

# Soma - Neue Wege in Richtung inkludierende Soziale Arbeit und Sozialpsychiatrie

**Viktoria Hofer**

[Forum Gemeindepsychologie, Jg. 20 (2015), Ausgabe 1]

## Zusammenfassung

Heute geht knapp die Hälfte der Antragsteller für Erwerbsminderungsrente aufgrund von psychischen Leiden in Frührente: Trend steigend! Es ist an der Zeit, umzudenken. Es kann nicht mehr darum gehen, Menschen aus der Krise zu helfen, es sollte vielmehr darum gehen, dafür zu sorgen, dass die Allgemeinheit Wege findet, sich vor Burnout, Depressionen und anderen Neurosen zu schützen. Soma - uma terapia anarquista ist eine sehr komplexe, körperliche Therapieform, die im Brasilien der 70er Jahre unter und wegen dem Druck des harten Militärregimes entstand. Sie arbeitet nicht gezielt mit Betroffenen, sondern vielmehr mit Interessierten, die Wege suchen, um in der heutigen Gesellschaft gesund zu bleiben. Hier sollen Wege aufgezeigt werden, mit denen diese oder ähnliche Formen der Therapie in Deutschland, seitens der Sozialpsychiatrie und der Sozialen Arbeit, im Sinne des andauernden Trends der Inklusion und im Sinne der Prävention psychischer Leiden, genutzt werden können.

Schlüsselwörter: Burnout, Depression, Soma - uma terapia anarquista, Inklusion, Prävention

## Summary

### **Soma - New ways towards inclusive Social Work and Social Psychiatry**

Today, almost half of the applicants for disability benefits enter into early retirement because of mental suffering: the trend is rising! It's time to rethink. The matter cannot longer be to help people just when they have already fallen into a crisis, it should rather be a matter of ensuring that the community finds ways to protect itself from burnout, depression and other neuroses. Soma - uma terapia anarquista, is a very complex physical therapy, which originated in Brazil in the 70s under and due to the pressure of the harsh military regime. It does not work specifically with sufferers, but rather with people who are interested in finding ways to stay healthy in today's society. Paths should be found so that these, or similar forms of therapy, can be used in Germany by the social psychiatry and social work, in the sense of ongoing trends of inclusion and in terms of prevention of mental suffering.

Keywords: burnout, depression, soma - uma terapia anarquista, inclusion, prevention

## **Einleitung in eine Reise auf den Spuren einer noch unbekanntem Therapieform**

Soma - uma terapia anarquista (eine anarchistische Therapie) ist hierzulande kaum jemandem ein Begriff. Auch in ihrem Ursprungsland Brasilien wissen nicht alle über deren Existenz Bescheid. Warum diese Therapie so geringe Popularität erreicht, worum es sich bei Soma handelt und wie die Autorin diese Therapieform erlebt und erforscht hat, soll im Folgenden geschildert werden.

Soma wird weltweit in ihrer ursprünglich Form nach Roberto Freire (1927-2008) - einem Brasilianischen

Autor und Psychiater, der aus einer reichen Mittelschichtsfamilie entstammte und sich selbst zum Anti-Psychotherapeuten ernannte - nur in Brasilien praktiziert. Des Weiteren hat João da Mata, der Nachfolger von Roberto Freire und aktuelle Leiter des Centro de Somaterapia im Herzen von Rio de Janeiro, auch aus anarchistischen Beweggründen nicht den Anspruch, die Therapieform an die Schulmedizin bzw. die Universitäten anzubinden. Auch darum ist die relativ junge Therapieform vor allem aus psychologischer Sichtweise weltweit ziemlich unerforscht und unbekannt.

Die Autorin stieß auf Soma, da sie sich lange mit verschiedenen Aspekten der brasilianischen Kultur auseinandersetzte, Capoeira, den brasilianische "Kampftanz", ausübt, dem "Theater der Unterdrückten" nach Augusto Boal sehr nahe steht und sich für psychiatriekritische und anarchistische Ansätze interessiert. Nach ausgiebigen Recherchen im Jahr 2012 ließen sich weder in der Bibliothek des LAI in Berlin noch via Internet oder in brasilianischen Buchhandlungen Studien oder ausreichende Informationen zum Thema finden, v.a. keine, welche nicht von den wenigen Therapeuten selbst verfasst wurden. Das wenige, was recherchiert werden konnte, war in portugiesischer und teilweise spanischer Sprache verfasst und stammte von der Webpage der Soma<sup>1</sup>, des Weiteren fanden sich einige Filme von, mit und über João da Mata in portugiesischer Sprache sowie der englischsprachige Artikel "Soma - an anarchist experiment"<sup>2</sup> (2008) von Jorge Goia einem weiteren, praktizierenden Therapeuten, welcher auch außerhalb Brasiliens aktiv wurde. Ebenfalls konnte der Film SOMA - uma terapia anarquista<sup>3</sup>, welcher von einem Capoeirista aus den Vereinigten Staaten produziert wurde und vor allem den Aspekt des Brasilianischen Kampftanzes betont, welcher bei Soma eine Rolle spielt, recherchiert werden. Alle diese Materialien gaben keinen ausreichenden objektiven Einblick in die Therapie.

Das Material wurde mit Hilfe unterschiedlichster Erhebungsmethoden gewonnen, die von klassisch zu nennenden Interviews über teilnehmende Beobachtung bis hin zu eigenen Aktivitäten im Sinne einer Aktionsforschung reichten. Aus der Fülle des Materials kann hier nur einiges dargestellt werden.

Humaitá ist ein Viertel im Zentrum Rio de Janeiros am Fuße der berühmten Christusstatue, hier befindet sich das Centro de Somaterapia in einer ruhigen Seitenstraße. Jedes Jahr findet hier ein Einführungsworkshop in Soma statt, bei dem die TeilnehmerInnen die Therapie in ihren Grundzügen und sich selbst gegenseitig kennenlernen können. Der erste Kontakt mit Soma in Rio de Janeiro fand mittels aktiver, teilnehmender Beobachtung während des dreitägigen Einführungsworkshops mit João da Mata statt. Soma ist eine sehr körperliche Form der Gruppentherapie, im Rahmen des Workshops wurden viele Übungen aus dem Bereich des Theaters und der Bioenergetik durchgeführt, da Mata führte ausführlich in die Theorien von Soma ein. Daraufhin begleitete die Autorin die Gruppe, die aus dem Workshop hervorging, bei allen Sitzungen in den nächsten beiden Therapiemonaten. Neben den Treffen mit den TherapeutInnen finden einmal im Monat lange Gruppensitzungen ohne den Therapeuten, meist in der Wohnung einer TeilnehmerIn, statt. Hier geht es darum, zu reflektieren, was in dieser Zeit im eigenen Leben vorgefallen ist. Im Prinzip ist es eine Selbsthilfegruppe mit unterschiedlichsten Persönlichkeiten und Problemen, eine Gruppe, welche auch außerhalb dieser Treffen einen gemeinsamen Prozess durchlebt. Bei diesem ersten Treffen erzählten alle Anwesenden aus ihrem Leben und über die Beweggründe, nun an Soma teilzunehmen. Die meisten der TeilnehmerInnen dieser Gruppe stammen aus der Brasilianischen Mittelschicht und wollen Konflikte bearbeiten, welche sie schon einige Zeit mit sich herumtragen, einige von ihnen sind psychisch sehr stabil, andere wiederum haben leichte bis schwerwiegende psychische Leiden.

