

Inhalt

Einstimmung	17
Exposition	19

Kapitel I Kinder und Erwachsene aus alkoholbelasteten Familien in der Forschung 23

1	Zum Stand der Forschung	24
1.1	Belastung durch Alkohol	26
1.1.1	Alkoholismus als Krankheit	26
1.1.2	Therapie des Alkoholismus	30
1.2	Die alkoholbelastete Familie	30
1.2.1	Regeln und familiäres Klima	31
1.2.2	Auswirkungen des Alkoholismus auf die Paar- und Elternebene	32
1.2.3	Exkurs Co-Abhängigkeit	34
1.2.3.1	Terminologische Annäherung	35
1.2.3.2	Merkmale von Co-Abhängigkeit	36
1.2.4	Kindheit in einer alkoholbelasteten Familie	37
1.2.4.1	Betroffene Kinder im Lebenskontext der alkoholbelasteten Familie	38
1.2.4.2	Rollenverhalten	38
1.2.5	Hilfreiche Resilienzen	41
1.2.6	Erwachsene Kinder aus alkoholbelasteten Familien	43
1.2.7	Frühkindliche Entwicklung und Alkoholbelastung	45
1.2.7.1	Zur Bedeutung der frühkindlichen Bindung	45
1.2.7.2	Postnatale Disposition in der alkoholbelasteten Familie	46
1.2.7.3	Coping im Säuglingsalter	48

1.3	Wie Kinder lernen – neurowissenschaftliche Aspekte	49
1.3.1	Lernen am elterlichen Modell	49
1.3.2	Wiederholung als Basiserfahrung neuronaler Bahnungsprozesse	50
1.3.3	Menschliche Interaktion als Faktor für Lernen und Entwicklung	51
1.3.4	Spiegelneuronen in ihrer Bedeutung für kindliches Lernen	52
1.3.5	Lernen in der Interdependenz von Körper, Seele und Geist – leibliche Determinierung	52
1.3.6	Lernen im biografischen Zeitfenster	53
2	Resümee	56

Kapitel II

Wie es innen aussieht – Annäherung an eine Partitur des Erlebens **58**

1	Theoretische Zugänge zur Innenwelt Betroffener	59
1.1	Der leiborientierte Zugang	60
1.1.1	Der Leibbegriff und seine Geschichte	61
1.1.2	Leiborientierte Therapie im mehrperspektivischen Verbund	63
1.1.3	Leiborientierte Musiktherapie	65
1.2	Der Sinnen-gefüllte Spagat zwischen Medizin und Kunst – Zugang durch künstlerische Therapie	66
1.2.1	Musiktherapie zwischen Philosophie, Psychologie und Medizin	68
1.2.2	Musiktherapie als Ressource für Betroffene	69
1.2.3	Der intermediale Zugang	70
1.3	Der kindorientierte Zugang	71
1.3.1	Kindheit im historischen Wandel	72
1.3.2	Kindheit in der Gegenwart	73

1.3.3	Kindertherapie und Kindermusiktherapie	75
1.4	Methoden und Zugänge zum Fallbeispiel-bezogenen Teil dieser Arbeit	75
1.4.1	Verfolgte Fragestellungen	77
1.4.2	Setting	78
1.4.2.1	Zur schulischen Arbeit	78
1.4.2.2	„Musikförder“ – das gruppentherapeutische Angebot	80
1.4.2.3	Freie Praxis	80
1.4.3	Material und Auswertung	81
1.4.3.1	Abschlussbefragung durch das Zeitachsen-Tryptichon	82
1.4.3.2	Die Anwendung: das klingende Zeitachsen-Tryptichon im Fallbeispiel	85
2	Wie alkoholbelastete Kinder und Erwachsene sich und ihre Welt erleben	87
	„... weil es weh tut, wenn das hochkommt“ Vignette V1	87
2.1	Krisenbelastung	88
	„... jeden Tag Hölle und Krieg!“ Vignette V2	88
2.2	Belastungsphasen	91
2.2.1	Schleichende Alkoholbelastung	92
2.2.2	Dauerhafte Alkoholbelastung	93
2.2.2.1	Tabuisierung der Alkoholbelastung	94
2.2.2.2	Partielle Enttabuisierung	94
2.2.2.3	Enttabuisierung und öffentlich werden.	94
2.2.2.4	Mehrfachbelastung - Mehrfachabhängigkeit	94
2.2.2.5	Alkoholerkrankung oder/ und Suchterkrankung beider Elternteile oder/und weiterer Familienmitglieder	95
2.2.3	Lösungsbelastung	95
2.2.3.1	Entzug	96
2.2.3.2	Trennung, Abschied, Tod	96
2.2.4	Das Belastungserleben und seine Folgen	98
2.3	Erregungsverläufe und Erregungskonturen	100

