

Pesso Boyden System Psychomotor in der Einzeltherapie

U.W.H. Kniep

Erschienen in: „Die Psychotherapie entdeckt den Körper - Oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit?“

Herausgeber: Serge K.D. Sulz, Leonhard Schrenker, Christoph Schrickler. CIP-Medien, München 2005

Zusammenfassung

PBSP entfaltet seine volle Wirksamkeit nur in der Arbeit mit Gruppen. Nur in den dort durchgeführten Strukturen gelingt es eine das körperliche Erleben weitgehend einbeziehende Erfahrungen zu generieren, die mittels der speziellen Technik von PBSP als wirkungsmächtige synthetische Erinnerungen gespeichert werden können und dadurch dem Klienten ein Bild von der Beziehungswelt zu geben vermögen, deren er zu bestimmten entwicklungs-sensiblen Zeiten seines Lebens bedurft hätte. Trotzdem zeigt sich, dass die Anwendung bestimmter Module dieser Arbeit im Einzelsetting nicht nur eine gute Vorbereitung für eine entsprechende Gruppenarbeit darstellt, sondern sogar bei Klienten, die aus welchen Gründen auch immer - an einer solchen Gruppenarbeit nie teilnehmen, spezifische Vorteile bringt, die eine Anwendung bei einem hohen Prozentsatz der Klienten in der durchschnittlichen psychotherapeutischen Praxis empfiehlt.

Folgende Vorteile lassen sich aus dem im Folgenden Ausgeführten zusammenfassen:

- Das Microtracking orientiert - konsequent angewandt - auf den „Energiefluss“ im Klienten selbst. „Langweilige“, für Klient wie Therapeut unergiebig Sitzungen werden seltener. Die durch den Zeugen dauernd unter der Hand durchgeführte positive Validierung aller im Klienten auftauchenden Emotionen (auch solcher wie Arroganz, Verachtung, Ekel, Hass etc.) ist eine nicht zu unterschätzende Quelle von Selbstwertsteigerung, die bei anderen Verfahren in deutlich milderer Form durch die unausgesprochene, akzeptierende Haltung des Therapeuten bewirkt wird. Das kontinuierliche Monitoring der aktuell auftretenden Gefühle und die Darstellung der Fragment-Figuren führt bei vielen Klienten bald zu einer erheblich gesteigerten Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung und zur „Selbstanalyse“ des gegenwärtigen Bewusstseinszustandes.
- Die räumliche Dramatisierung inneren Erlebens führt zu einer rasch wachsenden Fähigkeit zur inneren Distanzierung von mit befriedigendem Leben schlecht zu vereinbarenden inneren Geboten und Bewertungen. Die Entscheidung sich von diesen Lebensvorgaben innerlich zu distanzieren oder gar sich aktiv zu trennen bleibt ganz beim Klienten. Innere Bindungen an solche Werthaltungen, Lebenswahrheiten oder Überlebensstrategien können wertgeschätzt und auf ihren Nutzen in anderen Lebenszusammenhängen (-zeiten) bezogen werden
- Die Einführung positiv akkommodierender Figuren ermöglicht eine wohl dosierte Aktivierung körperlichen Ausdrucks grundlegender seelischer Bedürfnisse an das Selbst nährende, stützende, schützende und begrenzende Interaktionen.
- Konsequente Arbeit mit Teilaspekten (negativem versus positivem und geliebtem) der realen Eltern führt zu zunehmender Klarheit, dass es in der Psychotherapie nicht um Abrechnung, mit den realen, womöglich noch lebenden Eltern hier und heute gehen kann, Beschäftigung mit dem in der Vergangenheit Erlittenen oder Vermissten nicht zum Aufbau oder gar zur Fixierung in einer Vorwurfshaltung den Eltern gegenüber führen soll, die es ja meist auch nicht besser konnten als sie taten.. Es kommt zu einer deutlichen Entlastung von aus gut be-

gründeter Loyalität sonst schwer hindernden Schuldgefühlen. In anderen Verfahren gesondert bemühte „Resourcenarbeit“ wird durch diese Klärungsarbeit nebenbei erledigt.

- Die zunächst befremdliche Idee der Schaffung synthetischer Erinnerungen hilft sowohl Klient wie Therapeut die sonst oft eher fatalistische Haltung angesichts destruktiver Lebensgeschichten zu überwinden zugunsten einer begründet hoffnungsvollen und aktiven Einstellung gegenüber einer negativen Vergangenheit samt der aus ihr resultierenden Folgen. Dass diese konstruktive Arbeit nur mittels der aktivierten und gefühlten Sehnsüchte und Bedürfnisse des Klienten vonstatten gehen kann stärkt die Selbstverantwortlichkeit des Klienten - und entlastet den Therapeuten von der sonst unerfüllbaren Aufgabe, das Loch des Elends zu stopfen, vor dem der Klient verzagend sitzt.