Außerhalb der Therapiegruppe, so meine Erfahrung während des 2 monatigen Studienaufenthaltes, ist die Einstellung zu Soma sehr zwiespältig, es existieren sowohl heftige Ablehnung als auch ebenso intensive Begeisterung.

Neben den bereits genannten Personen gibt es weitere SchülerInnen von Freire, die für die Entwicklung der Therapieform und ihrer unterschiedlichen Ausprägungen von Bedeutung sind, so z.B. Rui Takeguma. Er ist ein ehemaliger Schüler von Roberto Freire, welcher sich bereits zu Lebzeiten von seinem Lehrer distanzierte.

Er lebt mit seiner Familie sehr abgeschieden, idyllisch und zurückgezogen in dem Bergen zwischen Rio de Janeiro und Minas Gerais, wo er ein Zentrum für "Soma-iê" eine etwas abgewandelte Form der Somatherapie, aufbauen will. Für ihn ist vor allem der Bezug zur Natur innerhalb von Soma, auf den im Verlauf des Artikels noch eingegangen wird, von großer Wichtigkeit.

Vera Schroeder und der bereits erwähnte Jorge Goia sind zwei weitere Schüler von Roberto Freire, welche nach seinem Tod, unabhängig vom Centro de Somaterapia das IES (Instituto Estudo de Soma<sup>4</sup> - Soma Forschungsinstitut) gegründet haben. Die beiden haben eher politische Motivationen und sind vor allem an den anarchistischen Befreiungstheorien von Soma interessiert. Schroeder ist hauptsächlich in Brasilien aktiv und arbeitet unter anderem an der Aufklärung der Geschehnisse in der letzten Militärdiktatur. Goia hingegen ist weltweit aktiv und hält auch in Krisengebieten, z.B. in Palästina, Soma- und Capoeira-Workshops, womit er laut seinem Artikel auch versucht, Gesellschaft zu verändern. Soma ist für Schroeder und Goia universitätsreif und somit gibt es seit kurzem an der Universität in Rio in Psychologie auch ein Kursangebot für Somatherapie, welches im Rahmen der Feldstudie leider nicht untersucht werden konnte.

Sowohl mit Rui Takeguma als auch mit João da Mata sowie mit Vera Schroeder wurden während des Aufenthalts in Rio Experteninterviews zu den verschiedenen Varianten der Somatherapie und zu deren Ursprüngen, Zielen und Besonderheiten geführt.

Ziel dieses Artikels soll es unter anderem sein, festzustellen, wie die anarchistische Therapie in Deutschland möglicherweise umgesetzt werden kann bzw. auf welche Weise diese Therapie der Sozialen Arbeit und der Sozialpsychiatrie - im Sinne des andauernden Trends der Inklusion - zugutekommen kann.

## **Soma - die anarchistische Therapie, welche unter dem Druck der brasilianischen Militärdiktatur entstand**

Die Autorin interessiert sich hier vor allem dafür, wie und unter welchen Umständen diese Form von Therapie entstanden ist und ob es Ähnlichkeiten oder Parallelen zu traditionelleren Europäischen Therapieformen gibt. Die Antworten auf diese Fragen sollen dabei in das Thema einführen und gleichzeitig einen Überblick verschaffen, warum gerade Soma für die Soziale Arbeit im Feld der psychischen Gesundheit von Interesse sein kann.

Roberto Freire entwickelte die Therapie in den 1970er Jahren. Es war die Zeit der sexuellen Revolution und der Befreiung von alten Zwängen und in Brasilien die Zeit einer strengen Militärdiktatur. Ursprünglich sollte mit Soma den stark traumatisierten brasilianischen Revolutionären, zu denen auch Freire selbst zählte, geholfen werden. So entstand die Therapie als eine Art politische und therapeutische Form der Befreiung von Zwängen und als Methode der Überwindung von teilweise sehr starken Traumata, die durch die brutalen Methoden des Militärregimes in den Revolutionären entstanden waren.

Das Wort Soma wurde von Roberto Freire ganz gezielt für seine Therapie gewählt, er bezieht sich damit auf den Körper als Einheit von Geist und Körper und auf die Idee, dass das Individuum unteilbar ist. Es gibt viele verschiedene Arten von Somatherapie, der Zusammenhang zwischen geistigem und körperlichem Befinden spielt jedoch bei allen Formen von Somatherapie eine Rolle. Aus diesem Grund ist Soma keine "Psychotherapie" im eigentlichen Sinne, die eigenen Gedanken und die Logik dienen bei Soma dem Verständnis des eigenen Lebens. Auf der Webpage von Soma<sup>1</sup> und in verschiedenen Filmen und Videos zu Soma kann nachgelesen und gesehen werden, was die Therapeuten unter anderem über Soma sagen:

"Soma will Individualität der Einzelnen fördern; Wege suchen, Unterschiede hervorheben, anstatt sie zu verstecken, Originalität soll gefördert werden, um gegen die immer weiter fortschreitende Verallgemeinerung der Gesellschaft anzukämpfen." (João da Mata, Webpage)

Durchweg handelt es sich um eine politische Therapieform, es geht nicht darum, Menschen der Gesellschaft anzupassen, vielmehr hat Soma den Anspruch gesellschaftlicher Veränderung in der Lebenswelt der Einzelnen.

"Im Gegensatz zur traditionellen Therapie arbeitet Soma nicht mit dem Konzept zu heilen. Dieser Blickwinkel, der Psychologie und Medizin verbindet, ist extrem gefährlich, weil er darüber urteilt, was gesund und was krank ist. In diesem Moment werden politische Werte zugewiesen, was gesund und was krank ist. Soma ist ein Lernprozess." (Jorge Goia, im Film "Soma - uma terapia anarquista")

Soma will nicht die TeilnehmerInnen verändern, sondern das erklärte Ziel von Soma ist, den Menschen die Fähigkeit zu geben, in der Gesellschaft so zu sein wie sie sind und dabei ihre Ressourcen voll auszuschöpfen.

