

Margit Koemeda-Lutz, Lucas Carle, Hugo Steinmann, Verena Müller und Christa D. Ventling

Schweizerische Gesellschaft für Bioenergetische Analyse und Therapie (SGBAT)

Darstellung der Institution

Die Bioenergetische Analyse und Therapie (BAT) versteht sich als eine tiefenpsychologisch fundierte Körperpsychotherapie. Als wesentliche Weiterentwicklung aus der Psychoanalyse heraus gilt dabei die von Reich gewonnene und vertiefte Erkenntnis, dass prägende Erfahrungen in der individuellen Entwicklung – seien sie konflikthafter oder traumatischer Natur – und dazugehörige Bewältigungs- bzw. Abwehrstrategien ihren Niederschlag auch im Somatischen finden und über den Körper angesprochen werden können. Wilhelm Reich war Schüler von Sigmund Freud und lehrendes Mitglied der Wiener psychoanalytischen Vereinigung bis 1934. Er emigrierte 1939 in die USA. Geistiger Vater der BAT ist der amerikanische Arzt Alexander Lowen (geb. 1910), Analysand von Reich. Er gründete 1956 das *International Institute for Bioenergetic Analysis* (IIBA) in New York und war bis 1997 dessen Direktor. Heute hat dieses Institut einen Lehrkörper von 47 international anerkannten LehrtrainerInnen, die dazu beigetragen haben, dass gegenwärtig in Nord- und Südamerika, Europa, Vorderasien und Neuseeland 53 bioenergetische Fachgesellschaften mit etwa 1700 Mitgliedern existieren. Sie betreiben zusammen mit dem IIBA Aus- und Weiterbildung. Die Schweizerische Gesellschaft für Bioenergetische Analyse und Therapie (SGBAT) wurde 1981 gegründet und zählt z. Zt. 80 Mitglieder; 26 sind LehrtherapeutInnen, davon 16 SupervisorInnen. Die SGBAT ist Gründungsmitglied der Schweizerischen CHARTA für Psychotherapie. Sie verfügt über eine eigene Buchreihe

„Körper und Seele“ und auch über eine Website, auf welcher die laufenden Aktivitäten wie Ausbildung, Fortbildung und Tagungen, Publikationen und Forschungsberichte sowie die Mitgliederliste eingesehen werden können.

Zum Menschenbild

Das bioenergetische Menschenbild gründet einerseits in einer philosophischen Anthropologie und andererseits in einer naturwissenschaftlichen Sichtweise. Unsere Besonderheit, die wir mit andern körperpsychotherapeutischen Richtungen teilen, ist das Bemühen, die Probleme einer dualistischen Medizin zu überwinden, d.h. somatische Symptome mit psychischem Erleben in Beziehung zu setzen. Zu Beginn des 20. Jahrhundert war es der Psychiater Pierre Janet, der die untrennbare Einheit von Psyche und Soma wieder aufgriff und vertrat. Er beeinflusste weniger Freud als vielmehr die beiden Analytiker Sandor Ferenczi und Wilhelm Reich, die sich des Leib-Seele-Problems annahmen. Reich erwarb sich mit seiner „Charakteranalyse“ (1933) Rang und Namen. Später manövrierte er sich allerdings aufgrund seines Energiebegriffs und der vermeintlichen Entdeckung des *Orgons* (1942; „Durchbruch ins Lebendige“) ins wissenschaftliche Abseits. Lowen hingegen gelang es, einen eher pragmatischen Ansatz zu entwickeln, demzufolge er seine Theorie über die energetische Dynamik des Zusammenspiels von Psyche und Soma immer wieder an der therapeutischen Praxis und den darin sichtbaren äußeren und den berichteten inneren Veränderungen überprüfte. Der Körper des Menschen ist nach Lowen materialisier-

te Vergangenheit und lebendiges Potenzial. Ausgehend von dieser Auffassung erlangt er eine neue Möglichkeit der Deutung, wobei energetische Gesichtspunkte wie auch die nonverbale Kommunikation, auf der die frühkindliche Entwicklung wesentlich basiert, besondere Beachtung finden.