2.3.1	Erregungskonturen im tabuisierten Kontext	100
2.3.2	Folgen frühkindlicher Hoherregung	101
2.3.3	Leibliche Folgen verborgener Hoherregung	102
2.4	Bedeutung und Bewertung von Emotionalität im Erleben Betroffener	104
2.4.1	Gefühle als Subtexte des Belastungserlebens	107
2.4.1.1	Das Erleben von Schuld	107
2.4.1.2	Das Erleben von Scham und Beschämung	110
2.4.1.3	Das Erleben von Ohnmacht und Hilflosigkeit	112
2.4.1.4	Sehnen und Wünschen im Erleben Betroffener	113
2.4.1.5	Das Erleben von Angst und Sorge	115
2.4.2	Auswirkungen chronischer Affektbelastung	118
2.4.3	Copingstrategien	119
2.5	Betroffene im belasteten Raum – Raum- und Richtungserleben	122
2.5.1	Bedeutungsräume	122
2.5.2	Der Raum der Begegnung im Erleben Betroffener: Raum-Kontakt-Resonanz	124
2.5.2.1	Kontaktphasen und Resonanzerleben	126
2.5.2.2	Kontaktvollzug	126
2.5.2.3	Übergänge: Vorkontakt, Nachkontakt und Rückzug	127
2.5.2.4	Modell der erstarrten Beziehungsfixierung	129
2.5.2.5	Modell des Selbstverlustes im Süchtigen	130
2.5.2.6	Suchen – Verschwinden – Vermeiden/ Beziehungsbewältigungsstrategien	131
	„... deshalb vermeide ich ja, abhängig zu sein.“ Vignette V34	132
2.5.2.7	Auswirkungen von Tabuisierung im Begegnungsraum Familie	133
2.5.2.8	Familiengeheimnisse und synchrone Resonanzen	136
2.5.2.9	Auswirkungen des Krisenerlebens in der Mehrgenerationenperspektive	138
2.5.3	Der zentrale Ort im Erleben Betroffener „Alle wollen mir meinen inneren Kern rauben!“ Vignette V37	139

2.5.3.1	Belastungserleben und Bewertungsfähigkeit	141
2.5.3.2	Auswirkungen elterlichen Alkoholismus auf Moral und Wertvorstellungen Betroffener	142
	„Und jetzt will ich endlich glauben!“ Vignette V42	146
2.5.3.3	Wertehierarchien im Erleben Betroffener	147
2.5.3.4	Selbst-Wert im Kontext familiärer Bewertung	148
2.5.4	Der öffentliche Raum im Erleben Betroffener	149
2.5.5	Orientierung und Richtungserleben	151
2.5.5.1	Der eigene Standpunkt in der Belastung durch Alkoholranke	151
2.5.5.2	Folgen der Alkoholbelastung für die Art und Weise, wie Betroffene sich in der Welt erleben	152
	„Ich halt die Sorgen lieber fest!“ Vignette V49	153
2.5.5.3	Betroffene und ihr Befinden (konstitutive Leibbewegungen)	153
	„Schwer ist leicht und leicht ist schwer ...“ Vignette V52	154
2.6	Das Körpererleben Betroffener	155
2.6.1	Der Körper als zentrales Bezugssystem im Erleben von Alkoholbelasteten	155
	„... und alles schmerzt.“ Vignette V55	156
2.6.2	Ungesagtes und Körpersprache	158
2.6.2.1	Betroffene in der psychosomatischen Perspektive	159
2.6.2.2	Auswirkungen familiärer Alkoholbelastung auf das Krankheitserleben Betroffener	160
2.6.2.3	Auswirkungen auf das Vegetativum	161
2.7	Zusammenklang: wenn die Partitur des Erlebens erklingt	163
Kapitel III		
Helfen und Entlasten		164
1	Diagnostik der Alkoholbelastung	165