Die Therapie findet in Gruppen statt, weil die Gesellschaft eine Gruppe ist. So sollen bestenfalls Umgangsformen vermittelt werden, welche dem Individuum ein besseres Leben in der Gesellschaft ermöglichen sollen. Auch die Autorin hat bei den Forschungen zu Soma analysiert, dass die Therapie nicht mit den Problemen der einzelnen Menschen arbeitet, sondern versucht, in der Gruppe zwischenmenschliche Beziehungsarbeit zu leisten. So beschreibt z.B. Maria (Name abgeändert, aus einer der gehörten Therapiegruppen in Rio de Janeiro):

"Es ist sehr romantisiert, wenn die Leute sagen: 'Ah du hast ein Problem, das werden wir jetzt lösen'. Innerhalb der Gruppe kannst du sehen, wie du wirklich andere Arten von Beziehung innerhalb der Gesellschaft aufbauen kannst. Die Leute enden mit etwas sehr Speziellem, einer ganz anderen Form, sich zu verhalten."

Die Gruppe wird zu einer Art therapeutisch begleiteten Selbsthilfegruppe. Selbsthilfegruppen wird innerhalb verschiedener wissenschaftlicher und praktischer Strömungen auch in Europa ein großes Potential zugeschrieben. So wird das Konzept der Selbsthilfegruppe unter anderem vom italienischen Präsidenten des Observatoriums für psychische Gesundheit, Tristano Aimone (2006), als potenzielle Erfolgsquelle für die Abschaffung psychiatrischer Einrichtungen gesehen. In diesen Gruppen, sagt er, käme es zum natürlichen Austausch und dazu, dass die Menschen sehen, dass auch andere ähnliche Probleme teilen. Dies bildet eine wichtige Brücke zum Inklusionsgedanken, da das Konzept Inklusion unter anderem die Abschaffung von Sonderbehandlungen von Menschen mit psychischen Problemen beinhaltet. Es ist demnach wichtig, Wege und Alternativen zu finden, mit denen bspw. Institutionen für psychische Gesundheit entlastet werden können, sofern dies dem Wunschrecht der Betroffenen entspricht.

Soma selbst arbeitet mit verschiedensten Ansätzen, denen die Prinzipien von Wilhelm Reich und seinen Lehren zum "Charakterpanzer" (da Mata, 2009, S. 47) sowie zur "Funktion des Orgasmus" (da Mata, 2009, S. 49) zu Grunde liegen. Die Zielgruppe von Soma sind nicht die "psychisch leidenden" Menschen, es wird davon ausgegangen, dass die ethischen, politischen und familiären Verhältnisse innerhalb der Gesellschaft Menschen in die Reichschen "Charakterpanzer" zwingen, welche bioenergetische Flüsse im Körper blockieren, aus denen sie sich nicht mehr befreien können. Somit generiert die Gesellschaft selbst immer mehr

psychische Leiden und Neurosen. Der Therapeut hat bei Soma nur die Funktion eines Katalysators und dient den Gruppen als Unterstützung und dazu, die Gruppendynamik aufzubauen.

Die konstruktivistische Sichtweise nach Gregory Bateson und seine "familientheoretische Schizophreniestudien" (vgl. Brückner, 2010, S. 138; da Mata, 2009, S. 62ff), antipsychiatrische Ansätze von David Cooper bis Franco Basaglia (vgl. da Mata, 2009, S. 61) sowie die gestalttherapeutischen Konzepte nach Friedrich und Laura Perls (vgl. da Mata, 2009, S. 54) spielen für Soma ebenfalls eine wichtige Rolle.

Des Weiteren versucht Soma eine Art persönlichen Anarchismus als ethische Umgangsform in den zwischenmenschlichen Beziehungen der TeilnehmerInnen herzustellen. Dabei wird davon ausgegangen, dass Anarchismus Macht dekonstruieren will. Die Idee ist, dass so Libertäres Leben durch eine neue Ethik in den zwischenmenschlichen Beziehungen entsteht, in welcher die Dominanz durch das Prinzip der Gegenseitigkeit ersetzt wird, beschreibt der Therapeut da Mata (2009). Diese Ethik sollte im täglichen Leben angewandt werden und nicht nur als Hypothese für eine ferne Zukunft existieren (S.73-74).

Ferner sind auch die Einflüsse des französischen Psychiaters und Ökosophen Felix Guatteri (1994) bedeutsam. Er beschreibt im Werk "Die drei Ökologien", dass Menschen eine persönliche (mentale) und eine soziale Ökologie im Umgang mit sich selbst und anderen Menschen haben. Eine weitere Ökologie besteht im Zusammenhang mit der Natur bzw. der Umwelt (vgl. S.32). Wenn Menschen mit ihren eigenen Bedürfnissen und mit den Bedürfnissen anderer nicht in Einklang kommen können, ist dies im Zusammenhang mit der Natur oft noch viel schwieriger:

"Immer weniger kann die Natur von der Kultur getrennt werden und wir müssen lernen, die Wechselwirkungen zwischen Ökosystemen, Mechanosphäre sowie sozialen und individuellen Bezugswelten 'im Querschnitt' zu denken."(ebd., S. 35)

Die TherapieteilnehmerInnen organisieren auf dieser Basis und aus diesem Grund sogenannte Feldmarathons, bei denen sie ein neues Gefühl zur Natur entwickeln sollen, was wiederum eine bessere Selbst- und Fremdwahrnehmung ermöglichen soll.

Insgesamt kann man sagen, dass es sich bei Soma um eine durch und durch körperliche Therapieform handelt, welche mit Übungen aus dem Theater, der Bioenergetik sowie der brasilianischen Kampftanzform Capoeira Angola<sup>5</sup> arbeitet. Alle Übungen sind darauf ausgerichtet, die bioenergetischen Flüsse im Körper zu stimulieren. Es geht um die Wahrnehmung des eigenen Körpers sowie um die Wahrnehmung der anderen TeilnehmerInnen - der sozialen Umwelt - durch den eigenen Körper. Durch die bioenergetischen Ansätze ist Soma eine Therapie, die geistiges Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und "Heilung" auf einer kognitiven Ebene erzeugt.

Die Therapie beinhaltet also verschiedene auch in Europa angewandte Methoden. Vor allem die Aspekte der antipsychiatrischen, politischen und reichschen Perspektive, welche Soma anstrebt und realisiert, sind von Interesse für die Soziale Arbeit, da sie zu dem Paradigma der Hilfe zur Selbsthilfe passen, ebenso wie zu Interventionen, die Netzwerke fördern oder im realen Lebenskontext ansetzen. Welche Bedeutung eine solche veränderte Perspektive auf psychische Gesundheit haben kann, zeigen die folgenden Fakten.