Zum Gesundheits- und Krankheitsverständnis

Unter *Gesundheit* verstehen wir subjektives Wohlbefinden, die Fähigkeit, im Einklang mit der Mitwelt zu leben, Arbeits-, Liebes- und Beziehungsfähigkeit sowie eine Fähigkeit zur Manifestation und Entfaltung des eigenen Potenzials. Unter *Krankheit* verstehen wir eine Einschränkung oder Verzerrung der Selbst- oder Fremdwahrnehmung, des Denkens, Erlebens und Verhaltens. Die BAT stützt sich auf eine Körper und Seele berücksichtigende Entwicklungs-, Trauma- und Konflikttheorie (Reich 1933; Lowen 1958, 1975, 1990; Johnson 1994). Daraus lassen sich Hypothesen zur Entstehung psychosomatischer Probleme sowie zur Dynamik ihrer Aufrechterhaltung ableiten. Eine spezifische Grundannahme der BAT lautet, dass jeder seelische Zustand mit einer bestimmten Konfiguration physiologischer Parameter korreliert. Dies gilt sowohl für krankhafte Zustände als auch für solche des Wohlbefindens. Verschiedene körperliche Struktur- und Ausdrucksmerkmale werden sowohl beschreibend wie erklärend bestimmten Neuroseformen, sog.

Korrespondenz: SGBAT
Website: www.sgbat.ch
E-mail: sekretariat@sgbat.ch

Charakterstrukturen (Lowen 1958) zugeordnet. Diese werden ihrerseits im wesentlichen als Störungen der entwicklungspsychologisch bzw. entwicklungsbiologisch angelegten Abfolge vitaler Grundbedürfnisse verstanden. Sie spielen beim psychotherapeutischen Vorgehen eine wichtige Rolle.

Im fachlichen Austausch mit KollegInnen anderer psychotherapeutischer Richtungen, im schriftlichen Verkehr mit Kostenträgern und in der Forschung richten wir uns zusätzlich nach einer phänomenologischen Beschreibung und Klassifikation von psychischen Störungen gemäß ICD-10 oder DSM-IV.

Zum Therapieverständnis

Wir können uns weitgehend der von Strotzka (1975) formulierten Definition von Psychotherapie anschließen: „*Psychotherapie ist ein bewusster und geplanter interaktioneller Prozess zur Beeinflussung von Verhaltensstörungen und Leidenszuständen, die in einem Konsensus (möglichst zwischen Patient, Therapeut und Bezugsgruppe) für behandlungsbedürftig gehalten werden, mit psychologischen Mitteln (durch Kommunikation) meist verbal, aber auch averbal, in Richtung auf ein definiertes, nach Möglichkeiten gemeinsam erarbeitetes Ziel (Symptomminimalisierung und/oder Strukturänderung der Persönlichkeit) mittels lehrbarer Techniken auf der Basis einer Theorie des normalen und pathologischen Verhaltens. In der Regel ist dazu eine tragfähige emotionale Bindung notwendig.*“ Wir möchten diese Definition um zwei Punkte erweitern: 1. Parallel zu einer rational geleiteten, bewussten Steuerung des Therapieprozesses halten wir eine Kommunikation auf unbewussten Ebenen für unverzichtbar (z.B. im Sinne des „affective attunement“ gemäß Stern [1984] oder der „right brain regulation of synchronicity“ von Schore [2001]). 2. Bei den angestrebten Zielen geht es uns außerdem um eine Harmonisierung des leibseelischen Zusammenspiels. Eine Strukturänderung der Persönlichkeit impliziert häufig Veränderungen der Körperhaltung und der funktionellen Dynamik im Soma.

