

Therapeutische Sprachgestaltung bei psychosomatischen Störungen

Mit den Kräften der *Einatmung* ergreift die Individualität ihren Leib, durchwärmt ihn und macht ihn sich zu eigen... Mit den Kräften der *Ausatmung* wendet sie sich wieder sprechend der Welt zu.⁽¹⁾

ATEM UND PULS schwingen im „Lauschen“ aufeinander fortwährend ungemischt zusammen, und schaffen ein ausgleichendes Verhältnis zwischen dem bewussteren Atemgeschehen und dem unbewussten Stoffwechselprozess. Dieses ausgeglichene Verhältnis ist eine wichtige Grundlage der menschlichen Gesundheit.

SEELISCHE ENERGIE die somatisch belastet, kann sich mittels geeigneter sprachlicher oder dramatischer Mittel in freudiges, selbstgestaltetes sprachliches Handeln verwandeln. Solche seelischen Transformationen vermindern den emotionalen Druck was sich positiv auf den Verlauf psychosomatischer Störungen auswirkt.

NERVÖSE HERZBESCHWERDEN, ARRHYTHMIEN UND KORONARE HERZKRANKHEITEN sind Ausdruck eines gestörten Gleichgewichtes zwischen Atmungs- und Herzrhythmus. In der Therapeutischen Sprachgestaltung wirkt ruhiges, atemvertiefendes Sprechen, das sich über das vegetative Nervensystem auf den ganzen Organismus überträgt, günstig auf diese Störungen.

Halsum