1.1	Der heikle Tanz am Drahtseil des Tabus	165
1.2	Die Vielfalt der Anforderungen an Diagnostik Betroffener – Mehrperspektivische Betrachtungen	166
1.3	Leibtherapeutische Diagnostik der Alkoholbelastung	167
1.4	Das Erkennen der Alkoholbelastung	170
1.4.1	Diagnostik Betroffener als Kryptoanalyse	171
1.4.2	Ein Denkmodell: Betroffene in der Belastungs-Trutzburg	172
1.4.2.1	Der Belastungstrutzschild und der Turm des Geheimen	174
1.4.2.2	Anwendung des Trutzmodells – zum Beispiel Nicole	175
1.4.3	Morsezeichen aus dem Nichts – Wie Betroffene Signale senden	178
1.4.4	Resonanz- und Gegenübertragungsphänomene in der Diagnostik Betroffener	180
1.5	Co-Morbidität – potenzierte Mehrfachbelastung	181
1.6	Zwischen Co-Morbidität und Fehldiagnose – Differenzialdiagnostische Probleme am Beispiel des ADS/ADHS	182
1.7	Verwandtschaft	184
1.7.1	Kinder aus drogenbelasteten Familien	184
1.7.2	Kinder psychisch kranker Eltern	186
1.7.3	Alkoholbelastung durch andere Familienmitglieder	187
1.7.3.1	Belastung durch trinkende Geschwister „... vielleicht stirbt er nachts da draußen.“ Vignette V66	187
1.7.3.2	Auswirkungen der Belastung durch trinkende Großeltern „Ich kann ihm wirklich nicht die Mutter ersetzen!“ Vignette V69	188 189
1.8	Reprise	190

2	Das AWOKADO-Konzept – die 7 Hilfefaktoren zur sanften Entlastung	192
2.1	Hilfefaktor Achtsamkeit	193
	„... indem ich mich getraut habe, mich endlich mitzukriegen“	
	Vignette V70	193
2.1.1	Achtsamkeit als innere Haltung	193
2.1.2	Sanfte Ermutigung zum achtsamen Weg	195
2.1.3	Achtsamkeit als Leibgewahrsein	196
2.2	Hilfefaktor Würdigung	197
	„Ich weiß jetzt, dass ich etwas wert bin.“ Vignette V75	197
2.2.1	Würdigung der Belastung und des Leidens	198
2.2.2	Würdigung des Eigen-Sinns	199
2.2.3	Würdigung der Tabuisierung	199
2.3	Hilfefaktor Orientierung	200
	„Ich habe eigentlich neu laufen gelernt.“ Vignette V81	200
2.3.1	Stärkung von Bewertungs- und Entscheidungsfähigkeit – Stützen des Zentralen Ortes	201
2.3.2	Stärkung der Gefühls- und Stimmungswelt – Arbeit mit affektiven Leibregungen	203
2.3.3	Stärkung von Intentionalität und Richtungserleben	204
	„... diese Sehnsucht ... die ist mein Lebensmotor.“ Vignette V93	206
2.4	Hilfefaktor Klarheit	207
	„Ich habe nicht mehr weggeschaut.“ Vignette V94	207
2.4.1	Konstitutive Leibbewegungen unterstützen	207
2.4.2	Vom Greifen und Be-greifen, Lehnen und Abwehren - mit primären Leibbewegungen zu Klarheit und Prägnanz	209
2.5	Hilfefaktor Anklang	210
	„... I want someone who shares the loneliness with me.“	210
2.5.1	Anklang durch Musik	211
2.5.2	Anklang in der therapeutischen Beziehung	213
2.5.3	Die Suche nach Zugehörigkeit – Anklang finden	215

