

€ 19,80 / CHF 28,40). Darin werden zentrale Aspekte der Psychotherapie wie Funktion und Rolle des Körpers, der strukturgebundenen Prozesse sowie des Träumens und Denkens behandelt, ebenso wie Anleitungen zum Selbst-Focusing, zur

Arbeit mit Aufstellungen und zur Supervision. Wie in Band 1 wird der/die Leser/in eingeladen, den Ausführungen des Autors nachzuspüren und die eigenen Erfahrungen dazu zu reflektieren.

Dora Iseli Schudel

## **Peter Schindler (Hrsg.). Am Anfang des Lebens. Neue körperpsychotherapeutische Erkenntnisse über unsere frühesten Prägungen durch Schwangerschaft und Geburt.**

Basel: Schwabe Verlag, 2011, 277 Seiten, ISBN 978-3796526442. € 38,50 / CHF 55,00

Der vorliegende Sammelband ruft uns Personzentrierten Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten nicht nur in Erinnerung, dass Personsein längst vor der Geburt beginnt. Vielmehr erachte ich ihn als bedeutsam für unser ‚wissendes Verstehen‘ (J. Eckert), weil wir und unsere Klientinnen und Klienten über die direkte, sprachgebundene Erinnerung keinen, über Focusing und Traumarbeit allein nur begrenzten, Zugang zu Erfahrungen aus unserer Zeit im Mutterleib und während der Geburt haben.

Phänomene, die von personzentrierten Autorinnen und Autoren z. B. als ‚fragile und dissoziierte Prozesse‘ (M. Warner) oder ‚frühe Persönlichkeitsstörungen‘ (K. Heinert, R. Elliot u. a.) beschrieben worden sind, erfahren hier eine neue, vertiefende Deutung und Zugänglichkeit.

Vereinfacht ausgedrückt soll die Klientin in bewusst gefühlten Kontakt treten können mit spezifischen Körperempfindungen, -wahrnehmungen und -gestimmtheiten samt zugehörigen Emotionen, deren Ursprung in prä- und perinatale Schock- und Trauma-Erfahrungen zurückreicht. So können sich blockierte, hemmende, fragmentierte Anteile des Aktualisierungsprozesses ‚verflüssigen‘, und somit Selbstbild und -ausdruck in konstruktiver Weise verändern.

In Kindertherapien bleibt das Spiel das Veränderungsmedium, das von der Therapeutin in seiner symbolisierenden Bedeutung gesehen, empathisch verstanden und dem Kind in adäquater Sprache gleichsam zurückgegeben werden muss.

Die 12 Beiträge des Sammelbandes stammen von Psychotherapeut/innen und Forscher/innen, welche die besondere Bedeutung und Verletzlichkeit des vorgeburtlichen Lebens sowie die Klippen der Geburt und deren prägende Folgen erkannt haben und Formen entwickelt haben, damit psychotherapeutisch zu arbeiten. Die Autorinnen und Autoren geben Einblick in ihre psycho- und körperpsychotherapeutische Arbeit mit Erwachsenen, Kindern und Babys. Viele von ihnen haben

psychodynamisches, bioenergetisches und biodynamisches Erfahrungswissen im berufsbiografischen Hintergrund, und leisten Pionierarbeit auf einem Gebiet, das nach langer Vernachlässigung gegenwärtig stark an Bedeutung gewinnt.

Wie der Herausgeber P. Schindler einleitend betont, ist die prä- und perinatale Psychologie evidenterweise traditioneller akademisch-wissenschaftlicher Überprüfung nur begrenzt zugänglich. Sie ist hauptsächlich eine Erfahrungswissenschaft, basierend auf Erkenntnissen aus realen psychotherapeutischen Prozessverläufen.

Am überzeugendsten im vorliegenden Sammelband sind für mich daher auch jene Fallberichte, die in der Theoriebildung zurückhaltend bleiben.

Das therapeutische Interventionsspektrum der verschiedenen Autorinnen und Autoren ist breit gefächert. Eine Art gemeinsamer Nenner stellt dabei die Anregung zum Gewahrsein und Lokalisieren spezifischer körperlicher Befindlichkeiten dar. Verweilen, Vertiefen, Pendeln zwischen Körperempfindungen, Emotionen, Bewegungen und ihren Benennungen und Kontextualisierungen tragen wesentlich zur selbstregulierenden Veränderung bei, die idealerweise ein (neuro-) physiologisches und biochemisches Korrelat aufweisen soll. Voraussetzung für einen derart heilenden Veränderungsprozess ist die Bereitschaft und Befähigung der Therapeutinnen und Therapeuten, vorsprachliche Traumatisierungen in den von Klient/innen berichteten symptomatischen Leidenszuständen überhaupt aufzuspüren.