Die Artikulation der vom Klienten an den Therapeuten herangetragenen Beziehungsangebote in der Sprache und mit den dramatischen Mitteln von PBSP gibt auch dem sonst in Kurzzeittherapien oder aufgrund anderer therapeutischer Hintergründe weniger im Umgang mit Übertragungen geübten Therapeuten eine wirkungsvolle Möglichkeit zur effektiven Nutzung der allfälligen Übertragungsphänomene für den therapeutischen Prozeß. Die Möglichkeit der Konstruktion eines „idealen Therapeuten“ als heuristischen Instrumentes bietet die Möglichkeit auf organische Weise die Welt der Sehnsüchte und ungestillten Bedürfnisse des Klienten zu explorieren. In Verbindung mit den diversen positiv akkommodierenden Figuren und den Konstruktionen Idealer Eltern, lassen sich diesen dann rechter Ort und Zeit zuweisen. Verbunden mit der Möglichkeit symbolischer Bedürfnisbefriedigung wird aus diesen Spuren ein mächtiger Quell für Hoffnung und Veränderung im Klienten.

Summary

- ? PBSP unfolds its full efficacy only in the group setting. Only within the structures performed there, is it possible to generate an experience which extensively includes the physical experience. This can be encoded with the special techniques of PBSP as effective working, synthetic memory, which can give the client an image of the world of relationships which he would have needed a certain times of his life - sensitive to his development.
- ? It shows that certain parts of this kind of work, not only give good preparation for the work in the group, when performed in the one to one setting, but also give specific advantages to clients who, for whatever reasons, do not participate in Groups at all. The use of these parts, with a high percentage of clients in the ordinary psychotherapeutic clinic, is recommended.
- ? The following advantages can be summarized from the arguments as developed below:
- ? Microtracking gives, if consequently practised, orientation on the flow of energy in the client himself. “Boring”, unproductive sessions - for clients as well as for therapists - are rare. Positive validation of all emotions (even of arrogance, contempt, repulsion, hate etc.) as they emerge within the client - as shown incidentally by the “witness” – is a source of self-esteem, which should not be underrated. This is done in other therapeutic methods in a less intensive way by the accepting attitude of the Therapist.
- ? Continuous monitoring of actual emotions and the representation of fragment figures enables clients to soon reach a highly increased capability for self-awareness and self-analysis of their own present mindset.
- ? Spatial dramatizing of the inner experience quickly leads to a fast growing capacity for detachment from internal precepts and judgements, which are not compatible with a satisfactory life. The decision to dissociate oneself from, or actively say good-bye to, these precepts stays totally with the client. Commitment to

these principles, attitudes, truths or survival strategies can be validated and related to other life-circumstances, where they might have given benefit.

- ? The introduction of positive accommodating figures makes it possible to activate the bodily expression of basic needs of the self to satisfy interactions such as nourishment, back up, defence and limitation.
- ? Consequently working with partial aspects (negative versus positive, beloved) of real parents leads to growing awareness that, in Psychotherapy, there is no aim in getting even with the real, perhaps still living, parents in the here and now. That dealing with what had to be suffered or what was missed in the past, should not lead to a build up or fixation of an attitude of reproach against the parents who, in the end, were mostly just not able to make it better than they did. This leads to a distinct relief from strong, bothersome, guilt-feelings resulting from well-founded loyalty. Working on the resources as is explicitly done in other methods is by this clearing being done implicitly.
- ? The idea of building up synthetic memories, which might look shocking at first sight, helps the client as well as the therapist give up a fatalistic attitude towards destructive biographies in favour of a well reasoned, hopeful and active attitude towards a negative past (including the resulting consequences). Since this constructive work can only proceed with the activated longings and needs of the client, his self-responsibility will be reinforced, and the therapist will be relieved of the impossible mission to fill up the holes of misery, in front of which the client sits lost in despair.
- ? Articulating the way the client shapes his relationship towards the therapist in the language and with the dramatic means of PBSP does give the therapist, (who may not be so used to working with transference, because he's mostly concerned with short term therapy or because of other reasons), the possibility to effectively use the ubiquitous phenomenon of transference for the therapeutic process. The possibility of constructing an "Ideal Therapist" as a heuristic, offers the possibility of exploring the world of longing and unmet needs of the client in an organic way. In combination with the different, positive accommodating figures and the construction of "Ideal Parents," it is possible to show them the right place and time. Combined with the possibility of symbolic satisfaction of needs, resulting from these traces, there comes forth a strong source for hope and change in the client.