2.5.4	Anklang im musikalischen Dialog – das Tridentitätskonzept	216
2.6	Hilfefaktor De-Parenting	218
	„... das erste Mal, dass ich ... mir helfen lasse.“ Vignette V109	218
2.6.1	Spielen und Spielraum	219
2.6.2	Schutzraum Musiktherapie	221
2.6.3	Erlebte Ersatzelterlichkeit – Fürsorge in der Therapie	222
2.7	Hilfefaktor Offenheit und Öffnung	223
	„Der größte Augenblick --- einen Ton aus meinem Inneren in den Raum summen ...“ Vignette V117	223
2.7.1	Offenheit als therapeutische Haltung	223
2.7.2	Öffnung: Klänge von innen nach außen	224
3	Musiktherapeutische und intermediale Methoden als Zugang zur Innenwelt Betroffener	227
3.1	Zum Beispiel Anna – musiktherapeutische und intermediale Methoden in der Arbeit mit betroffenen Kindern	228
3.1.1	Methoden für den therapeutischen Erstkontakt mit Betroffenen	229
3.1.1.1	Die Zauberstab-Methode	229
3.1.1.2	Methodische Erläuterungen	230
3.1.2	„Zeitachsen-Musikidentifikation“ und Kleckerbild (1. Sitzung)	230
3.1.2.1	Sitzungsverlauf „Da ist zuviel Schwarz in meinem Leben!“	231
3.1.2.2	Methodische Erläuterungen	232
3.1.3	Musikalisches Sozialverraumen (2. Sitzung)	233
3.1.3.1	„Von Anfang an Sündenbock“	234
3.1.3.2	Erläuterungen zur Methodik	235
3.1.4	R.L.M. – Musikreise zum inneren Helfer (3. Sitzung)	236
3.1.4.1	„Der wunde Punkt“	236

3.1.4.2	Methodische Erläuterungen	238
3.1.5	Klingender Gefühlsstern und aktives Symbolisieren (6. Sitzung)	239
3.1.5.1	„Wenn die Würde weg ist, klingt gar nichts mehr!“	239
3.1.5.2	Methodische Erläuterungen	240
3.1.6	Klingendes Tryptichon im Dazwischen (17. Sitzung)	241
3.1.6.1	„Ich will endlich glücklich sein ...“	241
3.1.6.2	Methodische Erläuterungen	242
3.1.7	R.L.M. zum Körpererleben (21. Sitzung)	243
3.1.7.1	„Ich brauche eine Auszeit!“	243
3.1.7.2	Methodische Erläuterungen	244
3.1.8	Der kreative Schreibimpuls (22. Sitzung)	245
3.1.8.1	„P.S.: ich hab dich immer geliebt!“	245
3.1.8.2	Methodische Erläuterungen	246
3.1.9	Klingendes Körperbild (28./29.Sitzung)	247
3.1.9.1	„... mein Körper will mir was sagen!“	247
3.1.9.2	„Aber in Scheißmomenten ist alles weg!“	248
3.1.9.3	Methodische Erläuterungen	249
3.1.10	R.L.M. als Soap-Fortsetzungsgeschichte (34. Sitzung)	250
3.1.10.1	„Ich verstehe diese Menschen nicht!“	250
3.1.10.2	Erläuterungen zur Methode	251
3.1.11	Rezeptive Musiktherapie – das Lieblingslied (35. Sitzung)	251
3.1.11.1	„Ich lass mir mein Leben nicht zerstören“	252
3.1.11.2	Methodische Erläuterungen	252
3.1.12	Unverhofft: Abschied	252
3.2	Methoden für die Arbeit mit erwachsenen Betroffenen	254
3.2.1	Das klingende „Nichts-ist“-Verwandlungsbild	254

3.2.1.1	Anleitung	255
3.2.1.2	Äußerungen Betroffener	258
3.2.2	Beziehung erleben	259
3.2.2.1	Der klingende Beziehungs-Skulpturen-Park	259
3.2.2.2	Die Anleitung	260
3.2.2.3	Äußerungen Betroffener	260
3.2.2.4	Der musikgeleitete Beziehungstanz	261
3.2.2.5	Die Anleitung	261
3.2.2.6	Äußerungen	262
3.2.3	Musikreisen zur Innenwelt – R.L.M. (Resonanzgestützte leiborientierte Musikreise)	262
3.2.3.1	Ablauf des R.L.M.	263
3.2.3.2	Formen des R.L.M.	264
3.2.3.3	Äußerungen Betroffener	265
3.2.4	Mit Musik gestalten – das Haus der Stimmungen	265
3.2.4.1	Anleitung	266
3.2.4.2	Äußerungen Betroffener	269
4	Resümee	270
	Mein Dank	274
	Angaben zur Stichprobe	276
	Synopse der verwendeten Fallvignetten	279
	Synopse der Abschlussbefragung durch das Zeitachsen-Tryptichon	284
	Abbildungsverzeichnis	298
	Literaturverzeichnis	299