

Rezensionen*

Beatrix Teichmann-Wirth

Ernst Kern: Personzentrierte Körperpsychotherapie.

München, Basel: Reinhardt Verlag, 2014, 186 Seiten, ISBN 978-3-497-02433-9. EUR (D), 24,90 / EUR (A), 25,60 / CHF 37,90.

Als ich hörte, dass ein Buch mit dem Titel „Personzentrierte Körperpsychotherapie“ erschienen ist, war meine Freude groß. Endlich wird dieser weit unterschätzte Bereich gebührend gewürdigt. Der Autor Ernst Kern blickt auf eine lange Erfahrung in der therapeutischen Arbeit mit verschiedenen Methoden zurück – zu diesen zählen neben der Gesprächspsychotherapie Verhaltenstherapie, Focusing, Körperpsychotherapie, Tanztherapie, Dialektisch-Behaviorale Therapie, Traumatherapie; zudem war er langjährig als leitender Psychologe in einer psychiatrischen Klinik tätig.

Im ersten, theoretischen, Teil widmet sich Kern zunächst den phänomenologischen Grundlagen des Personzentrierten Ansatzes. Die Erfahrungsorientierung und die Tatsache, dass „Erfahrung immer körperlich fundiert ist“ (S. 18), begründet die Wichtigkeit von körpertherapeutischen Elementen in der Therapie. Kern geht auf die verschiedenen Dimensionen des Körpers ein, einerseits unter Bezugnahme auf Ausführungen von Petzold, Merleau-Ponty, Bauer – und andererseits, in einem eigenen ausführlicheren Kapitel, über den prozesshaften und situationalen Körper in der Theorie von Gendlin. Wie auch bei den anderen Kapiteln ist an den Schluss jeweils eine thesenhafte Zusammenfassung gestellt – hier sind folgende Thesen für mich zentral:

- Der Körper ist die Basis des Selbsterlebens und der Identität.
- Der Körper entwirft seinen eigenen Prozess und hat seine eigene Fortsetzungsordnung.
- Der von innen gespürte Körper wird als Orientierungspunkt angesehen.
- Personzentrierte Körperpsychotherapie entfaltet sich in einem dialektischen Prozess zwischen Erfahrung und Reflexion.

Im Kapitel „Erweiternde Perspektiven“ behandelt der Autor verschiedene Theorieansätze zur Entwicklungspsychologie, Neurobiologie und Emotionspsychologie. Er greift dabei ausführlich auf Autoren wie Stern, Damasio und Downing bzw. Geuter und Schrauth zurück.

Ich vermisse hierbei eine Schwerpunktsetzung, die vorrangig aus der personzentrierten Literatur stammende Theorieentwürfe berücksichtigt – wie die Entwicklungstheorie von Biermann-Ratjen und eine Darstellung der Aussagen von Lux, der ja immerhin ein ganzes Buch den Neurowissenschaften und dem Personzentrierten Ansatz gewidmet hat. Diese Autoren werden nur in Querverweisen zur Unterstützung der vorgestellten Theorien erwähnt. Emotionen werden als Schlüsselstelle von Psychotherapie gesehen und deshalb wird ihnen in der Darstellung des Modells des affektiven Zyklus von Geuter und Schrauth breiter Raum gegeben. Dies birgt für mich auch einige praktisch relevante Aspekte, wie z. B. die Wahrnehmung unterschiedlicher Blockaden im affektiven Zyklus, wie er sich in einem zu raschen Spannungsaufbau oder auch in einem exzessiven Gefühlsausdruck bzw. in einem chronifizierten Hängenbleiben in einem Gefühlsausdruck zeigt. Weiters wird auf Downings Bestimmung von Emotion aus der Perspektive des subjektiven Körpererlebens, auf Greenbergs Konzept einer emotionsfokussierten Therapie und Gendlins Emotionsbegriff eingegangen. Der Theorieteil schließt mit einem Kapitel über Achtsamkeit und deren Bedeutung für die Gegenwärtigkeit.

Im zweiten, praktischen, Teil geht es um die konkreten Möglichkeiten, den Körper in die Personzentrierte Therapie einzubeziehen. Zunächst geht Kern dabei von den Bedingungen seitens der Therapeutinnen und Therapeuten aus und stellt Möglichkeiten vor, wie man körperbasierte Empathie, körperbasierte Anerkennung und körperbasierte Kongruenz und Präsenz ermöglichen kann. Das geschieht zum Teil sehr konkret in Form von anregenden Arbeitsblättern, z. B. zur Erhebung der Geschichte der eigenen Körperlichkeit; es werden auch

* Beabsichtigte Rezensionen sollten mit einem verantwortlichen Redakteur besprochen werden; Detailinformationen zu Rezensionen siehe hintere innere Umschlagseite (U 3).

