

Ernst Kern, 2014:

Personzentrierte Körperpsychotherapie

München: Ernst Reinhardt Verlag, 186 Seiten, € 24,90

Psychotherapie, ein Gebiet der Angewandten Psychologie, wendet eine Vielzahl psychologischer Mittel und Methoden an, um Störungen des Erlebens, Verhaltens und Handelns zu mindern oder zu beheben. Primitive Formen psychologischer Behandlungsmethoden wurden bereits vor Jahrtausenden praktiziert. Die Herausbildung wissenschaftlich begründeter Formen der Intervention begann u. a. mit der Entwicklung der Psychoanalyse durch Sigmund Freud. Zentrale Konzepte der Psychotherapie lassen sich verschiedenen Therapieschulen zuordnen: Tiefenpsychologie, Verhaltenstherapie, Humanistische Psychologie, Systemische Therapie und Allgemeine Psychotherapie. Die konkrete Therapie (einzeln oder in der Gruppe) ist oft ein langwieriger, umfassender und multifaktorieller Prozess, der eine gründliche Diagnostik voraussetzt.

Der Autor, der über Erfahrungen u. a. in der Gesprächspsychotherapie, Verhaltenstherapie, Tanztherapie und Traumatherapie verfügt, verweist auf seine enge Beziehung zur personenzentrierten Psychotherapie (Humanistische Psychologie), ohne die Einbeziehung effektiver Verfahren aus anderen Therapierichtungen als problematisch zu empfinden. Er plädiert dafür, in der Therapie und Beratung den Körper mehr zu beachten, „Körpertherapie“ mit der verbalen Therapie zu vereinen, sodass von einer „Körperpsychotherapie“ gesprochen werden kann. Vor allem seine Erkenntnisse aus der therapeutischen Tätigkeit mit frühen und schweren psychischen Verletzungen (Trauma, Borderline, Essstörungen, Suchterkrankungen, Persönlichkeitsstörungen) bilden die Grundlage für vielfältige Behandlungsangebote, die trotz der Überschneidung mit anderen körperorientierten Verfahren der personenzentrierten Körperpsychotherapie ein eigenes Profil verleihen. Arbeitsblätter, Abbildungen, Fallbeispiele, ein Literaturverzeichnis und Sachregister erleichtern

die Auseinandersetzung mit den aufgeworfenen Fragen.

Welche theoretischen Grundlagen sind bei einer personenzentrierten Körperpsychotherapie zu beachten? Dazu nimmt Kern in den Kapiteln 1 und 2 Stellung, indem er auf phänomenologische Elemente verweist, den humanistisch-psychologischen Hintergrund erörtert, entwicklungspsychologische, neurobiologische Erkenntnisse darstellt und auf Emotionen als „Schlüsselstelle“ der Psychotherapie hinweist. Besonders wichtig ist der Bezug auf die Grundhaltungen Empathie, Akzeptanz und Kongruenz (Rogers), die bekanntlich ebenfalls in der Erziehung, Bildung und Sozialen Arbeit (Tausch) eine große Bedeutung haben, da sie in fördernden, nicht-direktiven Tätigkeiten unerlässliche Bedingungen der Persönlichkeitsentwicklung sind.

In den Praxiskapiteln 3 bis 7 werden Angebote für Therapie und Beratung unterbreitet. Der Autor hofft, durch die Körperbetonung die Therapie zu erweitern und neue Möglichkeiten der Intervention aufzeigen zu können. Im Einzelnen geht es hier um die Rolle personenzentrierter therapeutischer Grundhaltungen in der körperorientierten Umsetzung, zentrale Körperaspekte, ein „Alphabet der Leiblichkeit“ und grundlegende „Leibbewegungen“ sowie ein Modell körperpsychotherapeutischer Entwicklungsphasen. Bedeutsam für die praktische therapeutische Tätigkeit sind überdies die kurzen Ausführungen über einzelne Störungsbilder, die den PraktikerInnen einen schnellen Überblick gewähren sollen: Depressionen, Angststörungen, Suchterkrankungen, Borderline-Störungen und Traumafolgestörungen.



Summa summarum: Obwohl die personenzentrierte Körperpsychotherapie kein eigenständiges therapeutisches Verfahren ist, kann die im Buch vorgeschlagene Sichtweise doch dazu beitragen, körperliche Vorgänge noch stärker zu beachten und sie im Einklang mit personenzentrierten Aspekten nicht nur in Beratung und Therapie, sondern auch in der Prävention zu praktizieren. Deshalb

können der vorliegenden Schrift nicht nur psychologische BeraterInnen und TherapeutInnen wertvolle Anregungen entnehmen, sondern auch KörpertherapeutInnen und PädagogInnen in unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern.

Dr. habil. W. Topel, Leipzig

DOI 10.2378/uj2015.art29d