



Heilpraxis für Psychotherapie und psychologische Beratung
Dr. phil. Peter Kobosil
Sonnenblumenstr. 12
81377 München
Telefon: 089 571 110

Die Fachaufsätze geben Einblick in Inhalte von Vorträgen und Seminaren - und sie informieren über wichtige Lebensthemen sowie über Beratungs- und Therapiemethoden.

[Beratung](#) [Psychotherapie](#) [Logotherapie](#) [Rückführungstherapie](#) [Heilbehandlung](#) [Enneagramm](#)
[Trauerbegleitung](#) [Tod und Angst](#) [Ängste](#) [Schuldgefühle](#) [Depressionen](#) [Schicksal](#) [Partnerschaft](#)
[Sexualität](#) [Zeitenwandel](#) [Psychosomatik](#) [Herz](#) [Atemwege](#) [Immunsystem](#) [Nervensystem](#) [Nieren und Blase](#) [Magen](#) [Leber und Galle](#) [Haut Teil 1](#) [Haut Teil 2](#) [Krebsgeschehen](#) [Psychologische Astrologie](#)

Die Haut als Spiegel unserer inneren Welt (Teil 2)

Teil 1 dieses Aufsatzes beschreibt allgemeine Zusammenhänge zwischen der Haut und unserer inneren Welt.

Teil 2 einige weitverbreitete Hautkrankheiten und ihre seelisch-geistigen Ursachen.

Ekzeme reagieren auf liebevolle Zuwendung

In die Gruppe der Ekzeme fällt ein großer Teil aller auftretenden Hauterkrankungen. Unter den vielfältigsten Ursachen finden sich neben äußeren Einwirkungen wie Mikroorganismen oder chemische und physikalische Reize ganz besonders häufig auch jene, die von „innen“ kommen, die also anlagebedingt oder seelischer Natur sind, so wie das auch bei der immer öfter auftretenden Ekzemform der Neurodermitis vermutet wird. Wenn man Ekzempatienten psychologisch untersucht, stellt sich meist ein seelischer Hintergrund heraus.

Das Wort „Ekzem“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „kochen“. Das trifft die Sache im Kern. Ekzeme bestehen aus einer Vielzahl von Ekzempläschen, die mit winzigen, durch die Haut brechenden Vulkanen vergleichbar sind. Die menschliche Haut dient, wie die Erdkruste, als Sicherheitsventil. Wenn der Druck im Erdinneren zu groß wird, kommt es zum Ausbruch des Vulkans. Es kommt zu einer Entladung, so wie sich der seelische Druck über Entzündungsprozesse und Bläschenbildung der Haut entlädt.

Vor Verallgemeinerungen sollte man sich zwar hüten, doch es ist auffallend, dass bei ekzematösen Erkrankungen sehr häufig problematische Erlebnisse in der Kindheit eine Rolle spielen: Enttäuschung und Zurücksetzung, Mangel an Liebe und Zuneigung, und damit verbunden, der Mangel an Sicherheit. Bei einer Untersuchung an Kleinkindern, die ohne Mutter in Waisenhäusern lebten und ekzematös erkrankt waren, kam man zu der Auffassung, dass die Krankheit mit fehlender Mutterliebe und Entbehrung des Hautkontaktes in Verbindung gebracht werden kann. Gleiche Auswirkungen sind zu beobachten, wenn Mütter eine meist unbewusste feindselige Einstellung gegenüber ihrem Kind haben und deswegen einen innigen, liebevollen Kontakt eher vermeiden.

Auch in späteren Jahren bricht die Krankheit bevorzugt dann wieder aus oder verschlimmert sich, wenn seelische Tiefschläge auftreten, die mit dem Verlust an Liebe einhergehen. So hat z.B. jede Störung einer Zweierbeziehung einen wesentlichen Einfluss auf dieses Krankheitsbild. Der Patient reagiert darauf über seine Haut und lenkt damit zum Teil unbewusst die Aufmerksamkeit der Umgebung auf sein entzündetes, juckendes und unansehnlich aussehendes Ekzem, um über Mitleid wieder etwas mehr Zuwendung zu erhalten. Wie so oft ist auch hier die Krankheit eine Möglichkeit, mit der man sich Fehlendes zurückholen möchte. So sieht jedenfalls die psychosomatische Medizin die Zusammenhänge aus ihrer Erfahrung.

Ganz allgemein kann für das Auftreten des „endogenen (von innen kommenden) Ekzems“ vom seelischen Hintergrund her das unerfüllte Bedürfnis nach Nähe, aber andererseits auch die Angst vor Nähe, verantwortlich gemacht werden – insgesamt ein spannungsgeladener, zwiespältiger Zustand mit aggressiver Grundhaltung.