## **Der rapide Anstieg psychischer Leiden**

"Rund 75.000 Versicherte bezogen 2012 erstmals eine Rente wegen Erwerbsminderung aufgrund psychischer Erkrankungen. Sie sind durchschnittlich 49 Jahre alt. Fast jede zweite

neue Frührente ist inzwischen psychisch verursacht (42 Prozent). Dabei haben seit 2001 vor allem Depressionen (plus 96 Prozent), Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen (plus 74 Prozent) sowie Suchterkrankungen (plus 49 Prozent) als Grund zugenommen. Psychische Erkrankungen sind seit mehr als zehn Jahren die Hauptursache für gesundheitsbedingte Frührenten "(Bericht der Psychotherapeutenkammer NRW, 2013)<sup>6</sup>

2013 stiegen die Antragstellungen auf Frührente wegen psychischer Erkrankung auf 42,1% (Reha Bericht, 2014<sup>7</sup>). Diese Berichte zeigen erschreckende Zahlen, immer mehr Menschen gehen in Deutschland in Frührente, Diagnose: psychische Leiden. Was können wir aus diesen Berichten ablesen?

Folgt man den Theorien der Somatherapie und der Salutogenese, ist die Verbreitung psychischer Störung auf Leistungs- und Anpassungsdruck in der heutigen Gesellschaft sowie auf die stark belastete Umwelt und Nahrung zurückzuführen.

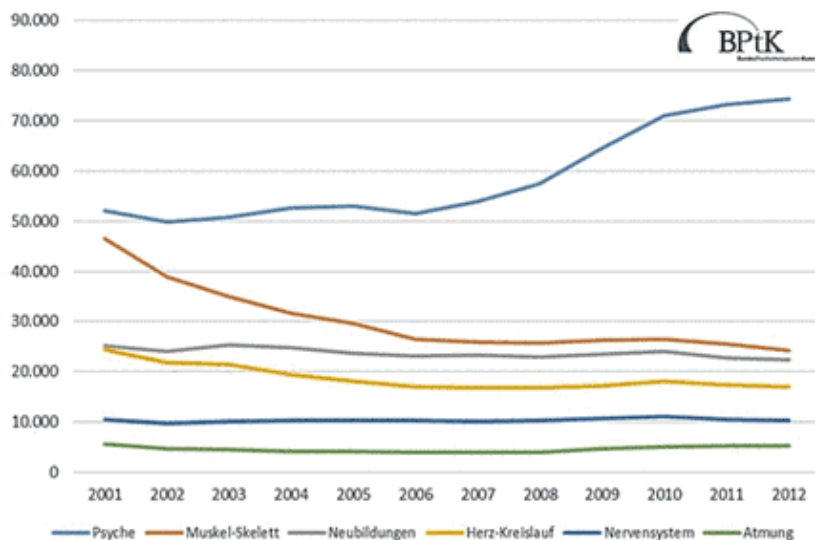


Abb. 1: Grafik aus dem Bericht der BundesPsychotherapeutenKammer: BPTK-Studie zur Arbeits- und Erwerbsunfähigkeit Psychische Erkrankungen und gesundheitsbedingte Frühverrentung (www.bptk.de)

Seit längerem wird davon ausgegangen, dass psychische Gesundheit mit dem sozialen Wohlbefinden von Menschen zu tun hat.

"Menschen wollen vor allem Klarheit, Zielorientierung und Sicherheit - dies gilt für den Beruf genauso wie für das Privatleben. ... Die neue, globalisierte Arbeitswelt führt zu permanentem Wettbewerb, wachsendem Konkurrenzdruck, Verlust von Solidarität und Arbeitsplatzunsicherheit." (Weber, Hörmann & Köllner, 2006, S. 169<sup>8</sup>)

Der Trend geht dazu, die Probleme, die sich auf psychischer Ebene manifestieren, im zwischenmenschlichen, familiären, partnerschaftlichen, beruflichen und gesamtgesellschaftlichen Kontext zu suchen (ebd.).

Ein ausschlaggebender Unterschied zwischen Soma und traditionelleren Therapien ist, dass Soma eher

präventiv als kurativ arbeitet. Die Autorin analysierte, dass rund die Hälfte der TeilnehmerInnen an der Therapie teilnehmen, bevor sich ein psychisches Leiden manifestiert, sie versuchen, durch Soma "persönliche Konflikte zu lösen, welche aus einem inneren Zwiespalt rühren, der durch gesellschaftlichen Druck" (José, einer der Teilnehmer) in ihnen entstand.

Alle TeilnehmerInnen haben z.B. Themen wie Abschlussarbeiten und diesbezügliche Bedenken oder Ängste, ewig vor sich hergeschobene Projekte und Träume, Probleme in Beziehungen aller Art oder große Unsicherheiten im Leben im Allgemeinen. Im Nacken sitzt den TeilnehmerInnen dabei oft familiärer Druck, der Anspruch, den die Gesellschaft an sie stellt, die Angst vor dem Versagen oder das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung.

Hier eine Auflistung der verschiedenen Statements der TeilnehmerInnen diesbezüglich:

"Meine Schwierigkeit ist es, zu sehen ob das, was ich mache Akzeptanz findet ... und ich möchte wissen, ob das, was ich mache, in Zukunft Kontinuität hat." (m); "Es gibt viele Projekte, die ich machen möchte, aber ich bringe sie nicht zu Ende ... ich fühle mich gefangen." (m); "Ich unterscheide mich sehr vom Rest meiner Familie ... ich habe immer viele Fragen gestellt ... ich will wissen, was mein Leben ist ... jetzt habe ich einen kleinen Konflikt mit mir selbst, ich weiß immer noch nicht, was ich machen will" (w); "... ich will nicht zur großen Masse gehören" (m); "... ich würde gerne ein Universitätsprofessor werden. ... Ich habe ... einen gewissen Druck und ich kann nicht einfach stehenbleiben an dieser Stelle..." (m); "... ich muss noch meine Abschlussarbeit schreiben, seit langer Zeit, und ich finde immer eine Ausrede, das nicht zu manchen ... irgendwann habe ich festgestellt, dass ich meine Wünsche komplett vergessen hatte, denen ich hinterhergerannt war, weil ich Geld gebraucht hatte ... ich sollte Jura studieren ... meine Mutter bezahlte ... ich habe die Uni abgebrochen, um Schauspieler zu werden." (m); "... Mitte 2011 hatte ich eine Krise, ... ich konnte für 7 Tage nicht schlafen, meine Eltern haben mich in die Jugendpsychiatrie gebracht..."(w); "Soma hat mir einen neuen Input gegeben, ... politische Themen und Autonomie, wie du selbst dein eigener Herr wirst, wie du selbst, ohne die andren zu beeinflussen, mir dir selber ins Reine kommst." (w)

Diese Beispiele spiegeln Unsicherheiten wider, zu denen sich noch viele weitere TeilnehmerInnen äußerten.

