

Anita Haltenberger (40): „Gesprächs-Therapie heilte meine Hautkrankheit“

Nicht selten ist es die Seele, die den Körper krank macht. Ein Heilpraktiker hat dagegen jetzt die „Psychosomatische Resonanztherapie“ entwickelt



Anita Haltenberger (o.) hat wieder Spaß. Bert Heuper (l.) behandelte sie mit Erfolg

Schon seit sie acht war, wurde Anita Haltenberger immer wieder von Nesselsucht geplagt: Von einer Minute zur anderen bildeten sich rote, heiße Flecken und brennende Bläschen auf der Haut, vor allem am Dekolleté und im Gesicht, manchmal auch am ganzen Körper. „Es fühlte sich an, als sei ich in Brennesseln gefallen“, erzählt die Erzieherin aus München.

Die Flecken kamen immer, wenn etwas Aufregendes bevorstand, egal ob Geburtstag, Klassenarbeit, Prüfung oder – später – ein Elternabend. Doch alle Therapien, die sie über die Jahre probierte, brachten nichts – weder Medikamente gegen Allergien noch Vitamine, Eigenblutbehandlung oder Psychotherapien. „Irgendwann habe ich resigniert, bin nicht mehr viel ausgegangen, war ständig den Tränen nahe. Und vorsorglich habe ich mich meist hochgeschlossen gekleidet, selbst im Frühjahr und Sommer“, erinnert sie sich.

Doch über eine Freundin erfuhr Anita Haltenberger dann von einer neuen Form von Gesprächstherapie, der „Psychoso-

matischen Resonanztherapie“ (PSRT, psychosomatisch = von der Seele ausgelöst, Resonanz = Widerhall). Entwickelt hat sie Bert Heuper, Heilpraktiker für Psychotherapie im bayerischen Bad Aibling, aufgrund eigener Erfahrungen mit einer Krebserkrankung. „Wir sind im Leben vielen Situationen ausgesetzt, die – wenn wir sie nicht richtig verarbeiten – auf lange Sicht krank machen können“, sagt er. „Oft verbinden sich damit Gefühle von Ohnmacht, Hilflosigkeit, Ausgeliefertsein, Entwertung.“



Heilpraktiker Bert Heuper

matischen Resonanztherapie“ (PSRT, psychosomatisch = von der Seele ausgelöst, Resonanz = Widerhall). Entwickelt hat sie Bert Heuper, Heilpraktiker für Psychotherapie im bayerischen Bad Aibling, aufgrund eigener Erfahrungen mit einer Krebserkrankung. „Wir sind im Leben vielen Situationen ausgesetzt, die – wenn wir sie nicht richtig verarbeiten – auf lange Sicht krank machen können“, sagt er. „Oft verbinden sich damit Gefühle von Ohnmacht, Hilflosigkeit, Ausgeliefertsein, Entwertung.“

Über den inneren Zustand dem Körper helfen

Auf Dauer reagiere der Körper auf solche „inneren Spannungsherde“ mit bestimmten Symptomen, so Heuper. Bei manchen sind das rote Flecken, bei anderen Verspannungen, Angstzustände, Kopfschmerzen – oder schlimmstenfalls auch Krebs.

Im Sommer 2006 beginnt Anita Haltenberger die Therapie. „Da musste ich Farbe bekennen – und

mich meinem Innenleben stellen“, erzählt sie. „Ich musste definieren, wie ich mich fühle, wenn sich die Flecken bilden, und ich wusste schnell: hilflos. Es war dieses Gefühl von Hilflosigkeit, das mich völlig gelähmt hat.“

Gemeinsam mit dem Heilpraktiker arbeitet sie sich in sechs Sitzungen zu je 45-90 Minuten zum Ursprung dieses Gefühls vor, das weit zurück in ihrer frühen Kindheit liegt. Und sie lernt, wie sie diese Hilflosigkeit bewusst in Aktivität umwandeln kann. „Es ist, als hätte sich ein Schalter um-

gelegt“, erzählt sie begeistert. „Dieses Wissen, dass ich selbst etwas verändern kann, beeinflusst jetzt mein ganzes Verhalten positiv.“

Sie ist seitdem viel selbstbewusster geworden, macht sich nicht mehr so viele Gedanken, was andere von ihr denken könnten. Fünf weitere Sitzungen – und sie fühlt sich richtig gefestigt. Seither sind die Flecken weg! „Ich denke schon gar nicht mehr daran, ziehe ausgeschnittene Kleider an, gehe unter Leute, halte wieder Vorträge. Ich habe einfach wieder Spaß am Leben!“, sagt sie glücklich.

WAS PASSIERT BEI DER THERAPIE?

➤ In den Sitzungen führt Bert Heuper seine Patienten mit 280-600 gezielten Fragen an das krankheitsauslösende Gefühl und daraus folgende unbewusste Glaubenssätze (z.B. Ich kann das nicht. Ich bin es nicht wert. Ich bin immer allein, usw.) heran. Der Ursprung kann in der frühesten Kindheit liegen, mit Bezugspersonen (z.B. Eltern, Lehrern, Vorgesetzten) oder schlimmen Ereignissen (z.B. Trennung, Todesfall, Prüfung, Unfall) zu tun haben. Ist es gefunden, fragt Heuper z.B.: Was müsste passieren,

damit das Gefühl nicht so schlimm gewesen wäre? Der Patient verändert nun in seiner Vorstellungskraft selbst aktiv die damalige Situation, löst damit das Gefühl auf – und ebnet so den Weg für die Heilung. Meist reicht eine einwöchige Intensivtherapie, um das Schlüsselereignis zu finden (Kosten: 980 €, mindestens 2 Sitzungen täglich). Nähere Infos über Tel. 08061/938094 oder online (s. unten).

i INTERNET
www.praxis-psrt.de