

## EDITORIAL

## „DIE PSYCHOTHERAPIE ENTDECKT DEN KÖRPER“

*Thomas Bronisch und Serge K. D. Sulz*

Erst nachdem die Hirnforschung so eindeutige Belege erbrachte, wie eng der Körper mit den Emotionen verknüpft ist, haben wir es gewagt, die Körpertherapie aus ihrem bis dahin nicht wissenschaftsfähigen Winkel herauszuholen und Körpertherapeuten einzuladen, ihre Konzepte und Therapien vorzustellen. Wir haben es nicht nur gewagt, sondern wir fühlten uns dazu verpflichtet. Die neurobiologische Forschung verlangt nach dem Einbeziehen des Körpers in die psychotherapeutische Arbeit und sowohl Verhaltenstherapeuten, Kognitive Therapeuten als auch Psychoanalytiker sind aufgerufen, diesen Integrationsschritt zu beginnen. Hier in diesem Themenheft kommen die Vorreiter dieses Integrationsbemühens zu Wort. Und dies kann nur der Beginn eines Dialogs sein. Noch scheuen viele Psychotherapeuten die Berührung mit dem Körper und der Körpertherapie. Diese Scheu wird künftig einer Rechtfertigung bedürfen. Denn es werden ohne Körperarbeit wesentliche Therapieansätze außer Acht gelassen, die vielleicht zu rascheren und anhaltenderen Veränderungen geführt hätten. Der Ängstliche kann sich hinter der Formel verstecken: Arbeite nur mit wissenschaftlich geprüften Therapiemethoden. Wie viel Prozent seiner bisherigen Therapiesitzungen empirische Interventionen ausmachen und welcher Anteil unstrukturiert, intuitiv ist, sei dahin gestellt. Wenn dieser Anteil durch körpertherapeutische Interventionen angereichert würde, kämen nicht weniger wissenschaftliche Methoden als bisher zum Einsatz.

Der allgemeine Teil der Zeitschrift beginnt mit dem Beitrag von Joachim Peichl, in dem er von der Traumaaarbeit ausgehend die Unterscheidung der von Kernberg in ihrer Entstehung durch Mikrotraumen des zweiten Lebensjahres und hinzugefügten späteren Makrotraumen beschriebenen Borderline-Persönlichkeitsstörung von einer posttraumatischen Persönlichkeitsstörung vom Borderline-Typ diskutiert. Letztere entsteht als sekundäre Persönlichkeitsstörung durch spätere Traumen ab Pubertät und im Erwachsenenalter ohne vorausgehende Mikrotraumatisierung zur Zeit der Mahler'schen Wiederannäherungsphase. Insofern geht er von einem Borderline-Spektrum aus und diskutiert die Konsequenzen für die Psychotherapie.

Im zweiten Beitrag diskutiert Thomas Deutschbein die These, die Peter Fiedler in seinem Beitrag in Heft 2/2003 formuliert hatte, dass die konsequente Orientierung an Therapiemanualen die besten Therapieergebnisse bringt. Sein anschließender Beitrag diskutiert die Arbeit von Meinschmidt und Krampen „Weltweite psychopathologische Folgen gravierender Terrorakte und ihrer Jahrestage“ (Heft 2/2003) im Hinblick auf die Konzepte Wirkungskraft, Resonanzprinzip und Opferdenken.

Der erste Beitrag im Thementeil „Die Psychotherapie entdeckt den Körper“ schreibt Christian Gottwald über bewusstseinszentrierte Körpertherapie als angewandte Neurowissenschaft. Von der Neurobiologie des Gedächtnisses ausgehend beschreibt er, wie mit der therapeutischen Haltung der Achtsamkeit der Patient in die Lage versetzt wird, die neuronalen Muster abzurufen und zu Bewusstsein zu bringen, die sein Körper-Gedächtnis gespeichert hat, um aus dem resultierenden Verständnis heraus Beziehungen immer angemessener gestalten zu können.

Ottmar Disse berichtet aus seiner schmerztherapeutischen Praxis, wie er im Rahmen der kognitiven Verhaltenstherapie das „full catastrophe learning“ von Kaba-Zinn einsetzt, dieses in ein Psychomotoriktraining überführt, um ein Körpergefühl jenseits der Schmerz Wahrnehmung zu erzeugen.

Peter Geißler stellt die Frage, ob die analytische Körpertherapie eine neue Methode oder ein eklektischer Ansatz ist. Überwindet sie die Begrenztheit der analytischen Therapie? Wie begrenzt ist sie selbst? Fragen, die gewollt verunsichern - aus systemischer Perspektive fruchtbar.

Renate Scharze berichtet über Konzentrierte Bewegungstherapie bei ichstrukturellen frühen Schädigungen. Das Vorgehen, über die Wahrnehmung und Bewegung des Körpers wichtige Erinnerungen der Kindheit wachzurufen und dann in einen sprachlichen Dialog darüber zu treten, musste für diese Störungen modifiziert werden. Die Therapeuten bietet im „Körper-Dialog“ der Konzentrierten Bewegungstherapie Übersetzung an, so dass es zu einer korrigierenden Erfahrung im Bereich der Basisdefizite kommt.

Der Beitrag von Lowijs Perquin und Albert Pesso befasst sich mit dem Einsatz der Pessotherapie bei Traumpatienten nach sexuellem Missbrauch. Sie beschreiben, wie auch bei dieser Störung Körperarbeit gemacht werden kann, mit der Erfahrung, dass die Integrität des Körpers respektiert wird und dem eigenen Körper vertraut werden kann.

Albert Pesso beschreibt mit seinem Beitrag „Bühnen des Bewusstseins“ Konzeption und Vorgehen der Pessotherapie, wie Körperwahrnehmung durch die Methode des Microtracking zur Entschlüsselung von nicht bewussten Gefühlen führt, wie neben die schmerzliche Körpererinnerung einer frustrierenden bzw. traumatisierenden Kindheit therapeutisch eine bedürfnisbefriedigende Körpererfahrung im Gedächtnis abgelegt wird, so dass zukünftiges Verhalten auch von dieser Erinnerung beeinflusst wird und der Imperativ des Wiederholungszwangs nachlässt.

Michael Bachg vertieft die Betrachtung des Microtracking als zielsichere Methode, um die Gefühle des Patienten im Hier und Jetzt dem Bewusstsein zugänglich zu machen. Er beschreibt, wie sorgfältig Gefühl und Kontext zusammengefügt werden und so ein vergrößertes Verständnis und eine reflektiertere Selbstwahrnehmung entstehen.

Leonhard Schrenker und Barbara Fischer-Bartelmann berichten über körpertherapeutische Paartherapie. Durch die teils wörtliche Wiedergabe des Therapieprozesses wird die therapeutische Arbeit in der Pessotherapie für den Leser sehr konkret und lebendig.

Im Repetitorium schreibt Dieter Sandner über die beiden Grundansätze der analytischen Gruppentherapie (Bion und Foulkes). Das Repetitorium kann einerseits zur Vorbereitung auf die Facharztprüfung bzw. die staatliche Abschlussprüfung der Psychologischen Psychotherapeuten, andererseits auch für die Fortbildung approbierter Psychotherapeuten genutzt werden, so dass wir seine regelmäßige Lektüre allen Lesern empfehlen können.