Unter anderem durch die politischen Ansätze von Soma entsteht diesem Druck gegenüber eine kritische Haltung, die eine befreiende Wirkung hat, da sie dazu verhilft, selbstständig frei- und eigenwillige Entscheidungen zu treffen. Eine sichere Identität trägt zu einer psychischen Stabilität bei. Dieses Konzept und dieser Konflikt werden bspw. bereits von Schiffer (2001) in seinem Buch über Salutogenese beschrieben:

"Im salutogenetischen Konzept Antonovskys kann eine sichere Identität als "eine zentrale Widerstandsquelle [Ressource, E.S.] bezeichnet werden, also als eine emotionale Sicherheit in Bezug auf die eigene Person. Aber diese emotionale Sicherheit ist in den Spannungsfeldern von Leib und Seele sowie verinnerlichten Werthaltungen und gesellschaftlichen Erwartungen nicht selbstverständlich." (ebd., S.69)

Es wird verständlich, warum durch einen gelungenen Beitrag zur Identitätssuche und Selbstverwirklichung eine Krisen-, Neurosen- und Psychosenprävention geleistet wird. Ana beschreibt die Erfahrungen mit Soma wie folgt:

"Ich habe schon Erfahrungen auch mit einer anderen körperlichen Therapie gemacht und ich denke, der ausschlaggebendste Unterschied dabei ist, dass es eine Therapie ist, die sehr viel bewirkt, Dinge rausbringt, um sich zu befreien, Sachen rauszulassen, sich auszudrücken, dabei kommt Material zum Vorschein, um sich selbst zu verwirklichen, etwas Konkreteres. (...) in der Somatherapie geht es darum, etwas aufzubauen, etwas zu planen, sie hilft den Menschen, mehr Organisation zu haben."

Soma trägt im Sinne der Salutogenese zum psychischen Wohl bei. Durch die verschiedenen Übungen, mit denen gearbeitet wird, und durch die Inputs der Gruppe entwickeln die Menschen Wege, ihre Ressourcen in ihrer Realität zu nutzen und gezielt einzusetzen. Im Film "Soma - uma terapia anarquista" erzählen viele Soma-Erfahrene, dass die Therapie ihr Leben ausschlaggebend verändert hat und dass sie ganz neue, unerwartete Wege nach der Therapie gingen und neue Werte für sich entdeckten.

## Prävention statt Rehabilitation

Das Stigma psychischer Krankheit ist heute nicht mehr allzu gravierend, dies mag auch daran liegen, dass es immer mehr Menschen gibt, die sich psychisches Leiden diagnostizieren lassen, um Hilfe in Anspruch nehmen zu können, weil sie dem gesellschaftlichen Druck und den unzumutbaren Umweltbedingungen - vor allem in Großstädten - nicht mehr standhalten können. Interessant ist, welche Ansätze in Deutschland verfolgt werden, um diesem Druck vorzubeugen, und welche Theorien und Herangehensweisen im Unterschied dazu von Soma verwendet werden, um mit dieser Problematik umzugehen. Eine wichtige Frage ist, ob und wie es möglich ist, Neurosen und psychische Leiden präventiv zu behandeln.

Im vorhergehenden Kapitel wurde unter anderem beschrieben, dass die psychischen Leiden häufig durch äußere Einflüsse, wie familiäre oder andere gesellschaftlichen Probleme, ausgelöst werden. Es sollte also möglich sein, Wege zu finden, welche auf gesellschaftlicher Ebene neues Zusammenleben ermöglichen und auf diese Weise das Individuum stärken. In Deutschland werden beispielsweise von vielen Krankenkassen diverse Leistungen zur Prävention physischer und psychischer Leiden erstattet. Yoga, Pilates, Rückentraining, Aqua Gym usw. zählen zu diesen Leistungen, Chi Gong oder Thai Chi gelten unter anderem zu den Entspannungs- oder Stressabbauübungen, welche zur Burnout-Prävention zählen. Diese Methoden zielen allerdings alle auf die individuelle Entspannung und Regeneration.

Die TeilnehmerInnen der Therapie, welche die Autorin in Brasilien kennenlernen durfte, haben unterschiedlichste Geschichten, verschiedenste kulturelle und soziale Hintergründe und sind zum Teil weder diagnostiziert noch sehen sie sich selbst von psychischen Leiden bedroht. Allen jedoch geht es um die Suche nach psychischer Stabilität innerhalb der heutigen Gesellschaft, die oft vom Konkurrenzkampf und damit einhergehender Rücksichtslosigkeit bedroht ist und es wird nach einer kollektiven Form der Bewältigung gesucht.

Von großem Interesse ist in diesem Zusammenhang die konstruktivistische Sichtweise, mit der Soma arbeitet, welche Bateson für Beobachtungen und die jeweiligen Beobachter deduziert, daraus ergeben sich laut ihm "verschiedenen Versionen der Welt". Diese "doppelte Sicht" spielt eine wichtige Rolle in zwischenmenschlichen Beziehungen, "Beziehungen sind immer ein Produkt doppelter Beschreibung" (Bateson, 1987), diese Art und Weise beeinflusst das Verhalten von Menschen zueinander (vgl. Müller in Pörksen, 2011, S. 129). In Soma spricht da Mata (2009) von "duplo-vínculo" (S.65), als Beispiel benutzt er die Floskel "alles gut" bzw. auf Portugiesisch "tudo bem" als Antwort auf die Frage "Wie geht's?". Bereits diese Frage, schreibt er, kann zu einer Bedrohung, "ameaça", werden, in welcher sich Menschen nicht in der



Lage fühlen, mit echten Gefühlen zu antworten (S.69).

Diese paradoxe doppelte Sicht bzw. Wahrnehmung ruft in den Menschen Schuldgefühle, Abhängigkeit oder Konfusion hervor, welche zu Verwirrung in zwischenmenschlichen Beziehungen führen kann. In den Gruppensitzungen in Rio wurde stets großer Wert darauf gelegt, dass jede/r RednerIn stets Bezug auf seine eigenen Gesichtspunkte nimmt, Verallgemeinerungen vermeidet und somit die "ameaças" (Bedrohungen) für andere TeilnehmerInnen reduziert.