Möglichkeiten vorgestellt, wie man die bedingungslose Anerkennung auf der Körperebene beispielsweise durch Halten fördern kann. Gerade in diesem Abschnitt, der die Kernbedingungen des Personzentrierten Ansatzes betrifft, hätte ich mir eine ausführlichere Herleitung der Interventionen aus dem personzentrierten Theoriekontext gewünscht. Finke, dessen Lehrbuch im Übrigen nicht einmal erwähnt wird, hat diesbezüglich eine konsistente Beschreibung all der Facetten von Empathie, Akzeptanz und Kongruenz gegeben, auf deren Grundlage man verschiedene Interventionen auf der Körperebene entwickeln könnte. Dann wäre es m. E. auch verständlicher, warum eine Intervention, wie z. B. das Übernehmen einer Körperhaltung des Klienten durch die Therapeutin im Sinne des selbstkonzeptbezogenen Verstehens, Sinn macht bzw. das Anregen der Atmung einem organismusbezogenen Verstehen förderlich ist. Zu den Klientenbedingungen stellt Kern zunächst den Focusing-Prozess an der „Schnittstelle zwischen Sprechen und Körper“ (S. 101) vor und liefert auch dazu jeweils anregende Arbeitsblätter, z. B. zur Symbolisierung einer eigenen Wahrnehmung oder zum Körperausdruck über die verschiedenen Handlungsebenen. In Kapitel 4 geht es dann um konkrete „Überstiegsmöglichkeiten über zentrale Körperaspekte“. Kern stellt dazu mehrere Möglichkeiten vor, wie z. B. die Körperwahrnehmung, die Atmung, die Körperhaltung, die Bewegung und den Körperkontakt. Diese Interventionsmöglichkeiten werden sodann in Fallbeispielen vorgestellt. Darin wird deutlich, dass sich Ernst Kern sehr selbstverständlich in der Welt des Körpers bewegt, und dies auch immer mit großer Achtsamkeit und Einfühlung geschieht.

Ich kann nicht ganz nachvollziehen, weshalb nach diesem sehr praktisch angelegten Kapitel ein Rekurs auf davor noch nicht vorgestellte theoretische Ansätze stattfindet: zunächst das „Alphabet der Leiblichkeit“ von Schmitz (1992) und Labans (1988) Kategorien des Bewegungsantriebs; auch das Modell körperpsychotherapeutischer Entwicklungsphasen von Röhrich (2000), welches aus der Entwicklungspsychologie von Stern hergeleitet ist, wird ausführlich dargestellt. Gerade was diese Vorgehensweise betrifft, finde ich eine nur geringe Kompatibilität mit dem Personzentrierten Ansatz und halte eine derartig starke Orientierung an einem konzeptbezogenen Vorgehen für unvereinbar mit dem Anspruch von Non-Direktivität.

Das Buch schließt mit einem Kapitel zur „Personzentrierten körperpsychotherapeutischen Perspektive bei verschiedenen Störungsbildern“. Der Autor geht phänomenologisch an die Störungsbilder der Depression, der Borderlineerkrankung, der Angststörung und der Sucht heran und führt aus, was aus körperpsychotherapeutischer Sicht hilfreich sein kann – z. B. beim Rhythmusverlust des Depressiven die Anregung von Basisrhythmen durch bewusstes Gehen, Laufen oder die Arbeit mit der Körperhaltung, um aus „einer depressiven Position in eine Ressourcenhaltung“ (S. 163) kommen zu können. Besonders in diesem Abschnitt wird die große psychotherapeutische Erfahrung und das daraus begründete störungsspezifische Wissen des Autors deutlich. Er verfügt zudem authentisch über eine „Mehrsprachigkeit“ in der Therapie, die den Körper selbstverständlich einbezieht.

Das Buch trägt den Titel „Personzentrierte Körperpsychotherapie“, und es wird auch oftmals von *der* Personzentrierten Körperpsychotherapie gesprochen. Kritisch möchte ich dazu einwenden, dass es nicht *eine* Personzentrierte Körperpsychotherapie gibt, gar nicht geben kann, dass es vielmehr eine Vielzahl von Ansätzen gibt, den Körper in die Therapie einzubeziehen, und es wäre angebracht, in einem Buch mit diesem Titel die aus dem personzentrierten Zusammenhang zwar nicht sehr zahlreichen, aber doch vorhandenen Beiträge zum Thema ausführlicher darzustellen. Will man dem – für mich in diesem Sinne kühn gewählten – Titel gerecht werden, wäre es m. E. zudem notwendig, sich vor allem an den theoretischen Grundlagen des Personzentrierten Ansatzes zu orientieren und daraus einen konsistenten Ansatz zu entwickeln.

In meinem Verständnis stellt das Buch den körperpsychotherapeutischen Ansatz von Ernst Kern vor. Dieser ist auf Theorien verschiedenster Therapieansätze gut gegründet und selbstverständlich in das therapeutische Tun integriert.

Würdigen möchte ich, dass durch die Vielzahl von Anregungen sehr deutlich wird, dass es unzählige Möglichkeiten gibt, den Menschen über das gesprochene Wort hinaus zu „beantworten“. Es wäre zu wünschen, dass diese „Mehrsprachigkeit“ in der Ausbildung von personzentrierten Therapeutinnen und Therapeuten gelehrt wird, sodass diese sodann selbstverständlich von diesen verschiedenen Sprachen Gebrauch machen können.