



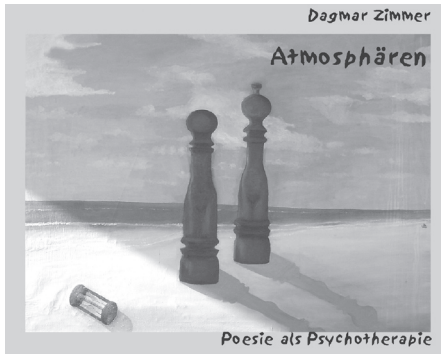
Dagmar Zimmer:

# Atmosphären

- Poesie als Psychotherapie

Urs Isenegger

Dagmar Zimmer legt ein ansprechendes und persönliches Therapiebuch vor mit dem Titel «Atmosphären». Der Ausdruck des stimmigen Titelbildes lässt uns innehalten; wir begegnen einem besonderen Werk mit einem Erfahrungsbericht durch die «Landschaften der Psychotherapie», mit eigenen Gedichten und gemalten Bildern.



Zum Projekt gehören zudem drei CD's mit gelesenen Gedichten und Texten. George Kauntz begleitet dazu mit Keyboardkompositionen und spezieller Musikauswahl. Eine CD ist betitelt mit «psychotherapeutische Texte mit Musikpassagen», auf zwei der CD's finden sich «Lyrik und Musik».

Im Textteil beschreibt die Autorin ihren Weg und ihre Begegnungen mit seelischen Heilbehandlungen als Klientin und als medizinische Psychotherapeutin, angefangen bei ihrer persönlichen Selbsterfahrung in Psychoanalyse.

Es ist ein Suchen und Prüfen verschiedener therapeutischer Konzepte in ihrer psychiatrischen Arbeit in Klinik und Privatpraxis. Die psychoanalytische Theorie mit ihrer differenzierten Betrachtung psychodynamischer Prozesse ergänzt und erweitert sie durch den erlebnisorientierten Ansatz der Gestalttherapie. Diese beiden Verfahren bilden die Hauptpfeiler ihrer Tätigkeit mit teils schwer kranken Menschen. Eine weitere bedeutsame Ergänzung findet Dagmar Zimmer in der Entdeckung der Bindungstheorie nach John Bowlby, die sich für das Verständnis von Suchtkranken als sehr fruchtbar erweist. Der englische Arzt und Psychoanalytiker Bowlby hatte empirisch nachgewiesen, wie zentral für die menschliche Entwicklung das sehr früh bestehende Grundbedürfnis nach spezifischer emotionaler Bindung ist. Letztlich ist es für die zwischenmenschlichen Beziehungen bedeutsamer als die Triebdynamik, wie sie die Psychoanalyse postuliert.

Das Besondere und Interessante an den Ausführungen von Dagmar Zimmer ist ihr

persönlicher Standpunkt, der subjektive Blickwinkel. Der Text liest sich als gelebte Psychotherapie. Eine Vielfalt von Konzepten und Methoden hat die Autorin kennengelernt und in ihrem Arbeitsfeld angewendet: Ihre Darlegungen verweisen auf Etappen der eigenen Entwicklung als Psychotherapeutin/Psychiaterin und als Wissenschaftlerin. Ueber 20 Jahre arbeitete sie in der empirischen Suchtforschung mit dem Akzent auf die Biografie opiatabhängiger Frauen. Recht unterschiedliche Arbeitsweisen vermochte die Fachfrau zu verbinden: wissenschaftliche Sachlichkeit und Präzision einerseits und empathische Begegnungen in der therapeutischen Arbeit andererseits. Dieses Spannungsfeld kommt in ihrem Text zum Ausdruck, auch in kritischen Anmerkungen etwa zur störungsspezifischen Psychotherapie und zur statistischen Forschung. »Der Einzelfall ist immer etwas anderes als die statistische Analyse«. Sie unterzog verschiedene Modeströmungen der Psychotherapie im Wechsel des Zeitgeistes seit den sechziger Jahren ihrem Praxistest. Ihre Schilderung ist spannend und erfrischend zu lesen.

