

Der bekannte Psychoanalytiker und analytische Körpertherapeut Peter Geißler legt auf den folgenden Seiten ein Vademecum für die therapeutische Arbeit am Körperselbst vor. In diesem gibt er prägnante Antworten auf wichtige Fragen, die ihm, seiner Frau und weiteren KollegInnen in Seminaren immer wieder gestellt worden sind.

Analytische Körperpsychotherapie lässt sich nicht, wie Laien manchmal vermuten, als „Therapiemodul“ in einigen Wochenendseminaren erlernen. Sondern sie erfordert, wie die meisten seriösen Therapieverfahren, eine gründliche Ausbildung und Erfahrung.

Peter Geißler, der sowohl in psychoanalytischer Therapie als auch in bioenergetischer Körperarbeit jahrelange Erfahrungen gesammelt hat, kann sehr nachvollziehbar vermitteln, an welche Grenzen die eher sprachlich orientierte analytische Therapie und die szenisch-dialogische Körperarbeit stoßen, aber auch welche Potenziale sie jeweils aufweisen. Dabei kann die Arbeit mit dem Körperselbst bei manchen Menschen eine stärkere emotionale Intensität auslösen, als es das „Darüber-Sprechen“ ermöglicht; aber auch für die „Sprechkur“ gilt, dass Worte ungemein berühren können. Diese Ausgewogenheit der Sichtweisen und die sorgfältige Reflexion der Indikation lassen selbst einen Leser, der zuvor der psychodynamischen Körpertherapie eher Vorbehalte entgegenbrachte, mit großem Interesse die Abwägungen, Anleitungen und behutsamen Warnungen studieren. Es ist kein Geheimnis, dass in der analytischen community immer wieder vor einer unbedachten Sexualisierung gewarnt wurde, die mit Körperarbeit einhergehen kann. Geißler stellt unmissverständlich klar, dass die Arbeit mit dem Körper eher erotisch ernüchternd ist, auch wenn sie ausgesprochen sinnesnah erfolgt.

Der Autor legt seinen theoretischen Überlegungen die Befunde und Konzepte der Säuglings- und Kleinkindforscher sowie die Forschungsergebnisse über unterschiedliche Gedächtnismodule, nichtdeklarativer und deklarativer Art zugrunde. In Therapien werden Beziehungserfahrungen aktualisiert, deren lebensgeschichtlichen Anfänge zumeist im nichtdeklarativen Gedächtnis implizit kodiert wurden. Aufgrund der unzureichend erfolgten mütterlichen/elterlichen Symbolisierung und entsprechend missglückten Affektregulierungen bleiben diese Erfahrungen, die oftmals mit nicht bewältigbarer Angst, Enttäuschung, Verwirrung, Wut und Hass einhergingen, in nur körperlich erfahrbaren sensomotorischen Ausdrucksphänomenen gefangen. Sie können sich nur als quälende Körpersymptome, aber auch als massive Leeregefühle, unerklärliche Depressionen, diverse Süchte u.a.m. bemerkbar machen. Eine verbal deutende Vorgehensweise, aber auch noch so viel empathische Zuwendung und „mütterlich-therapeutisches Holding“ vermögen gelegentlich selbst in langen Therapien die erheblichen Defizite, aber auch Abwehrvorgänge nicht zu beheben, bzw. zu begrenzen. Die stärkere Fokussierung auf körperliche Phänomene wie Atmung, Mimik, Gestik, Haltung kann bei manchen Patienten einen Zugang zu den nicht verbal erinnerbaren „Mismatches“ ermöglichen, die dann körpernah empfunden werden können. Mit diesem Einbeziehen der implizit gespeicherten Vorgänge werden „uranfängliche“ affektive Erinnerungen geweckt, die eine Person oftmals sehr heftig berühren.

Es ist naheliegend, dass diese in unterschiedlichem Ausmaß entstehende Affektivität und das gekonnte therapeutische Umgehen damit viel Taktgefühl, Augenmaß, eigene Erfahrung, und Durchlittenhaben und selbstverständlich auch intensive und gründliche Supervision erfordern.

Das wird bei allen Themen, die Peter Geißler sachkundig behandelt, wobei er auf Fragen und Bedenken didaktisch klug eingeht, spürbar. Auf diese Weise ist ein zur weiteren Vertiefung aufforderndes und einladendes Buch entstanden, das es aufgrund der profunden Sachkenntnis des Autors und seiner jahrelangen Erfahrung den sonst immer noch vorhandenen Polarisierungen schwer machen wird, die analytische Körpertherapie pauschal als „unanalytisch“ zurückzuweisen.

Wolfgang Mertens

November 2023