Schlüsselwörter

Körpertherapie, Gruppentherapie vs. Einzeltherapie, der ideale Therapeut, Übertragung,

Key-Words

Body therapy, Group therapy versus One to one, the ideal Therapist, Transference

Einleitung

PBSP - Pessso-Boyden-System-Psychomotor - dieser etwas komplizierte Name steht für ein psychotherapeutisches Verfahren, das in den letzten vier Jahrzehnten von Al Pessso und Diane Boyden in Amerika entwickelt wurde (siehe L. Howe 1991) und sich in den letzten Jahren auch nach Europa mit einem Schwerpunkt in Holland und in der Schweiz verbreitet hat. In Deutschland ist das Verfahren noch relativ unbekannt sieht man von den beiden Büchern ab, die von T. Moser (1991) dazu herausgegeben wurden (s.a. Pessso 1986).

PBSP ist ein Verfahren, das speziell für die Arbeit in Gruppen entwickelt wurde und für die Entfaltung seiner besonderen Qualitäten auch der Gruppenmitglieder als „Mitspieler“ in den Strukturen bedarf.

Wie schon früher andere psychotherapeutische Verfahren ist auch PBSP bei seiner Verbreitung mit der Tatsache konfrontiert, dass Psychotherapie z.Zt. und wohl auch in Zukunft hauptsächlich im dyadischen Setting stattfindet. Wie z.B. die Familientherapie sich dieser Situation anpasst, indem bestimmte für das Verfahren spezifische Züge und Techniken angepasst werden an die Arbeitssituation, in der das familiäre Umfeld nicht real vorhanden ist, sondern nur vorgestellt werden kann (vgl. Weiss und Weiss 1991) so liegt es auch bei PBSP nahe, die spezifischen Züge und Techniken einem dyadischen Setting soweit wie möglich anzupassen, um die mit dem Verfahren verbundenen speziellen Vorteile zumindest teilweise im „klassischen“ eins zu eins Setting zur Wirkung kommen zu lassen. Wie in der Familientherapie wird bei diesem Versuch der Adaption das ursprüngliche Setting nicht überflüssig, es wird aber ergänzt.

Für viele Klienten ist das Kennenlernen von Verfahrensbestandteilen, Konzepten und Modellen aus PBSP im Einzelsetting eine gute Vorbereitung für und später Ergänzung zu der Arbeit in („Struktur-“) Gruppen.

Im Folgenden soll der Versuch gemacht werden eine vom Verfasser praktizierte Form der Adaption auf die Arbeit in einer vornehmlich einzelpsychotherapeutischen Praxis darzustellen. Dabei sollen einige der wichtigeren Aspekte und Methoden der PBSP anhand der praktischen Umsetzung vorgestellt und erläutert werden, sodass diejenigen, die die Methode noch nicht kennen, sich auch über die grundsätzlichen anthropologischen und psychologischen Vorannahmen des Verfahrens ein Bild machen können.

Kontrakt

Ein Klient betritt zum zweiten Mal die Praxis.

In der ersten Sitzung hat er nach Klärung des Überweisungskontextes - wie wohl in den meisten Praxen üblich - spontan, z.T. durch Nachfragen motiviert, über seine Beschwerden, deren Entwicklung, zeitlichen und sinnmäßigen Zusammenhang mit Ereignissen der Lebensgeschichte, eigene und fremde Theorien über die Genese der Beschwerden berichtet. Nach vorläufiger Aufklärung über Möglichkeiten und Grenzen einer psychotherapeutischen Behandlung sowie einer ersten Rohfassung der Definition von positiv beschriebenen Zielen wurde ein informeller Kontrakt über die Durchführung von 5 Probesitzungen geschlossen. Zusätzlich zu der - aus systemischer und hypnotherapeutischer Behandlungstechnik bekannten - möglichst erlebnisnahen Beschreibung eines positiven Zielzustandes wird - meist im Rahmen der Probesitzungen, jedoch auch im späteren Behandlungsverlauf, wiederholt und bekräftigend - die Übernahme von Mitverantwortung des Klienten für die Erzielung eines positiven Endes der Behandlung aber auch der einzelnen Sitzungen besprochen. Dies hat im Rahmen des PBSP eine spezifische Bedeutung, da es hier eine sehr konkrete Vorstellung davon gibt, wodurch und wie eine Veränderung zum Besseren stattfinden kann. Über diese Konzepte muss ein Klient, der mit PBSP behandelt werden soll/will, aufgeklärt werden. Die Aufklärung über das Behandlungsrationale gehört zum Behandlungsrationale selbst.