Obschon ein methodischer Vergleich mit Focusing sich geradezu aufdrängt, bezieht sich für mich erstaunlicherweise kein Autor auf G. Gendlin. Dabei könnte man in gewisser Weise vielleicht von einer Vertiefung und Erweiterung des Gendlin'schen Ansatzes in den prä- und perinatalen Bereich sprechen, der aber noch viele zusätzliche, direktere Körperinterventionen beinhaltet.

Als gesichert kann heute gelten, dass Schocks und Traumata während der intrauterinen Zeit und der Geburt viel häufiger sind als bisher angenommen. Deren Reaktions- und Verarbeitungsmuster prägen sich dem so genannten ‚zellulären Gedächtnis‘ ein, das auch ‚prozedurales Körpergedächtnis‘ genannt wird. Neben der klinischen Evidenz scheint heute auch aufgrund neuerer biologischer Forschungen (z. B. B. Lipton) eine Form von ‚zellulärem Gedächtnis‘ unbestritten zu sein, die nicht an das entwickelte Nervensystem gebunden ist.

Frühe Schock- und Traumaerinnerungen können sich im späteren Leben aufgrund bedrohlicher Triggersituationen in hoher Stressreaktionsaktivierung äußern, die sich in vielerlei Symptomen manifestieren, z. B. dem (komplexen) posttraumatischen Belastungssyndrom mit Depressionen, Angst- und Panikstörungen, Allergien, Migräne etc.

Ich werde im Folgenden einzelne Beiträge des Buchs herausgreifen.

**Ludwig Janus** lässt die Geschichte der pränatalen Psychologie mit Otto Ranks, ‚Trauma der Geburt‘ von 1924 beginnen. Seit den Achzigerjahren, wo Technologien wie Ultraschall die fötale Bewegungssprache beobachtbar machen, mehren sich die einschlägigen Publikationen. Bereits 1971 wurde die Internationale Studiengemeinschaft für pränatale Psychologie gegründet, die heute im deutschsprachigen Raum als ISPPM aktiv ist.

Wesentliche Impulse kamen in den letzten Jahrzehnten u. a. von T. Lake, St. Grof, D. Chamberlain, A. Kafkalides. Wegweisend sind aktuell u. a. W. Emerson und dessen Schüler K. Terry.

Der ursprünglich als Personzentrierter Psychotherapeut ausgebildete Belgier **R. Verdult** verbindet pränatalpsychologische Erkenntnisse mit aktueller Gehirnforschung unter dem Titel: ‚Die Neuverdrahtung des Gehirns. Zerebrale Entwicklung, pränatale Bindung und ihre Konsequenzen für die Psychotherapie‘. Verdult betont die bislang unterschätzte Plastizität des Gehirns. Er stellt die neurophysiologische Gehirnentwicklung dar, sowie den aktuellen Wissensstand zu vorgeburtlichen und geburtsbedingten Schocks und Traumata. Als therapeutische Schlussfolgerung verlangt auch er eine Verfeinerung und Vertiefung der *empathischen Resonanz* der Therapeutinnen und Therapeuten auf vorsprachliche Verletzungen von Klientinnen und Klienten. Im Schutz einer sicheren, angstfreien therapeutischen Bindung ermögliche die empathische Resonanz den Klientinnen und Klienten die Transformation der ursprünglichen Verletzungen. Das Wiederauftreten früher Schock- und Traumareaktionen in bedrohlichen Lebenssituationen soll dadurch unwahrscheinlicher werden, sowohl im subjektiven Erleben und Verhalten, wie auch von ihrer hirnpfysiologischen Repräsentation her. Mit ‚Neuverdrahtung‘ meint Verdult dabei eine neue neuronale Verbindung des vorsprachlichen, an Stammhirnregionen gebundenen zellulären Gedächtnisses mit der im Neokortex gespeicherten (sprach- und bildhaften) Erinnerung.

In mehreren anderen Beiträgen, speziell bei William Emerson und Karlton Terry, wird dasselbe Therapieziel als ‚Repat- terning‘ bezeichnet. Auch ihnen geht es um eine dauerhafte Veränderung von dysfunktional gewordenen Reaktionsmustern, die ursprünglich biologisch sinnvollerweise der prä- und perinatalen Trauma- und Schockbewältigung gedient haben.