Mittels des systemtheoretischen Ansatzes nach Bateson und dessen "familientheoretischen Schizophreniestudien" (vgl. Brückner, 2010, S. 138) wendet sich Soma ebenfalls von diagnostischer Denkweise ab. Somit suchen Somatherapeuten grundsätzlich nicht nach Therapien für Diagnosen der TeilnehmerInnen, wohl aber wird mit der Gruppe prinzipiell das soziale Umfeld der Einzelnen bearbeitet, besprochen und oft individuell verändert. Die äußeren Einflüsse, die sich auf psychischer Ebene auswirken (Probleme mit Familie, Partnerschaft, Gesellschaft im Allgemeinen), welche die Autorin bei allen TeilnehmerInnen der Therapieform in Brasilien feststellen konnte, sollen während der Therapie im Mittelpunkt stehen. Diese manifestieren sich mit großer Wahrscheinlichkeit bei allen Menschen. Soma arbeitet also nicht mit Diagnosen, sondern mit Menschen, die auf der Suche nach neuen Wegen sind. Oft sind es gesellschaftliche Zwänge, die Menschen verinnerlicht haben, welche verarbeitet oder abgelegt werden wollen. Es geht nicht darum, geheilt zu werden, sondern von vornherein das zu verändern, was Auslöser für psychische Störungen sein kann.

In einem Interview im Film "Soma - uma terapia anarquista" äußerte sich Roberto Freire (2006) folgendermaßen zu diesem Thema:

"Niemand ist geboren, um ein Neurotiker zu sein. Die Neurosen werden in den sozialen Beziehungen von der Person hergestellt. In der Familie, unter Freunden, in der Schule und in der Gesellschaft ist es wie eine Schlacht, dass jeder er selbst sein muss in einer Autonomie des Einzelnen. Eine normale Person zu sein bedeutet, ein Subjekt der Befehle der Macht zu sein."

Man könnte sagen, dass Soma versucht, erwachsene Menschen mit libertärer Pädagogik dazu zu erziehen, diese Auslöser im täglichen Zusammenleben wahrzunehmen, um im besten Fall ihrer Herr zu werden. Zu libertärer Pädagogik wurden im Zentrum für Somatherapie in Rio de Janeiro jahrelang Veranstaltungen und Forschungen betrieben, dazu wurden viele WissenschaftlerInnen aus Europa eingeladen. Letztlich veröffentlichte Roberto Freire (1996) selbst das Buch "Pedagogia libertária", welches auch im Lateinamerika-Institut in Berlin verfügbar ist.

Weltweit arbeiten Therapiezentren mit bestimmten Zielgruppen bzw. mit Menschen, welche psychiatrisiert bzw. diagnostiziert wurden. Bei Soma liegt der Schwerpunkt von vornherein nicht in der Heilung, sondern in der Prävention einer möglichen Diagnose bzw. Neurose. Soma arbeitet mit Personen, die den Bezug zur Realität nicht verloren haben, mit Personen, welche Konflikten und Schwierigkeiten im alltäglichen Leben begegnen, die auf eine Neurose hinführen könnten (da Mata, 2009, S. 64). Es ist an der Zeit, nach Wegen zu suchen, die Bevölkerung vor psychischen Leiden zu schützen und Soma bildet hierzu mit Bateson und Ansätzen libertärer anarchistischer Erziehung eine interessante Basis. Die Therapie möchte dabei unterstützen, Individualismus zu entwickeln, ohne dabei die Werte der Gemeinschaft zu verlieren.

## Soma als Schritt in Richtung Inklusion

Franz Fink (2011) erklärt die Veränderungen im Bereich Inklusion mit Bezug auf die Chaostheorie, wenn er über den Paradigmenwechsel bezüglich sozialer Inklusion von Menschen mit Beeinträchtigungen schreibt. Irgendwann hat die Politik begonnen, sich diesbezüglich neu zu organisieren und ist seit damals in einem chaotischen Wandel.

Weiter erklärt er, wie das Thema der Selbstbestimmung, gerade im Bereich psychischer Erkrankung, ad absurdum geführt würde: "Ein geistig behinderter Mensch kann die Folgen seiner Entscheidungen nicht übersehen, also kann er nicht selbstbestimmt handeln." Menschen mit Beeinträchtigungen müssten nur in eine Gesellschaft integriert werden, weil sie vorher nicht anerkannt und somit ausgeschlossen werden (S.13-23).

Interessant ist hier, welche Schritte in Richtung Inklusion die hier dargestellte brasilianische Therapieform geht.

Es wird wahrscheinlich weiterhin ein Problem bleiben, Menschen mit psychischen Leiden innerhalb der "normalen" Gesellschaft so zu behandeln, wie sie es sich vorstellen und wünschen. In Europa ist die Psychiatrie und Sozialpsychiatrie seit Jahrzehnten im Wandel. Bereits Franco Basaglia hat in den 70er Jahren in Italien dazu aufgefordert, mit Familien und Freunden von Menschen mit psychischen Leiden zusammenzuarbeiten, damit das soziale Netzwerk außerhalb der psychiatrischen Einrichtungen nicht zusammenbricht (vgl. König, 2010; Riquelme et al., 1988). Es ist wichtig, Wege zu finden, um mit den Familien und dem Umfeld der Menschen, die sich heute in Behandlung begeben, besser kommunizieren zu können, damit diesen auch außerhalb geschützter gemeindepsychiatrischer Einrichtungen ein soziales Netzwerk gewährleistet wird. Trotzdem bleibt die Akzeptanz innerhalb der Gesellschaft prekär.

Auch auf die Entstehungsgeschichte der Somatherapie ist es zurückzuführen, dass sie nicht versucht, die TeilnehmerInnen der Gesellschaft anzupassen bzw. sie zu integrieren - wie es in vielen Therapien der Fall ist, die Gesellschaft und das System werden kritisiert. Soma verursacht mittels Gruppendynamik soziale Veränderungen im Mikrokosmos der TeilnehmerInnen. Die Autorin konnte analysieren, dass durch die Gruppe bei Soma während der Therapie ein neues Netzwerk entsteht, in dem ethische Prinzipien im Sinne eines persönlichen Anarchismus angewandt werden. Im alltäglichen Leben werden diese Prinzipien daraufhin weitergelebt und beeinflussen so den soziale Umgang sowie das Umfeld der TeilnehmerInnen.

Soma arbeitet zwar präventiv, trotzdem waren rund die Hälfte aller TeilnehmerInnen bereits vor der Therapie in anderen therapeutischen Behandlungen und fünf der 21 TeilnehmerInnen erzählten von schwerwiegenden psychischen Problemen bzw. von Psychiatrieaufenthalten, Selbstmordversuchen oder Diagnosen, die medikamentös behandelt wurden. Interessant ist diesbezüglich, dass so im Rahmen der Therapie auf ganz natürlichem Wege Vorurteile gegenüber den Menschen mit psychischen Leiden abgebaut werden.