Wie unten detaillierter erläutert zielt die Behandlung auf die synthetische Schaffung einer symbolischen alternativen Erfahrung. Der Einsatz körpertherapeutischer Methoden eröffnet die Chance, dass solche Erfahrungen von der körperlichen Basis des seelischen Funktionierens her eine autonome Wirksamkeit entfalten, die der einer „realen“ positiven Erfahrung in der bisher durchlebten Lebensgeschichte (den in vielen anderen Verfahren utilisierten „Ressourcen“) nicht nachsteht.

Microtracking

Der Klient berichtet. Er ist aufgefordert über alle im Augenblick aufkommenden körperlichen Sensationen, Gefühle, Phantasien, Gedanken, Erinnerungen und Handlungsimpulse zu berichten. Meist wird der Klient - besonders in den ersten Sitzungen - über eine ihn bedrängende oder bewegende Erfahrung des gegenwärtigen Lebens berichten - ev. aber auch über Träume, Phantasien, Erinnerungen.

Sobald in der Erzählung des Patienten eine emotionale Bewegtheit erkennbar wird (insbesondere durch Gesichtsausdruck (vgl. Izard 1994) aber auch durch Gestik, Körperhaltung(sänderung) (vgl. Ekman 1984) , vokale Kommunikation (Tonfall, Sprachduktus) (vgl. Scherer 1982) führt der Therapeut eine erste „Kunstfigur“ in den therapeutischen Raum ein: den „**Zeugen**“ (resp. Zeugin), der „wie eine dritte Person im Raum so etwas sein soll, wie ein(e) freundliche(r) BegleiterIn, der wahrnimmt, welche Gefühle bei Ihnen im Augenblick Ihres gegenwärtigen Berichtens auftreten und Ihnen diese Wahrnehmungen rückmeldet“.

Der Zeuge, der im Gruppengeschehen durch eine reale Person (einen Teilnehmer) gespielt werden kann, dient dazu, der subjektiven emotionalen Welt des Klienten eine soziale Anerkennung zu geben, damit einen bestimmten intersubjektiven Wirklichkeitsstatus. Verbunden ist diese Objektivierung (besser wäre „verIntersubjektivierung“) mit dem Angebot, die Außenwahrnehmung mit der Innenwahrnehmung zu vergleichen und durch das Finden des rechten, das Gefühl bezeichnenden Wortes eine sprachliche Wirklichkeit zu schaffen, die von dem Klienten mit kontrolliert wird. Der Klient lernt durch kontinuierliche Begleitung in diesem Sinne jene Instanz seines Ichs zu stärken, die im PBSP der „**Pilot**“ genannt wird (und dem Klienten auch erklärt wird) und dem reflexiven Aspekt der Ich-Funktion entspricht, jener Instanz, die in der Psychoanalyse im Sinne der therapeutischen Ich-Spaltung für den therapeutischen Erkenntnisprozess genutzt wird oder im Sinne einer allgemeinen Anthropologie als exzentrische Perspektive bezeichnet werden kann.

Im weiteren Verlauf der Sitzung wird der Patient irgendwann Äußerungen machen, die Aufschluss geben über verallgemeinerte Erfahrungen, verinnerlichte Gebote und Verbote, Verhaltenserwartungen, generalisierte Befürchtungen o.ä.. Solche fixierten Bestandteile der inneren Erzählung (Narrative), die sich in der Psychoanalyse z.T. als Anteile des Über-Ichs oder Ideal-Ichs konzeptionalisieren lassen, werden als Bestandteile der inneren „Struktur“ des Klienten ebenfalls dramatisiert, indem sie externalisiert werden als **Stimmen** der „Wahrheit“, des „Ge(Ver)bots“, als „mahnende“, „warnende“, „bewertende“ Stimmen., die in direkter Rede dem Klienten die inneren Gebote, Bewertungen von außen zu Gehör bringen. In der Gruppe können solche externalisierten Bestandteile der inneren Struktur durch Rollen spielende Gruppenteilnehmer im Raum platziert werden. Im dyadischen Setting werden sie sozusagen in die Luft gestellt und werden als von außen kommende, durch die grammatikalische Umformulierung („du sollst...“) und entsprechenden Tonfall erfahrbar.

Häufig treten in den Berichten der Klienten auch Rekapitulationen von real stattgehabten oder vorgestellten Dialogen, Begegnungen oder Auseinandersetzungen mit Menschen aus dem sozialen Kontext des Klienten auf. Je nach emotionaler Bedeutsamkeit dieser Interaktionspartner werden auch diese, ev. nur markante Teilaspekte (insbesondere ein „negativer“ aber auch z.B. ein „geliebter“ TA) von ihnen externalisiert und dramatisiert.