Für die Überwindung solcher Hauterkrankungen ist es sicher wenig zielführend, wenn man allein die schulmedizinischen Therapien in Anspruch nimmt oder sich mit permanenten Vorwürfen gegenüber lieblosen Müttern, Eltern und Partnern zufrieden gibt. Fehler aus der Kindheit oder aus jeder anderen Vergangenheit können zwar nicht mehr ungeschehen gemacht werden, doch durch ernsthaftes Bemühen, in diesem Fall durch liebevolle Zuwendung – nicht nur durch jene, die man erhält, sondern vor allem auch durch jene, die man gibt – sind zu jeder Zeit selbst chronischen Krankheiten überwindbar. Zumindest aber sind sie dadurch so beeinflussbar, dass sie erträglich werden.

Zwischenmenschliche Beziehungen nehmen der Schuppenflechte den Boden

Obwohl bei der Schuppenflechte (Psoriasis) erbliche Faktoren eine Rolle spielen, stellt sie doch auch eine Hautkrankheit dar, durch die seelische Konflikte abregiert werden. Die erbliche Übertragung allein muss nicht wirklich zur Erkrankung führen. Meist verhält sich die Anlage zunächst latent und kommt erst durch zusätzliche Einflüsse wie psychische Spannungen oder andere Stress-Situationen körperlich zum Ausbruch.

Sehr häufig stehen beim Psoriasiskranken Störungen der zwischenmenschlichen Beziehung im Vordergrund. Probleme mit seiner Umwelt lösen bei ihm Enttäuschungen, abnehmendes Selbstwertgefühl und schließlich Rückzug aus der aktiven Begegnung aus. Die Haut reagiert darauf mit unangenehmen, oft heftig juckenden Hautveränderungen, mit Verhornung und Schuppenbildung, d.h. mit der Bildung eines abschirmenden Schutzmantels. Die Psychosomatik hält diese Erscheinung für eine Schutzreaktion. Die Schuppenflechte legt sich als trennende, kontakt-behindernde Maßnahme zwischen den Patienten und seine Umwelt, so wie der Kranke vordergründig dies ja anstrebt. Dadurch entsteht aber keineswegs Beruhigung und Harmonisierung des Befindens, sondern wie immer in solchen Fällen eher eine spannungsgeladene Konfliktsituation, die es zu lösen gilt. Unmittelbar neben dem Bedürfnis zur Verhüllung und Absonderung steht nämlich gleich wieder die große Sehnsucht nach verständnisvoller Beziehung.

Eine spezifische Psychotherapie gibt es nicht. Ziel der Behandlung sollte es aber sein, dem Kranken zu einem freien Verhältnis zu seiner Umwelt, zu vermehrter Offenheit und mitmenschlicher Begegnung zu verhelfen.

Die Allergie durch innere Stärke überwinden

Ein wichtiges Thema bei der Besprechung der Haut ist sicherlich auch die Allergie. In diesem Zusammenhang ist auch der Aufsatz über das Immunsystem von Bedeutung, in dem die

allgemeine Problematik der Allergie behandelt wird.

Vordergründig sieht es meist nicht so aus, als hätten die allergischen Reaktionen auch eine seelische Ursache. Die medizinischen Untersuchungen finden früher oder später meist den schuldigen Auslöser: die Chemikalie, das Katzenhaar, der Straßenstaub oder die Blütenpollen. Blickt man jedoch tiefer in den Patienten hinein, so kann man fast immer eine typische Eigenart feststellen, die einzelne Körperbereiche, und in vielen Fällen die Haut, für allergische Reaktionen geradezu vorbereiten.

In seiner Grundstimmung ist der Allergiker im Fühlen, Denken und Handeln auf Abwehr eingestellt. Nach außen demonstriert er diese Abwehr als selbstbewusste Stärke. Seine Kritik ist auf Angriff ausgerichtet, denn Angriff ist die beste Verteidigung. Verteidigen muss er seine innere Unsicherheit, seine verletzbare Empfindsamkeit, seine Gefühle der dauernden Überforderung und Bedrohung, und schützen muss er sein übermäßiges Bedürfnis nach fürsorglicher Geborgenheit. Allen allergischen Erkrankungen liegen einerseits ganz allgemeine Verhaltenszüge zugrunde, andererseits gibt der jeweilige Erkrankungsort Aufschluss auf ganz spezielle seelische Belastungen. So stehen bei allergischen Hauterkrankungen immer mitmenschliche und umweltbezogene Beziehungsstörungen im Vordergrund. Juckreiz, Nesselfieber oder Neurodermitis und andere allergische Dermatosen treten am eigentlichen „Umweltorgan“ des Menschen auf – an der Haut.