Die These vieler antipsychiatrischer Bewegungen "es gibt keine psychische Krankheit" wird auf diesem Wege Teil der Realität der Gruppe als Mikrogesellschaft innerhalb der Gesellschaft. Denn eines haben anscheinend alle TeilnehmerInnen gemeinsam: Sie sind sich bewusst, dass sie potentiell von psychischen Leiden oder Neurosen gefährdet sind, sonst würden sie keine Therapie aufsuchen. Während der Therapie treffen sich also Menschen mit verschiedensten Geschichten und Ansprüchen an die Therapie, schließen Freundschaften und oft gehen daraus soziale Netzwerke hervor, die über Jahre nach der Therapie hinweg bestehen.

Soziale Arbeit und Sozialpsychiatrie können ebenfalls versuchen, neue Wege und Alternativen zu entwickeln und AdressatInnen eigene Strukturen entwickeln lassen, jenseits von bestehenden Angeboten, die stark von sozialer Kontrolle und Anpassung an bestehende gesellschaftliche Normen geprägt sind. Es sollte möglichst nur die Unterstützung geboten werden, welche von den Betroffenen gefordert wird, die Selbstbestimmung und

die eigenen Ressourcen der AdressatInnen müssen immer im Vordergrund stehen, nur so können Autonomie und Individualität bewahrt werden.

Im Rahmen einer Selbsthilfegruppe mit therapeutischer Begleitung, wie es bei Soma der Fall ist, wird professionelle Hilfe anders angeboten und angenommen. So erzählt Marco, einer der Teilnehmer, der im Vorfeld bereits Therapieerfahrung gesammelt hatte und mit den Ergebnissen dieser Suchttherapie nicht zufrieden war; er sagte zuvor, er habe sich durch die Therapie zurückgezogen und er erkannte sich selbst nicht mehr:

"Bereits unsere zwei Sitzungen haben mir sehr viel gegeben, auch im Zusammenleben innerhalb meines Hauses, mit meinen Freunden. Ich glaube, ich will ... mein Leben einfach wieder ein bisschen laufen lassen, ich lerne langsam, auf die Leute zuzugehen und mit ihnen zusammenzuleben ..."

Soma entwickelt ethische Prinzipien innerhalb der Gruppe, welche integrative Arbeit überflüssig machen. Die Gruppen sind gemischt und die TeilnehmerInnen haben oft dieselben Ziele und Bedürfnisse. Niemand soll geheilt werden, es geht um Zusammenleben und um gesellschaftliches Wohl im übergeordneten Sinn. Giovanna aus der Gruppe der TeilnehmerInnen, die mit der Therapie schon fast zu Ende sind, beschrieb:

"Ich glaube ein anderer wichtiger Faktor ist die Arbeit mit der Gruppe, ich glaube, das Zusammenleben der Gruppe ist auf therapeutischer Ebene fundamental für Soma, oder mehr für mich, ... dieser Austausch, die Empathie und die Wege, die die Menschen erschaffen."

Katarina aus derselben Gruppe sagte:

"Ich habe schon Erfahrungen mit einer anderen körperlichen Therapie gemacht und ich denke der ausschlaggebendste Unterschied dabei ist, dass es eine Therapie ist, die sehr viel bewirkt, ... um sich zu befreien, ... sich auszudrücken. Dabei kommt Material zum Vorschein, um sich selbst zu verwirklichen, etwas Konkretes."

Diese Form von Therapie will nicht nur den einzelnen TeilnehmerInnen dazu verhelfen, sich zu stabilisieren und aus den eigenen Ressourcen zu schöpfen, sondern versucht gleichzeitig, mit libertärem, pädagogischem Ansatz ethische Werte zu vermitteln, um ein besseres Zusammenleben in der Gesellschaft zu ermöglichen. Dabei zieht und kennt Soma keine Grenzen oder Unterschiede zwischen psychisch Gesunden oder Leidenden.

Folgt man den Prinzipien von Soma, ist grundsätzlich jeder betroffen und wenn man sich den aktuell immer weiter steigenden Trend psychischer Leiden in unserer Gesellschaft ansieht, können wir diese Theorie von Soma bestätigen. In den 1960er und 1970er Jahren, der Entstehungszeit der Somatherapie, haben sich Psychiater wie Franco Basaglia, David Cooper (oder in Brasilien Roberto Freire) gegen die totalen Institutionen gewandt, in denen sie arbeiteten, um auf Missstände aufmerksam zu machen (vgl. Lehmann, 2001, S. 264f). Die Kritik in dieser Zeit der politischen Revolte zielte auch darauf ab, dass nicht die einzelnen Menschen unter Psychosen und Störungen leiden, sondern dass das hierarchische, kapitalistische System krank sei und für die Verrücktheit verantwortlich sei. Es solle also möglichst eine Veränderung im System stattfinden und nicht versucht werden die Einzelnen zu behandeln. Es kann heute weniger als je zuvor darum gehen, Menschen lediglich an herrschende Gesellschaftsnormen anzupassen. Gesellschaft muss sich

verändern und die Menschen ggf. auch in ihrer Andersartigkeit akzeptieren und ihnen gleichzeitig Möglichkeiten bieten, bei Bedarf aus den eigenen Ressourcen zu schöpfen. Soma kann dabei helfen, Ressourcen zu finden und passend einzusetzen und gleichzeitig die sozialen Netzwerke innerhalb der Gesellschaft zu stärken, in denen Betroffene aufgefangen werden.

Es könnte Sinn machen, die "Ghettos der Sozialpsychiatrie" (vgl. Piel, 2011) als Präventionszentren zu nutzen, um dort Therapieformen zu finden, mit denen gemeinsam gearbeitet werden kann. Therapeutisch begleitete Selbsthilfegruppen, die nicht unbedingt nur mit verbaler Kommunikation arbeiten, sich vielmehr ähnlich wie Soma an körperlichen Übungen unter therapeutischer Anleitung orientieren. Somatherapie unterstützt und hilft den Menschen dabei, sich nicht alleine mit ihren Problemen zu fühlen und konstruiert gleichzeitig ein unabhängiges soziales Netzwerk innerhalb der Gesellschaft.