Dieses Vorgehen: Zeugenbotschaften plus Externalisierung fixierter innerer Einstellungen bzw. innerer Repräsentationen von Beziehungspersonen wird in PBSP „**microtracking**“ des aktuellen Bewusstseins genannt und führt zur „wahren Szene“ (**true scene**), die in der Gruppenarbeit durch Personalisierung ihrer Bestandteile und Aufbau als sichtbares Drama allen Beteiligten offenkundig wird.

Imaginäre Gruppe

Voraussetzung für diesen Übergang ist zunächst, dass der Therapeut sich diese Szene möglichst plastisch vorzustellen versucht und noch vor der realen Dramatisierung seine Vorstellung mit den inneren Bildern des Klienten abgleicht z.B. in der Form, dass er sagt: „ich stelle mir jetzt vor, dass Ihr Ehemann hier im Raum steht und schimpft...“. Es wird also vor der ersten „Szenenprobe“ diese besprochen und mit dem Klienten abgeklärt, ob diese Szene überhaupt gespielt werden soll.

Im Einzelsetting steht die Gruppe nicht direkt zur Verfügung. Der Therapeut kann sie aber als imaginäre Gruppe einführen, sobald die Szene zumindest in seiner eigenen Vorstellung eine gewisse Prägnanz erreicht hat. Er sagt etwa: „Ich arbeite oft mit Klienten in der Gruppe. Stellen Sie sich vor, wir säßen hier in einer Gruppe und die anderen Teilnehmer wären für den Verlauf Ihrer Sitzung dazu da, Ihnen bei der Erarbeitung Ihrer inneren Themen und dem Finden von Lösungen zu helfen, indem sie uns als Schauspieler zur Verfügung stünden. Ich würde Ihnen dann anbieten, sich einen der Teilnehmer auszusuchen, der die Rolle der verbietenden Stimme (oder des Ehemannes etc.) übernimmt und sagt: "Ich übernehme die Rolle...". Sie hätten dann die Möglichkeit und die Aufgabe, diesen Rollenspieler im Raum zu platzieren. Wo würden Sie ihn hinstellen?“.

Jede der hier im Zeitraster dargestellten Interventionen erfordern für sich Abgleich mit den Reaktionen des Klienten, der eine solche Ausweitung des phantasierten Raumes bereitwillig aufnehmen oder aus vielfältigen Gründen heftig ablehnen mag. Die an negative Reaktionen sich knüpfenden notwendigen Klärungen sind von der Individualität des Klienten abhängig und eröffnen z.T. eigene therapeutisch zu bearbeitende Felder, die wegen der individuellen Vielfältigkeit hier nicht dargestellt werden sollen. Generell kann gesagt werden, dass sich die Bearbeitung des Widerstandes, der sich gegen die phantasierte Einführung Dritter in den therapeutischen Raum nach meiner Erfahrung immer als heuristisch und oft als therapeutisch nützlich erwiesen hat.

Die Arbeit mit solch einer imaginierten Rollen-spielenden Figur wirkt sich direkt dahin aus, dass die von Therapeut und Klient gemeinsam betrachtete Szene zunehmend plastisch im Raum vorstellbar wird. Es besteht auch die Möglichkeit zu einem weiteren erlebnisaktivierenden Schritt, indem der Therapeut kurzfristig in die Rolle eines solchen imaginierten Gruppenteilnehmers schlüpft und sich nach entsprechender Vorankündigung („ich spiele jetzt einen Gruppenteilnehmer, der die Rolle einer Stimme übernommen hat“) an den vorbezeichneten Platz stellt. Obwohl diese etwas schwerfällige Einführung anfangs befremdlich erscheinen und weniger bewegliche Geister sogar etwas verwirren mag, hat sie langfristig Vorteile gegenüber der direkten Übernahme der Rolle durch den Therapeuten oder gar einer Übernahme ohne Ankündigung und Deklaration. Der Vorteil liegt in der Differenzierung der Innenwelt des Klienten und der besser artikulierten symbolischen Repräsentanz des komplexen, mehrschichtigen Geschehens im Therapeutischen Raum insbesondere der Unterscheidung von Personen und Rollen: Therapeut (real) ↴ rollenspielende Figur ↴ vorgestellte (erinnerte) Figur ↴ ev. gegenwärtig-realer oder historisch-realer Interaktionspartner.

