

Manfred Thielen (Hrsg.)
**Körper-Gefühl-Denken –
 Körperpsychotherapie und Selbstregulation**

Gießen: Psychosozial-Verlag, 2009, 406 Seiten

ISBN 978-3-89806-821-5, 39,90 Euro

„Körper-Gefühl-Denken – Körperpsychotherapie und Selbstregulation“ herausgegeben von Manfred Thielen ist eine Zusammenstellung von Beiträgen zum 3. Kongress der „Deutschen Gesellschaft für Körperpsychotherapie“ aus dem Jahre 2007. Die Zusammenstellung der Beiträge umfasst dabei historische, methodische und praktische Aspekte der Körperpsychotherapie (KPT) mit dem Schwerpunkt des Selbstregulationskonzeptes in der KPT.

Den Beginn machen allgemeine Beiträge zum Selbstregulationskonzept vor dem Hintergrund körperpsychotherapeutischer Sichtweisen. Weiterhin werden entwicklungspsychologische, traumabezogene, psychosomatische und salutogenetische Thematika unter dem Schwerpunkt der Selbstregulation, sowie empirische und subjektive Wirksamkeit und diagnostische Aspekte körperpsychotherapeutischer Herangehensweisen vorgestellt. Die Bandbreite der Beiträge reicht von rein historischen Betrachtungen zu Arbeiten von Pionieren der KPT, über Darstellungen körperpsychotherapeutischer Praxis hin zu prospektiven Überlegungen KPT zukünftig konsequenter an empirischen Standards zu messen.

Das Herausgeberwerk beinhaltet eine Fülle körperpsychotherapeutischer Thematiken, die jeweils kurze Einblicke in Sicht- und Arbeitsweisen der KPT geben.

Für verhaltenstherapeutisch orientierte Kollegen, denen körperpsychotherapeutische Verfahren bis dato wenig oder unbekannt waren, fehlt eine vorangestellte Einführung in originäre Annahmen und Sichtweisen der KPT. Das Buch richtet sich primär an ein körperpsychotherapeutisch erfahrenes Publikum, obwohl es eine Vielzahl von Beiträgen verdient, mehr Beachtung zu finden.

Als Beispiele sind die Beiträge von Andreas Wehowsky mit seinem Aufsatz zu „Selbstregulation durch Neurofeedback“ oder Angela von Arnims „Funktionelle Entspannung“ zu nennen, in denen Verhaltenstherapeuten deutliche Parallelen zur eigenen Praxis erkennen. Ebenso deutliche Bezüge

zu verhaltenstherapeutischen Arbeitsweisen in Kombination mit körperpsychotherapeutischen Verfahren finden sich in den Ausführungen von Paula Diederichs und Ingo Jungclaussen zu „Zwölf Jahre[n] Berliner SchreiBaby Ambulanzen [...]“. In der Tat beeindruckt die Bandbreite der Anwendungsmöglichkeiten, die sich von den bereits beschriebenen über tiefenpsychologisch-analytische, systemische und verhaltenstherapeutische Therapieformen von beispielsweise Depression und PTSD erstreckt. Dabei kann die KPT auf jahrzehntelange Erfahrung in Umgang und Anwendung von körperbezogenen Verfahren zurückgreifen.

Dies darf und kann aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass die empirisch fundierte Basis körperpsychotherapeutischer Techniken und Theorien bis dato kaum existent ist. Das zeigt sich im zum Teil eher mythischen Gebrauch von nicht einheitlich definierten Begrifflichkeiten, wie beispielsweise der „Lebensenergie“ oder des „Muskelpanzers“, der empirisch geprägten Kollegen wohl eher Assoziationen von esoterischer Belieblichkeitstherapie aufzwingt.

Dass innerhalb der KPT selbst ein Umdenken begonnen hat, beschreibt Margit Koemeda-Lutz in ihrem Beitrag „Warum auch Körperpsychotherapeuten an quantitativ-empirischer Forschung interessiert sein sollten – Bericht über drei Studien“. Es bleibt zu hoffen, dass Koemeda-Lutz' Aufforderung nach einem Verlust der Angst und einem Streben nach empirisch fundierter Körperpsychotherapie nicht ungehört bleibt. Die Körperpsychotherapeutische Schule mit ihrer Erfahrung und ihren zum Teil spannenden Herangehensweisen hätte es – nicht auch zuletzt zum Gewinn für die Verhaltenstherapie – verdient.

Dipl.-Psych. David Bräuer, Dresden

E-Mail: braeuer@psychologie.tu-dresden.de