

Manfred Thielen (Hg): "Körper-Gefühl-Denken. Körperpsychotherapie und Selbstregulation" Psychosozial-Verlag, 2009, 406 Seiten, 39,90 Euro

Das von Manfred Thielen herausgegebene Buch enthält zwei Dutzend Beiträge, die auf der Basis von Vorträgen und Seminaren ausgearbeitet wurden. Diese fanden auf dem 3. Kongress der „Deutschen Gesellschaft für Körperpsychotherapie“, 2007 an der FU Berlin statt. Auch wer sich bisher wenig mit Körperpsychotherapie beschäftigt hat, wird zumindest einige der Namen kennen, wie Stanley Keleman (einer der Pioniere der KPT), Gustl Marlock (der mit Halko Weiss 2006 das umfangreiche Handbuch der Körperpsychotherapie bei Schattauer herausgegeben hat), Ulfried Geuter, Hans-Joachim Maaz, Mona-Lisa Boyesen, Peter Heini, Ulrich Sollmann, Margit Koemeda-Lutz, Angela von Arnim, Ralf Vogt, Andreas Wehowsky und andere.

Dass hier nicht die Namen aller Autorinnen und Autoren, geschweige denn von allen Beiträgen auch nur die Titel, genannt werden können, macht das Dilemma jedes umfangreichen Herausgeberbandes deutlich: Einerseits wird eine bewundernswerte, erfreuliche und informative Breite an körperpsychotherapeutischen Grundlagen, praktischen Vorgehensweisen, Reflexionen und Ideen für Weiterentwicklungen präsentiert. Dies gibt den bereits in diesem Bereich arbeitenden Kolleginnen und Kollegen wichtige weiterführende Hinweise auf die Arbeit der anderen, sowie neue Perspektiven und anregende Ausblicke. Andererseits handelt es sich eben nicht um eine insgesamt streng durchkomponierte und –strukturierte Darstellung wie etwa bei einem Lehrbuch oder einer Monographie. Obwohl bei über 400 Druckseiten die Beiträge keineswegs als kurz zu bezeichnen sind, hätte ich mir doch bei manchen Themen noch mehr Ausführlichkeit gewünscht. Und mancher Leser, der noch wenig mit körperpsychotherapeutischem Gedanken in Berührung geraten ist, würde sich vielleicht zu Beginn ein programmatisches Kapitel wünschen, das übersichtlich und die einzelnen Perspektiven verzahnend in die Thematik „Körperpsychotherapie“ einführt. Das konnte und wollte Manfred Thielen in seinem Vorwort von nur 9 Seiten so nicht leisten.

Geschickt ist allerdings, dass der Band (wie bereits auch der Kongress) das Konzept der Selbstregulation ins Zentrum gestellt hat und so immerhin einen gemeinsamen Fokus für die Vielfalt körperpsychotherapeutischer Arbeit und ihrer theoretischen Perspektiven anbietet. Es handelt sich zugleich um ein Konzept, das am stärksten anschlussfähig an die derzeitigen Diskurse anderer psychotherapeutischer Richtungen ist. Wenn auch die Psychologie und Psychotherapie immer noch systemtheoretischen Konzepten insgesamt eher mit gewisser Abstinenz und Vorsicht begegnet und daher zunehmend den Anschluss an die rasante Entwicklung der interdisziplinären systemtheoretischen Diskurse in den Naturwissenschaften verliert, scheint doch zumindest der zentrale Aspekt der Selbstregulation für viele Richtungen bedeutsam zu werden. Selbstregulatorische Prozesse spielen nämlich auf allen Ebenen eine wichtige Rolle: angefangen bei den neuronalen Netzen und ihren Feedbackschleifen; dann bei den zahlreichen regulatorischen Prozessen innerhalb und zwischen den Teilen und Organen des Körpers; des Weiteren bei den regulatorischen Rückkoppelungen zwischen somatischen und psychischen Systemprozessen; und nicht zuletzt bei den interpersonellen Prozessen, welche in Form von Paar- und Familienstrukturen, kulturellen Mustern oder gar Weltbildern ihre Wirkung entfalten. Überall finden wir selbstorganisierte Ordnungsbildung, deren Stabilisierung und Veränderung zunehmend als Themen auch für die Psychotherapie entdeckt werden. Es gibt heute kaum einen psychotherapeutischen Ansatz, der sich nicht explizit auch über selbstregulatorische Prozesse Gedanken macht. Hier nicht nur anzuknüpfen, sondern darauf zu verweisen, dass es eine lange und elaborierte Tradition innerhalb der Körperpsychotherapie gibt, ist sicher für den richtungsübergreifenden Diskurs eine kluge Entscheidung, von der zu hoffen ist, dass körperpsychotherapeutische Konzepte insgesamt besser und deutlicher wahrgenommen werden und ein angemessenes Gewicht erhalten.