Allergische Vorgänge liegen auch dem erwähnten Nesselfieber zugrunde. Wie bei allen Allergien treffen hier die typischen Verhaltensneigungen zu, jedoch spielt beim Nesselfieber noch ein weiteres Grundverhalten eine Rolle: Aggressivität, meist aus Enttäuschung und Zurücksetzung hervorgegangen und die Neigung zu Wutausbrüchen. Die Hautreaktion wird oft mit dem Ausbruch eines Vulkans verglichen – wir kennen diesen Vergleich bereits aus der Besprechung der Ekzeme. Interessant ist, dass die weißlichen oder rötlichen, meist stark juckenden Quaddeln eigentlich aber erst dann auftreten, wenn die aufwallenden Emotionen lang anhaltend unterdrückt werden. Erst der innere Überdruck führt zum Ausbrechen des Vulkans.

Ein erhebliches Maß an Aggressivität weisen auch Juckreizpatienten auf, nicht nur gegenüber ihrer Umwelt, sondern auch gegenüber sich selbst. Wenn irgendeine Erkrankung mit Juckreiz verbunden ist, sei es der allgemeine Juckreiz ohne dermatologisch-organischen Befund oder jener der mit fast allen Dermatosen einhergeht oder auch jener in Begleitung mit inneren Krankheiten, z.B. mit Diabetes und Leberkrankheiten, so steht dahinter immer auch eine aggressive Komponente; eine Leidenschaft, ein inneres Feuer, eine Glut, die nach außen will.

Zu welchem Verhalten will der juckende, beißende und glühende Ausschlag auffordern? – So lange zu suchen, bis man gefunden hat, was da so kribbelig macht, was da juckt, beißt, reizt und erregt, um diese krankmachende Energie in eine Kraft des liebevollen Miteinanders umzupolen zu können.

Die Pubertätsakne, ein typisches Beispiel für Konfliktäußerung über die Haut

Die Pubertätsakne wurde oder wird von uns allen, mehr oder weniger stark ausgeprägt, selbst erlebt und deshalb ist sie ein allgemein gut verstehbares Beispiel für Hautreaktionen aus seelischen Konflikten heraus. Sicherlich werden diese Vorgänge durch hormonelle Umstellungen begünstigt, doch erwiesenermaßen spielt der innere Zwiespalt, der sich bei der pubertierenden Jugend meist nicht vermeiden lässt, eine wesentliche Rolle. Zum einen erwacht die Sehnsucht nach dem Du: Sexualität, Liebe und Partnerschaft sind die zentralen Themen. Gleichzeitig besteht aber eine enorme Angst vor diesem Unbekannten, die mit drängenden Gefühlen und Phantasien unaufhaltsam in Bewegung kommt. An diesen „heißen“ Konflikten, die kurzfristig

keine Lösung finden können, entzündet sich die Haut des Pubertierenden. Sie zeigt dadurch, dass etwas die bisherigen Grenzen sprengen möchte.

Alles was hier gesagt wird, gilt im Großen und Ganzen für fast alle Hautausschläge: Immer zeigt ein „Ausschlag“, dass etwas bisher Zurückgehaltenes oder Verdrängtes die Grenze der Unterdrückung durchbrechen möchte, um sichtbar und bearbeitbar zu werden.

Wenn die Haut immer wieder als „Spiegel der Seele“ bezeichnet wird, so wäre die Frage daraus berechtigt, warum in der einschlägigen Literatur und auch in diesem Beitrag überwiegend von Schwächen, Belastungen und Konflikten, von Spannungen und Fehlverhalten gesprochen wird; die Seele des Menschen hat ja durchaus auch Schönes und Gutes zu bieten. Über diese Seiten der Seele zu sprechen wäre wohl wesentlich angenehmer und auch die Reaktion der Leser wäre in diesem Fall sicher wohlwollender. Meist bleibt aber nicht ausreichend Platz, über beides zu schreiben, so dass man Schwerpunkte auswählen muss. Außerdem ist es Aufgabe der Psychosomatik, besonders die seelisch-geistigen Hintergründe der Krankheit aufzuspüren und sie der Allgemeinheit verständlich zu machen. Das ist der Grund, warum eher die düsteren, krankheitsbezogenen Seiten der Seele zur Sprache kommen. Sie will damit einen Beitrag leisten, um durch Erkennen und Überwinden körperlicher und seelischer Belastungen der Entfaltung des Guten, Schönen und Gesunden im Menschen wieder mehr Chancen zu bieten. Auch der Verfasser dieses Aufsatzes ist der festen Überzeugung, dass der seelisch-geistige Kern im Menschen als Schöpfung Gottes makellose Qualitäten besitzt, die mit Hilfe der vielfältigsten heilsamen Lebenstherapien aus der Umklammerung des Bedrückenden, Engen und Kranken wieder frei werden können. Aufsätze dieser Art können hilfreiche Hinweise dafür geben.

Verwendete Literatur:

Condrau G. und Schipperges H.: Unsere Haut - Spiegel der Seele, Verbindung zur Welt (Kreuz-Verlag AG Zürich 1993)

Maquire A.: Hauterkrankungen als Botschaft der Seele (Knaur-Taschenbuchausgabe 1993)

Dieser Artikel wurde bereits 8230 mal angesehen.