**William Emerson** („Somatotrope Therapie“ und „Emersons Rekapitulationstherapie“) gibt Einblick in seine langjährige, in vielen Publikationen belegte Arbeit mit Babies, Kindern und Erwachsenen. Auf dem Hintergrund seines buddhistisch geprägten Menschenbildes schildert der klinische Psychologe sein subtiles Aufnehmen der Bewegungs- und allgemeinen Körperausdrucksprache seiner Klientinnen und Klienten, die er bei Erwachsenen oft durch angeleitete Regressionen unterstützt. Therapeut/in und Klient/in erschließt sich dabei die ‚Landkarte‘ früher Verletzungen und oft über viele Generationen weitergegebener Belastungsmuster. Letztere werden nun einer körpertherapeutischen und verbalen Bearbeitung zugänglich und können im ‚Repat- terning‘ in einer neuen leib-seelischen Homöostase resultieren. Oft sind dabei spirituelle Erfahrungen mitbeteiligt.

Emersons „Rekapitulationstheorie“ unterscheidet verschiedene Rekapitulationsarten und besagt, dass Menschen sehr frühe Verletzungen (z. B. Verlassenwerden durch die Mutter) geradezu gesetzmäßig im Lebenslauf unbewusst wiederholen, d. h. in verschiedensten Lebensumständen dieselbe Grunderfahrung und -aussage neu konstellieren (z. B. ‚ich bin jemand, der verlassen wird‘), und zwar solange, bis die Ursprungsverletzung geheilt ist.

In ihrem mit „Es spürt alles“ betitelten Beitrag schildert **Rose Drescher** Vignetten eines langjährigen Intervall-Therapieprozesses einer seit der Schwangerschaftsentstehung kriegstraumatisierten Frau. Die Vignetten wechseln ab mit eindrücklichen Passagen der Reflexion. Die Autorin betont, der Klientin habe nicht ein einzelner therapeutischer Ansatz zur Überwindung ihrer komplexen Symptome verholten. In ihrer über Jahrzehnte verteilten ‚therapeutischen Odyssee‘ sei die Arbeit mit Al Pessò und William Emerson am wirksamsten gewesen, um mit ihren frühen Traumata in tatsächlich erfahrene Berührung zu kommen, ein stabiles Selbstvertrauen aufzubauen und ihre vielseitigen Begabungen besser nutzen zu können.

Therapeutische Wege und Umwege waren nötig, um sich den entscheidenden vorsprachlichen zellulären Erinnerungen anzunähern und sie schließlich im ‚Damals‘ belassen zu können, wodurch ihre destruktive Macht im ‚Heute‘ verschwand.

Prä- und Perinataltraumata werden hier als die lebensgeschichtlich ursprünglichsten und daher folgenreichsten psychischen Verletzungen geschildert, ohne sie auf Kosten späterer einschneidender Ereignisse zu verabsolutieren. Ganz Im Sinne des PCA erachtet R. Drescher eine einführende Sprache

und die Echtheit der Therapeutinnen und Therapeuten als unabdingbar und jeder theoretischen Orientierung übergeordnet.

Die Kinderpsychiaterin **Antonia Stulz Koller** zeigt mit Therapieausschnitten ihre Arbeit mit Kindern, die durch gravierende Entwicklungsauffälligkeiten belastet waren, wie die Auswirkungen von Kaiserschnittgeburt, Frühgeburt, verlorenem Zwillingsgeschwister, schwierig-schmerzvolle Geburtslage, intrauteriner Intoxikation durch eine drogenabhängige Mutter etc. Beeindruckend ist die Fähigkeit der Autorin, diese Themen in der Symbolik des kindlichen Spiels überhaupt als solche zu erkennen, die mutmaßlichen damaligen Erfahrungen in kindgerechter Weise zu benennen und dadurch dem Kind zu ihrer Verarbeitung und Überwindung zu verhelfen. Die eindrücklichen Ergebnisse werden dabei mit vorsichtig-relativierender Bescheidenheit referiert.

**Karlton Terry** schildert die von ihm in Phasen eingeteilte, geradezu abenteuerliche Bewegung des Spermiums bis zu Befruchtung des Eis, die wohl noch weiterer Bestätigung bedarf.

Seine Beobachtungen bei der Behandlung von Kindern, die durch künstliche Befruchtung gezeugt wurden, enden mit dem überzeugenden Fazit, dass die In-vitro-Fertilisationstechnologie wesentlich weiter fortgeschritten sei als unser Verständnis der psychologischen Folgen.

Am Ende der Lektüre des vorliegenden Bandes ist die Rezensentin geneigt, dem von W. Emerson zitierten englischen Dichter T.S. Coleridge zuzustimmen, der um 1840 geschrieben hat: „Die Geschichte eines Menschen in den neun Monaten vor seiner Geburt wäre vermutlich interessanter und würde viel bedeutendere Ereignisse enthalten als die gesamte Lebensspanne, die darauf folgt.“