Das Thema „Selbstregulation“ kommt denn in den unterschiedlichen Beiträgen auch in vielen Facetten vor – von der Selbstregulation durch Neurofeedback (A. Wehowsky) über Ansätze und Projekte in der Arbeit mit Säuglingen und Kleinkindern (P. Geißler, M. Thielen oder P. Diederichs & Jungclausen) über deren Bedeutung beim Umgang mit Psychotraumata (u.a.

R. Vogt) bis hin zu eher allgemeineren psychosomatischen Zusammenhängen und ihrer Psychodynamik (H.-J. Maaz). Gerade unter dem eben benannten Aspekt interdisziplinärer Anschlussfähigkeiten war für mich allerdings erstaunlich, in den Literaturverweisen eine recht starke Abgeschlossenheit in der Wahrnehmung der Diskurse zu entdecken: Es tauchen faktisch keine Hinweise auf die umfangreiche Literatur zu Selbstregulationsprozessen in der systemischen Therapie oder gar der interdisziplinären Selbstorganisations- und Systemtheorie auf. Hier ist sicherlich die Synergie zwischen den Arbeitsbereichen deutlich zu erhöhen – was allerdings als Mahnung an beide Seiten zu verstehen ist, denn auch die Selbstorganisationsdiskurse in Psychologie und Psychotherapie haben gegenüber der in diesem Band referierten Konzepten und ihren Autoren erstaunlich blinde Flecken.

Wünschenswert ist natürlich auch, dass dieser Band dazu beiträgt, dass Körperpsychotherapie mehr von den akademischen Institutionen wahrgenommen und berücksichtigt wird, welche ja große Beträge für Forschung selektiv verteilen. Es ist gut, dass in einem der Buchbeiträge drei aktuelle Forschungsprojekte vorgestellt und diskutiert werden. Allerdings fand ich hier interessant, wie erfolgreich Schuldzuweisungsideologien bereits gewirkt haben: Die Autorin (M. Koemeda-Lutz) spricht nämlich pejorativ von „Aufholbedarf“ und dass mehr „Interesse“ an Forschung bei Körperpsychotherapeuten vorhanden sein sollte. Verglichen mit der großen Anzahl an VT-Studien nehmen sich die 30 Evaluationsstudien (davon 14 RCT-Studien) zur Wirksamkeit von Körperpsychotherapie, die F. Röhrich gerade in einer Übersicht in einem Routledge-Journal zusammengestellt hat¹, in der Tat eher bescheiden aus. Doch liegt das wohl weniger daran, dass vorhandene Forschungskapazitäten und Ressourcen von Körperpsychotherapeuten blockiert würden. Es ist doch wohl eher andersherum: dass (aus welchen Gründen auch immer) eine inzwischen einseitig besetzte Gruppe, welche die Forschungsgelder verteilt, diese seit Jahrzehnten eben kaum zur Erforschung der Körperpsychotherapie einsetzt, und dann anderen Forschungsdefizite vorwirft. Das ist so, als würden die Großgrundbesitzer, die den Landarbeitern nur noch kleine Schrebergärten übrig gelassen haben, diesen vorwerfen, dass diese „kein Interesse“ hätten, sich die großen (und teuren) Erntemaschinen für „bessere Effizienz“ zu kaufen. Forschungsdefizite können nur von der vergleichsweise reichen Forschergemeinschaft überwunden werden und können nicht als Vorwurf an einige eher arme Praktiker dienen.

Fazit: Körperpsychotherapie braucht einen größeren Stellenwert in der Wahrnehmung des gesamten psychotherapeutischen Spektrums – besonders aber auch seitens der akademischen Forscher bzw. Verteiler der Forschungsgelder. Dieses Buch mit vielen spannenden Beiträgen, die insgesamt den aktuellen Stand der Körperpsychotherapie und ihres reichhaltigen methodischen Spektrums widerspiegeln, kann dazu beitragen, dass dieses Wahrnehmungs- Kenntnis- und Forschungsdefizit in der Psychotherapie verringert wird. Möge es also viele LeserInnen finden, die sich dadurch in ihrer praktischen und forscherschen Arbeit anregen lassen!

Jürgen Kriz

¹ www.informaworld.com/smpp/content~db=all~content=a913145625