Unsere Interventionslehre basiert auf den psychoanalytischen Konzepten der Übertragung und Gegenübertragung. Die Interaktionen innerhalb der therapeutischen Beziehung sind unserer Auffassung nach geprägt von der (gewachsenen) Persönlichkeit der PatientInnen, welche u.a. durch Abwehrmechanismen und/oder Strukturdefizite sowie spezifische Regulationsmechanismen gekennzeichnet sind. Wir betrachten demnach die persönliche Geschichte eines Menschen sowie seinen genetischen, familiären und kulturellen Hintergrund als zwar nicht vollständig determinierend, wohl aber stark prägend für die jeweiligen Möglichkeiten der zu lebenden Gegenwart. Vor dem Hintergrund persönlicher Werthaltungen von PatientIn und TherapeutIn und selbstverständlich auch des sozialen Umfelds, in dem sich beide Personen außerhalb der Therapie bewegen, werden spezifische Explorationsbereiche und Veränderungsziele partnerschaftlich ausgehandelt. Die TherapeutInnen verstehen sich als ExpertInnen hinsichtlich der Methoden zur Erreichung dieser Ziele. Unter Berücksichtigung von und im behutsamen Umgang mit Widerstandsphänomenen und regelmäßiger gemeinsamer Reflexion des Geschehens wird versucht, sich den angestrebten Therapiezielen zu nähern. Zusätzlich zu verbalen Interaktionen arbeiten wir auch direkt mit dem Körper. Bioenergetische Interventionen auf der Körperebene sind vielfältig; sie reichen von einer Geste, einer Berührung über Belebungs- und sog. Erdungsübungen bis zum kathartischen Ausdruck eines Gefühls. Solche Interventionen sind immer eingebettet in einen verbalen Dialog, der Selbst- und Fremdbeobachtungen mit Erinnerungsfragmenten, subjektiven Empfindungen und Bedeutungszuschreibungen zu integrieren sucht. Aus all diesen Elementen ergeben sich Neustrukturierungen. Die BAT findet Anwendung in allen Bereichen der Psychopathologie und Persönlichkeitsentwicklung und setzt besondere Schwerpunkte bei Frühstörungen und bei psychosomatischen Erkrankungen, deren erfolgreiche Behandlung mit traditioneller Psychotherapie oft an Grenzen stößt. Hierin ist die Wirksamkeit der BAT bis jetzt in zwei

wissenschaftlichen Studien gezeigt worden (Gudat 1997, Ventling und Gerhard 2000). Seit ca. 10 Jahren gibt es Bestrebungen in Richtung Anwendung der BAT bei Kindern und Jugendlichen (Ventling 2001), deren Grundidee bereits von Reich formuliert wurde. Es existiert mittlerweile eine ausgedehnte Literatur (z.B. Geuter 2000) über theoretische wie praktische Aspekte der BAT.

Literatur

- Geuter U (2000) Bibliographie. Deutschsprachige Literatur zur Körperpsychotherapie. Simon & Leutner, Berlin
- Gudat U (1997) Die Wirksamkeit der Bioenergetischen Analyse als ambulante Psychotherapie. Anwendungsbereiche und Wirkungen. Psychother Forum 5/1: 28–37
- Johnson SM (1994) Character styles. Norton, New York
- Körper und Seele (Bd 1–4: Hoffmann-Axthelm D, Bd 5–6: Ehrensperger T, Bd 7: Koemeda-Lutz M). Schwabe, Basel
- Lowen A (1958) The language of the body. Grune & Stratton, New York (Dtsch: Körperausdruck und Persönlichkeit. Kösel, München 1981)
- Lowen A (1975) Bioenergetics (Dtsch: Bioenergetik. Therapie der Seele durch Arbeit mit dem Körper. Rowohlt, Reinbek 1988)
- Lowen A (1990) Spirituality of the body. MacMillan, New York (Dtsch: Die Spiritualität des Körpers. Heyne, München 1991)
- Reich W (1933) Character analysis (Dtsch: Charakteranalyse. Kiepenheuer & Witsch, Köln 1971)
- Reich W (1942) The function of the orgasm. Orgone Institute Press (Dtsch: Die Entdeckung des Orgons. Die Funktion des Orgasmus. Kiepenheuer & Witsch, Köln 1969)
- Schore AN (2001) Mind in the making. Br J Psychother 17: 299–328
- Stern D (1984) The interpersonal world of the infant. A view from psychoanalysis and developmental psychology. Basic Books, New York
- Strotzka H (1975) Psychotherapie. Urban & Schwarzenberg, München
- Ventling CD (ed) (2001) Childhood psychotherapy: a bioenergetic approach. Karger, Basel
- Ventling CD, Gerhard U (2000) Zur Wirksamkeit Bioenergetischer Psychotherapien und Stabilität des Therapieergebnisses: eine retrospektive Untersuchung. Psychotherapeut 45: 230–236