Anders als die Arbeit mit dem leeren Stuhl in der Gestalttherapie, bei der der Klient selbst die Rolle im Wechsel übernimmt und damit innere Persönlichkeitsanteile externalisiert, hat er in diesem Verfahren die Möglichkeit, solchen von außen kommenden Stimmen zu lauschen. Wichtig ist dabei, dem Klienten die Möglichkeit zu geben, sowohl Wortlaut wie Tonfall der Botschaften zu korrigieren, bis sie dem inneren Bild möglichst nahe kommen. Anders als im Psychodrama ist die Improvisation der Gruppenteilnehmer jedoch gänzlich ausgeschlossen. Dies erkläre ich dem Klienten in der Einzelsitzung gerade auch dann, wenn ich als Therapeut ev. eigene Phantasien bzgl. der Dramatisierung einer Rolle habe und diese als meine anbiete.

Das Angebot, im Einzelsetting den Platz des Therapeuten kurzfristig zu verlassen und wie ein imaginerter Gruppenteilnehmer in die Rolle eines strukturellen Bestandteiles des Selbst des Klienten oder eines vorgestellten Interaktionspartners des Klienten einzusteigen, ist immer verbunden mit der wiederholten Aufforderung an den Klienten Position, Stimmlage und Wortwahl genau zu überprüfen und zu korrigieren. Der Klient wird zum Regisseur seines inneren Dramas, das er mit Hilfe des Therapeuten in sich entdeckt.

Dieses Insistieren auf der eigenen Aktivität des Klienten hat Bedeutung für die therapeutische Wirksamkeit des Verfahrens selbst schon in den Bereichen, in denen es scheinbar nur um Diagnostik geht. Aus der Psychotherapieforschung ist bekannt, dass die *Selbstwirksamkeitserwartung* (vgl. Grawe 1998) eines Klienten ein enorm bedeutsamer prognostischer Faktor für die positiven Ergebnisse einer Psychotherapie darstellt. Unter der Hand wird der Klient, der ja häufig mit einer Vorstellung der eigenen Ohnmacht, dem Gefühl des Ausgeliefertseins, ja gar im subjektiven Opferstatus in die Therapie kommt, mit der Erfahrung konfrontiert, dass er - zumindest in diesem speziellen Setting - andere dirigieren kann, eigene Vorstellungen verwirklichen und später (s.u.) eigene Bedürfnisse nicht nur artikulieren, sondern sogar für ihre Befriedigung Sorge tragen kann.

Kontakt-gebende und andere positiv akkommodierende Figuren

Im Verlauf des Microtracking kommt es immer wieder dazu, dass die im Klienten wach werdenden Gefühle intensiver werden. Dies geschieht z. T. weil sie durch die Zeugenbotschaften bewusster gemacht werden, , z.T. geschieht dies durch Konfrontation mit externalisierten Anteilen des eigenen Selbst oder vorgestellten gegenwärtigen oder historischen Interaktionspartnern, oder es geschieht durch den spontanen Erzählverlauf des Klienten selbst. Grundsätzlich kann jede Emotion Anlass für das im Folgenden Gesagte sein. Meist jedoch handelt es sich um Gefühle wie Schmerz, Trauer, Verlassenheit, gelegentlich auch Wut und Ärger, bei denen die Intensität einen Grad erreichen kann, dass der Klient mit der Intensität des Gefühls entweder überfordert ist oder - überlassen an ein derart intensives Gefühl - wie aus dem Kontakt zu verschwinden droht, in eine eigene, einsam abgekapselte Welt versinkt (mit oder ohne begleitendes Gefühl der Einsamkeit). In solchen Situationen kann und sollte der Therapeut nach behutsamem Abwarten des Abklingens der ersten Gefühlsspitze und deren „Bezeugung“ eine weitere „Kunstfigur“ einführen: eine **Kontakt (ev. alternativ eine Halt) gebende Figur**. Eine Präsentation der Idee könnte etwa so ausfallen: „Wenn ich Ihnen so zuschaue, wie sehr sie von Ihrem Schmerz erschüttert werden, entsteht in mir eine fast unabweisbare Phantasie, dass sie etwas brauchen. Ich stelle mir vor, dass es gut wäre, sie hätten jetzt einen Menschen, der mit Ihnen einen für sie spürbaren Kontakt hielte und Ihnen so etwas signalisieren würde wie: "Ich bin bei Dir , wenn Du diesen Schmerz spürst". Wenn wir in einer Gruppe arbeiten würden, würde ich Ihnen anbieten, sich jemanden aus der Gruppe auszusuchen, der diese Rolle übernehmen würde. Wo würden Sie den betreffenden hinstellen? Welche Form eines körperlichen Kontaktes zu Ihnen müsste diese Figur wählen, damit diese Botschaft für sie innerlich spürbar würde?“

