



von Sibylla Huerta Krefft

**Warum ich fühle, was du fühlst - Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneuronen, Prof. Joachim Bauer (Freiburg), Verlag Hoffmann und Campe
ISBN 3.455.09511.9, € 19,95**

Viele Jahrzehnte hindurch ist Wilhelm Reichs Entdeckung der unmittelbaren Verknüpfung von Körper; Emotion und Geist negiert, belächelt oder als unwissenschaftlich abgetan worden. Ein doch recht kleines Häufchen KörperpsychotherapeutInnen hat dieses Fähnchen dennoch über die Jahre hochgehalten, wurde aber zunehmend ausgegrenzt. In Deutschland erlebte dies den Höhepunkt mit der Installierung der Psychotherapeutengesetzes 1999, das es heute unmöglich macht, Körperpsychotherapie auf Krankenschein zu erhalten. In vielen psychosomatischen Kliniken hat sich zur selben Zeit ein gegenteiliger Prozess abgespielt: der Zusammenhang zwischen Körper und Seele war bei den psychosomatischen Erkrankungen unübersehbar, die Wirksamkeit körperorientierter Methoden (wie z.B. KBT, Tanztherapie usw.) nicht zu leugnen.

Neuerdings kommt aber auch noch Unterstützung aus einem ganz anderen Bereich. Die Forschungen der Psychoneuroimmunologie verbreiten schon seit längerer Zeit die Erkenntnisse dieser neuen Wissenschaft über die Vernetzung neuronaler und hormoneller Systeme mit ihren Ein- und Auswirkungen auf den Körper und die seelischer Befindlichkeit (z.B. *Spektrum der Wissenschaft* 1991). In dieser Reihe stand auch das letzte Buch von Joachim Bauer " *Das Gedächtnis des Körpers*" aus dem Jahr 2002. Joachim Bauer arbeitet als Internist, Psychiater und Facharzt für Psychotherapeutische Medizin am Uniklinikum Freiburg und ist seit 1992 Professor für Psychoneuroimmunologie. In "Das Gedächtnis des Körpers" beschreibt Joachim Bauer in der Hauptsache die Auswirkungen von Stress und Trauma auf der hormonellen Ebene und der damit einhergehenden Gefährdung hinsichtlich psychischer Erkrankungen (mit einer äußerst interessanten Diskussion zur vermeintlich unabänderlichen "Macht der Gene").

Mit dem zweiten soeben erschienen Buch mit dem Titel "*Warum ich fühle was du fühlst*" geht Joachim Bauer jetzt auf die neuesten neurobiologischen Forschungen (z.B. Rizzolatti) im Bereich der sogenannten Spiegelzellen ein. Bauer beschreibt in gut verständlicher und nachvollziehbarer Form, die Funktionsweise der Spiegelneuronen. Mit Hilfe modernster bildgebender Verfahren können heute Untersuchungen über die neuronale Aktivität einzelner Zellen des Gehirns in Zusammenhang mit kommunikativem Verhalten von Probanden gezeigt werden. Die Spiegelzellen haben in diesem Kontext eine zentrale Bedeutung für die intuitive Kommunikation auf den Ebenen von Handlungen, Emotionen und Körperempfindungen zwischen Menschen. Sie arbeiten wesentlich schneller als Zellen, die für rationale Überlegungen zuständig sind. Die Möglichkeit der intuitiven Kommunikation ist, laut Bauer, biologisch angelegt und unabdingbar für das menschliche Überleben. Sie wird, kann und muss trainiert werden, um zur vollen Entfaltung zu gelangen. Das Ausbleiben von Spiegelung kann bis hin zu Krankheit und psychogenem Tod führen.

Als Körperpsychotherapeutin war es eine Freude dieses Buch zu lesen, das so vieles paraphrasiert, was schon seit Jahrzehnten zum ordentlich gepackten Wissens- und Verständniskoffers (aus der Empirie) gut ausgebildeter KörperpsychotherapeutInnen gehört. Wilhelm Reich benannte das Spiegelungsphänomen mit dem Terminus "vegetative identification". In körperpsychotherapeutischen Ausbildungen ist man damit vertraut, dass körperliche und emotionale Sensationen, aber auch Handlungsintentionen des Klienten

manchmal im Körper des Therapeuten wahrnehmbar sind (natürlich auch vice versa) und hat gelernt damit in der Arbeit sorgsam und kritisch umzugehen. Es wird besonderen Wert auf die Ausbildung der Fähigkeit "vegetative identification" wahrzunehmen gelegt. Einige Schulen gehen sogar noch weiter und differenzieren hierbei in körperliche und emotionale Resonanzphänomene und damit einhergehende Bewertungssysteme.