Das Buch enthält weiter einen Bild und Poesieteil, Produkt des eigenen Entwicklungsprozesses auf anderer Ebene. Die Bilder stammen mehrheitlich aus der Zeit der eigenen Psychoanalyse und Selbsterfahrung. Innere Erfahrungen und Szenen des Alltags fanden ihren bildhaften Ausdruck. Es sind eine Art Traumbilder; ihre Atmosphären vermögen zu bannen.

Schon als Schülerin liess sich D.Z. durch Poesie anrühren, im besonderen durch Gedichte von Gottfried Benn. Nach einer Phase des Malens begann die Autorin Gedichte zu schreiben, parallel zu ihrer therapeutischen Arbeit. In der Begleitung von Menschen und auch in Resonanz zu ihren eigenen Bildern entstand ein bunter Strauss von über 50 Gedichten, die sie uns hier anvertraut. Sie sind zusammengefasst unter den Titeln «Augenblicke», «Metaphern und Symbole», «Lebensthemen» und «letzte Dinge».

Daraus zwei Kostproben:

## Flug des Schmetterlings

Ein elegant  
beschwingtes Ding  
ist und bleibt  
der Schmetterling:  
Ist rasch hier  
und ist rasch dort;  
in Bewegung-  
immerfort  
und ist einfach  
nicht zu fassen.  
Nur im Flug,  
wenn wir ihn lassen,  
zeigt er den Charme,  
der darin liegt,  
dass Leichtigkeit  
im Fluge siegt.  
In diesem Sinne  
trag mit Würde  
die Jahre -  
löse ihre Bürde  
elegant  
mit Heiterkeit  
und lass sie fliegen  
wie die Zeit.

Die Zeilen laden ein zum Meditieren. Sie drücken kraftspendende Naturbilder aus, Stimmungen und Symbole. Es sind ernste, fragende und auch heitere Verse mit Witz, ein «Stilmix», wie die Autorin es selber nennt

Für sich gestellt oder in Verbindung mit den Bildern mögen die Gedichte innere Bilder wecken und uns erleben lassen.

Das Buch vermag ein ausgewähltes Publikum ansprechen, wie Fachleute im therapeutischen/ ärztlichen Feld, der persönlichkeitsorientierten Erwachsenenbildung als auch psychologisch interessierte Laien. Gedichte und Bilder geben Anlass zum Innehalten, zu innerer Resonanz, zur Besinnung, zum Finden von Ruhe und Geborgenheit. Die Autorin verbindet hier intellektuelle Analyse, vielfältige persönliche und berufliche Beobachtungen als Frau mit dem eigenen Erleben und emotionalem Ausdruck; ein gelungenes und rundes Werk.

Urs Isenegger

## Neurotisch

Um allerseits  
beliebt zu sein, schliesst du,  
was schneidet, nach innen ein.  
Zerfranst dabei  
an den äusseren  
Rändern,  
lässt Friedens-  
fahnen flattern  
in Bändern.

Beklagst dich,  
dass man  
nicht versteht,  
wobei dir  
der Grund  
dafür entgeht.

Natürlich ist es  
ziemlich dumm,  
drehst du abrupt  
die Klinge um  
und wütest ohne  
Mass und Ziel,  
noch fehlen dir  
klare Grenzen  
im Spiel.

Zudem ist Wut  
aus alten Zeiten  
steht gefährdet  
zu entgleiten,  
gerinnt zum  
Allerweltsverdruss  
ohne Anfang,  
Ziel und Schluss.  
Misanthropisch,  
freudlos, leer  
gibt das Leben  
nicht viel her.

Darum sachte.  
Schritt für Schritt,  
nimm Kopf  
und Herz  
gemeinsam mit.

Am 10.4.06 (18.30 Uhr)  
findet im Theater Rigiblick  
in Zürich eine  
CD- und Buchpräsentation  
statt.  
Anmeldung bei pueblo-edi-  
tions@pueblofilm.com.

Das Buch ist erschienen  
im Verlag Pueblo Editions,  
Zürich (Okt. 2005). Es kann  
im Buchhandel bezogen  
werden oder direkt bei  
pueblo-editions@pueblo-  
film.com. Kosten Fr. 39.80.

Die CD's erscheinen separat  
ab ca. Febr. ebenfalls bei  
Pueblo Editions. Sie kosten  
je Fr. 32.- (Subskription-  
spreis Fr. 25.-).