## Endnoten

1. <http://www.somaterapia.com.br/>
2. [http://estudosdesoma.org/wp-content/uploads/2011/08/Soma-an-anarchist-experiment\\_Jorge-Goia.pdf](http://estudosdesoma.org/wp-content/uploads/2011/08/Soma-an-anarchist-experiment_Jorge-Goia.pdf)
3. <https://www.youtube.com/watch?v=4qZlV44mxL4>
4. <http://estudosdesoma.org/>
5. [http://de.wikipedia.org/wiki/Capoeira\\_Angola](http://de.wikipedia.org/wiki/Capoeira_Angola)
6. <https://www.ptk-nrw.de/>
7. [http://www.deutsche-rentenversicherung.de/cae/servlet/contentblob/331538/publicationFile/63800/rehabbericht\\_jsessionid=A977756DC790AC49C6920968E0A89819.cae03](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/cae/servlet/contentblob/331538/publicationFile/63800/rehabbericht_jsessionid=A977756DC790AC49C6920968E0A89819.cae03)
8. <http://www.aerzteblatt.de/archiv/50968>

## Literatur

Aimone, T. (2006). Il mutuo auto-aiuto tra collettivismo paternalista e responsabilizzazione individuale. In Umanità nova (Hrsg.), Igiene mentale e libero pensiero. Sul controllo sociale della psichiatria (S. 27-39). Milano: Zero in condotta.

Brückner, B. (2010). Basiswissen: Geschichte der Psychiatrie. Bonn: Psychiatrie Verlag.

Fink, F. & Hinz, T. (Hrsg.) (2011). Inklusion in Behindertenhilfe und Psychiatrie - Vom Traum zur Wirklichkeit. Freiburg im Breisgau: Lambertus Verlag.

da Mata, J. (2009). Introdução à SOMA uma terapia anarquista. Rio de Janeiro: Editora Robson Achiamé.

Freire, R. (1996). Pedagogia libertária. São Paulo: Sole e Chuva.

Goia, J. (2008). Soma - an anarchist experiment. In G. Grindon (ed.), Aesthetics and Radical Politics (pp. 95-105). Cambridge Scholars.

Guatteri, F. (1994). Die drei Ökologien. Wien: Passagen-Verlag.

Hofer, V. (2013). SOMA - uma terapia anarquista. Unveröffentlichte Studienarbeit für den Bereich der Sozialen Arbeit und Sozialpsychiatrie zu einer politischen Therapieform nach Roberto Freire. Berlin: Bibliothek ASH.

Hofer, V. (2013). Forschungsarbeiten zu Soma in Brasilien. Nicht veröffentlicht.

König M. (2010). Franco Basaglia und das Gesetz 180. Die Auflösung der psychiatrischen Anstalten in Italien 1978. In P. Terhoeven (Hrsg.), Italien, Blicke. Neue Perspektiven der italienischen Geschichte des 19. und 20. Jahrhunderts (S. 209-233). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Lehmann, P. (2001). Alte, veraltete und neue Antipsychiatrie. In Roth, K. (Hrsg.), Antipsychiatrie - Sinnerzeugung durch Entfesselung der Vielstimmigkeit. Zeitschrift für systemische Therapie, 19. Jg., Nr. 4 (S. 264 -270). Dortmund: Verlag Modernes Lernen.

Mayring, Ph. (2010). Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken, 11. Aufl. (1. Aufl. 1983). Weinheim: Deutscher Studien Verlag.

Reich, W. (1969). Die Entdeckung des Orgons - Die Funktion des Orgasmus. Köln: Verlag Kiepenheuer & Witsch.

Reich, W. (1971). Charakteranalyse. 5. Aufl., 1997, Köln: Kiepenheuer & Witsch.

Riquelme, H. (Hrsg.) (1988). Die neue italienische Psychiatrie. Wandel in der klinischen Praxis und im psychosozialen Territorium. Frankfurt a.M.: Peter Lang.

Schiffer, E. (2001). Wie Gesundheit entsteht. Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlersuche. Weinheim und Basel: Beltz Verlag.

## Webpages

Hrsg. Bundes Psychotherapeuten Kammer (2013). BPTK-Studie zur Arbeits- und Erwerbsunfähigkeit Psychische Erkrankungen und gesundheitsbedingte Frühverrentung. Verfügbar unter: [http://www.bptk.de/uploads/media/20140128\\_BPTK-Studie\\_zur\\_Arbeits-und\\_Erwerbsunfaehigkeit\\_2013\\_1.pdf](http://www.bptk.de/uploads/media/20140128_BPTK-Studie_zur_Arbeits-und_Erwerbsunfaehigkeit_2013_1.pdf) [1.3.2015].

Hrsg. Kammer für Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten Nordrhein-Westfalen (Psychotherapeutenkammer NRW) (2013). Fast jede zweite neue Frührente psychisch bedingt - BPTK-Studie zu psychischen Erkrankungen und Frührente. Verfügbar unter: [www.ptk-nrw.de](http://www.ptk-nrw.de) [1.3.2015].

Kuhn, J. (2011). Psychische Störungen: Epidemie des 21. Jahrhunderts? Verfügbar unter: <http://scienceblogs.de/gesundheits-check/2011/11/11/psychische-stoerungen-epidemies-des-21-jahrhunderts> [1.3.2015].

Piel, A. (2011). Raus aus dem psychiatrischen Ghetto - Inklusion als Mythos und Traum. Verfügbar unter: <http://dialog-forum-peine.de/?p=586> [1.3.2015].

Weber, Hörmann, Köllner (April 2006). Psychische Störungen: Epidemie des 21. Jahrhunderts? Bundesärztekammer (Arbeitsgemeinschaft der deutschen Ärztekammern) und Kassenärztliche Bundesvereinigung (Hrsg.), Ärzteblatt. Verfügbar unter: <http://www.aerzteblatt.de/archiv/50968> [1.3.2015].

## Filme

Soma - uma terapia anarquista (2003). Gefilmt, editiert, produziert von N. Cooper, deutsche Übersetzung der Untertitel von K. Reidock, T. Petry & L. Aberer. Verfügbar unter: [www.somadocumentary.com](http://www.somadocumentary.com) [1.3.2015].

# Autorin

## **Viktoria Hofer**

 [viktoria\\_hofer@bitte-keinen-spam-yahoo.it](mailto:viktoria_hofer@bitte-keinen-spam-yahoo.it)

 <https://www.facebook.com/HoferViktoria>

Geb. 1981, in Italien, hat im Oktober 2013 ihre Abschlussarbeit zur hierzulande unbekannteren Therapieform SOMA aus Brasilien geschrieben und wurde dafür mit dem Alice Salomon Studienpreis ausgezeichnet. Sie arbeitet als freiberufliche Theaterpädagogin und als Sozialarbeiterin im Bereich der Eingliederungshilfe und im Betreuten Jugendwohnen, gibt Workshops zu Soma und zum Theater der Unterdrückten und arbeitet mit verschiedenen Einrichtungen in Brasilien zusammen.