Dabei ist uns bewusst, dass "vegetative identification" zwar oft große Übereinstimmung mit den Gefühlen und Sensationen der KlientInnen aufweist, aber durch den eigenen, mit einem anderen Muster behafteten Organismus, andere Konnotationen erhält, die wir sorgsam im Auge behalten müssen. Die Bezeichnung "Spiegelneuronen" legt nahe, dass wir es mit eins-zu-eins Vorgängen zu tun hätten. Dem muss hinzugefügt werden, dass, im übertragenen Sinne, die Beschaffenheit und die Stellung der "Spiegel" von immenser Bedeutung sind. Bauer gebraucht in seinem Buch oft statt Spiegelung das Wort Resonanz, das meiner Meinung nach den Vorgang exakter beschreibt. Für uns KörperpsychotherapeutInnen ist die besondere Betonung die Joachim Bauer dem Resonanzgeschehen hinsichtlich der Koppelung an körperliche Empfindungen zukommen lässt natürlich von spezieller Bedeutung. Hier finden sich im Buch sehr interessante Forschungsergebnisse und Beobachtungen.

Die von Joachim Bauer konstatierte "Trainierbarkeit" der Spiegelneuronen hat verständlicher Weise Konsequenzen für die Psychotherapie im Ganzen (im Sinne der Möglichkeit von Heilung kommunikativer Defizite mit ihren weit reichenden Folgen für körperliche Steuerungsfunktionen), aber auch Folgen für schulisches Lernen und Lehren oder den Medienkonsum von Kindern. Die Bedeutung der guten, vor allem nonverbalen Kontaktfähigkeit von Therapeuten und Therapeutinnen erhält damit eine zentrale Bedeutung. Joachim Bauer reduziert nicht, wie andere Kollegen seines Fachgebietes und simplifizierende Presseberichte zu diesem Thema, Menschen auf neuronale Opfer von Spiegelphänomenen, sondern führt den Willen auf interessante Weise in dieses Denksystem ein. Seine Argumentation hat mich stark an das Konzept der "Education in feeling and purpose" von Chuck Kelley (Radix) erinnert. "Die Wahrscheinlichkeit, dass wir eine Situation richtig bewertet haben, ist am größten, wenn Intuition und kritische Reflexion zu ähnlichen Ergebnissen kommen und einander ergänzen." (Bauer S. 34)

Es ist Joachim Bauers große Leistung wissenschaftliches Wissen auch Laien verständlich zu machen zu können und den Versuch zu unternehmen, die sich seiner Meinung nach daraus ergebenden, Konsequenzen für den Alltag in verschiedenste Richtungen auszuleuchten. Das wirft eine Unmenge interessanter Fragen auf, birgt aber natürlich auch die Gefahr, die eigenen Interpretation dieser Forschungen zur Wirklichkeit zu erklären und damit persönliche Überzeugungen wissenschaftlich zu unterfüttern. Ideologien stehen aber im Gegensatz zu Kontaktfähigkeit, die als Essenz dieses Buches, gefragt ist.

Vielmehr sollte gerade bei diesem Thema das Fenster der Interpretationsmöglichkeiten weit geöffnet werden. Die möglichen Dimensionen dieser Entdeckung, aber auch ihre Endlichkeit muss, von vielen verschiedenen Richtungen aus, diskutiert werden. Das Wissen der Körperpsychotherapie hier nicht zu nützen wäre schlicht dumm. Die Entwicklung möglicher Implikationen für die therapeutische Arbeit braucht aber den Diskurs aller therapeutischer Schulen (z.B. KörpertherapeutenInnen, AnalytikerInnen, TiefenpsychologInnenen, VerhaltenstherapeutInnen, Systemischen TherapeutInnenen usw.). In Freiburg lädt die Abteilung für psychosomatische Medizin des Uniklinikums bereits seit einigen Jahren zu einer Folge von Vorträgen verschiedenste SchulvertreterInnen ein. Die Resonanz ist ungeheuer groß.

Sibylla Huerta Krefft ist ausgebildet in Radix, Funktionaler Analyse (W.Davis) und in Ausbildung zur Systemischen Supervisorin (M.A.). Sie lebt und arbeitet in Freiburg.
Email: info@huerta.krefft.name

