- **Making Contact**

Über verschiedene kleine Zeremonien und Definition wurde ein gemeinsamer Raum geschaffen. In weiteren Schritten wurden gemeinsame Ziele und Verhaltenshinweise erarbeitet, die als Leitfaden für die ganze Woche dienen

- **Information gathering**

In einem nächsten Schritt wurde versucht, über Einzelerfahrungen in der Natur in einen Prozess der Informationsbeschaffung zu gelangen. Durch die radikale Erfahrung mit Natur, der „Wildnis“, soll Bewusstsein über bestimmte gesellschaftlich auferlegte Zwänge und die psychischen Manifestationen dessen

- **Amplification**

Hier wurde versucht, über Einzelerfahrung mit Natur und dem Allein-Sein für etwa 18 Stunden einen Prozess der Selbsterfahrung zu forcieren, in dem bestimmte Probleme nicht durch Therapie, sondern durch Zugang zur Natur gelöst werden können.

- **Integration**

Ziel der Integration war es, diese spezifischen Erfahrungen und Erkenntnisse der eigenen Persönlichkeit in den eigenen Alltag zu übertragen.

## **Methodik**

Es wurden spezifische psychotherapeutische Methoden angewandt, die jedoch sehr komplex sind und in ihrer Tiefe hier nicht beschrieben werden können. Als Beispiel soll das Social Dreaming genannt werden, eine Art kollektiver Traumdeutung.

Resumee



Wild Therapy muss als Möglichkeit tiefgreifender Selbsterfahrung verstanden werden. Leitend ist dabei die Frage, welche Teile unserer Persönlichkeit „unterdrückt“ werden und wie wir diese reflektieren können. Dadurch ist der Ansatz in seiner Konzeption radikal und kann als Weg zur Transformation in eine sozial-ökologische Gesellschaft verstanden werden