Die entsprechenden Sätze für die Einführung einer **Halt gebenden Figur** sind etwas anders. Der Hinweis darauf, dass der Klient einer Halt gebenden Figur eher denn einer „nur“ Kontakt-gebenden Figur bedarf, ist den Körperreaktionen des Klienten zu entnehmen. Entweder hält er sich selbst (meist mit den Händen), wobei das Sichselber-halten über die Qualität des mit sich selbst in Kontakt sein hinausgeht durch die Intensität der motorischen Aktivierung. Oder es wird in der Gefühlsäußerung selbst der körperlich gegenläufige Impuls des Zurückhaltens (Prototyp: Zähne zusammenbeißen aber auch Atmung blockieren, Oberarme an den Körper pressen, Beine ineinander oder um die Stuhlbeine wringen usw.) deutlich.

Teaching

Die Einführung einer solchen Figur ist einer der diffizilsten Schritte und bedarf immer der mehr oder weniger ausführlichen Erklärung ev. auch Klärung. Es kann durchaus sein, dass die Einführung dieser Figur auf erheblichen Widerstand stößt und es mehrere Sitzungen braucht, in denen die damit verbundenen Ideen bei entsprechenden Anlässen immer wieder neu erklärt und eingeführt werden müssen, bis es zu einer Akzeptanz seitens des Klienten kommt. Auf die spezifischen Klärungen, die aus den je eigenen lebensgeschichtlichen Hintergründen der individuellen Klienten her notwendig werden, soll hier nicht eingegangen werden. Es gibt aber eine Reihe von allgemeinen „Erklärungen“ (teachings), die sozusagen als wissenschaftlicher Hintergrund des Therapeuten oder als Basisannahmen des Verfahrens eingeführt werden und dem Klienten immer wieder nahe gebracht werden. Die mit der Autorität des Fachmannes, der Wissenschaft oder der Autorität einer Gemeinschaft von anderen Therapeuten eingeführten Vorstellungen bewirken im Kontakt mit dem Klienten die Eröffnung eines alternativen Vorstellungs- und Werteraumes, wobei für dessen Betreten der Therapeut die Einladung ausspricht bzw. die Erlaubnis gibt. Das Angebot muß dabei nicht autoritär als die einzige mögliche Sicht der Welt angeboten werden, sie kann mit ähnlichem Fremdheitsgrad wie auch Hoffnung vermittelnder Qualität - wie das Angebot von Psychotherapie überhaupt - dem Patienten dargeboten werden zur Annahme oder Ablehnung ev. auch nur zur probeweisen Annahme, die das Nutzen der Therapie in diesem Sinne möglich macht. Solche „Teachings“ werden von Al Pesso in der Gruppenarbeit mit Patienten immer wieder eingesetzt und erfüllen die Funktion sehr allgemein gehaltener und unaufdringlicher Deutungen. Man kann sie auch wie das Arbeiten mit Geschichten betrachten, wie sie in vielen Therapieformen verwandt werden. In dem hier nun behandelten Fall besteht der Unterschied darin eine Idee zu „verkaufen“, die einen praktischen Einfluss auf den Fortgang der Therapie haben wird.

Die zunächst notwendige (Er)klärung bezieht sich auf die Funktion des emotionalen Systems der Menschen. Einem Klienten, der die Idee einer Kontakt-gebenden Figur ablehnt, könnte der Therapeut z.B. sagen: „Menschliche Gefühle haben eine Doppelfunktion. Einerseits informieren sie den von dem Gefühl Erfüllten über einen bestimmten Zustand seiner selbst als Reaktion auf bestimmte Ereignisse im Umfeld der Seele, wozu auch der Körper gehört. Dieser Selbstzustand ist immer mit der Erzeugung von Verhaltensbereitschaften verbunden (Motivation). Andererseits ist jedes Gefühl auch eine Botschaft an die Anderen und motiviert diese, auf diese Gefühlsmittelung zu reagieren. Denn das stärkste Signal, auf das Menschen überhaupt reagieren, ist die gefühlshafte Mitteilung von anderen Menschen. Diese Selbstverständlichkeit ist eine Existenzbedingung für die Seele. Eine Seele, deren gefühlshaft ausgedrückte Not ungehört, unbeantwortet verhallt, ist verloren. Leider gibt es viele Menschen, denen die Sicherheit, in ihren gefühlshaften Äußerungen wahrgenommen zu werden und darüber in einen lebendigen Austausch zu kommen, verloren gegangen ist oder die diese Erfahrung überhaupt nie in dem notwendigen Maße gemacht haben. Diesen Menschen fehlt die Erfahrung, dass ihre Gefühle gut sind und es gut ist über die Gefühle, gleich welcher Art, in Kontakt zu anderen Menschen zu kommen. Häufig lernen solche Menschen ihre Gefühle zurückzuhalten oder die mit Gefühlen verbundenen Gedanken und Phantasien zu verdrängen. Wenn so jemand aus welchen Gründen auch immer einen Psychotherapeuten aufsucht, dann möchte unbewußt oft dieser Teil der Seele endlich einen Platz auf dieser Welt haben, weil er elementar ist und unverzichtbar für das Menschsein. Wenn es dann passiert, dass jemand - so wie Sie gerade - in der Psychotherapie heftige Gefühle hat, dann befindet sich die Seele am Scheidewege. Entweder erlebt sie - vielleicht zum ersten Mal - dass jetzt die Chance gegeben ist, sich mit diesem lange unterdrückten und missachteten Gefühl zu zeigen oder die Seele macht die gleiche Erfahrung wie eh und je: dass sie, wenn nicht bestraft und beschämt, so auf jeden Fall alleine gelassen wird, was letztlich auf das Gleiche hinausläuft. "

Aktivierung des Körpers als Basis des interaktionellen Erlebens

Es wird nun Klienten geben, denen deutlich bewusst ist, wie unterschiedlich es ist, alleine oder in Gegenwart eines anderen Menschen Gefühle zu haben und zu zeigen.¹⁾

Aber wozu dient die Einführung einer Kontakt-gebenden Figur, wenn doch in der Therapiesituation faktisch der Therapeut eine Kontakt gebende Figur darstellt (eine Frage, die von Klienten fast nie gestellt wird) ? Sie dient im wesentlichen dazu, den Klienten innerlich darauf vorzubereiten, daß er sich mit dem Gedanken vertraut macht, dass **Kontakt** eine **körperliche Erfahrung** ist. Das beginnt schon mit der Frage der Platzierung einer solchen Figur im Raum, der als umgebender Raum ja Teil des (meist unbewussten) Körperschemas des Klienten darstellt (vgl. Uexküll 1994). „Stellen Sie sich vor, Sie hätten sich aus der Gruppe einen Menschen ausgesucht, der diese Rolle übernimmt - wo würden Sie ihn hinstellen?“. Automatisch beginnt eine innere Suchbewegung des Klienten, bei der der äußere Raum strukturiert wird und als Bestandteil der eigenen Subjektivität bewusst(er) wird. Durch die Einführung einer Kontakt gebenden Figur wird er aber insbesondere als *interaktioneller Raum* bewusst, als Raum, in dem ich mich über Handlungen mit anderen Menschen verbinde. Das gleiche passierte natürlich schon, falls es wie oben beschrieben zur Platzierung von Beziehungspartnern aus dem gegenwärtigen oder vergangenen Leben gekommen ist. Allerdings waren die dabei vorgestellten Interaktionen meist negativer Art. Auch die Platzierung von Stimmen strukturiert den Raum, jedoch ist der interaktionelle Aspekt wesentlich schwächer, solange sich aus ihnen nicht historische Figuren heraus differenziert haben, die zur ihrer Genese als Vorlage dienten. Mit der Einführung einer Kontakt-gebenden Figur wird der umgebende Raum nach (einer) Stelle(n) abgesucht und strukturiert, von der her eindeutig positive Interaktionen vorstellbar sind. Natürlich gibt es Klienten, die bei einer solchen Suchbewegung zunächst ergebnislos verbleiben und z.B. die Kontakt-gebende Figur weit von sich, außer Reichweite stellen.

Einen Vorläufer dieser Art Strukturierung des umgebenden Raumes kann die Einführung des „Zeugen“ zeitigen, wenn dieser vom Klienten bildlich als Person an einen bestimmten Platz im Raum vorgestellt und in seiner möglichen positiven Bedeutung erlebt wird.

Die Aufforderung, sich einen körperlichen Kontakt vorzustellen stellt die nächste Herausforderung für den Klienten dar. Wenn er sich darauf einlässt, beginnt automatisch eine das Körpererleben verändernde innere Suchbewegung. Wenn diese Suche zu einem positiven Abschluss kommt, hat der Klient unbewusst eine Ressource entdeckt, nämlich einen Bereich seiner Körperfühlsphäre, an der eine ihm positiv gesinnte und positiv erlebbare körperliche Interaktion mit einem anderen Menschen vorstellbar ist. In der Regel sind damit Aktivierungen von im Leben real erfahrenen entsprechenden Interaktionen verbunden, die jedoch nicht konkret erinnert werden müssen. Komplizierter, aber für den therapeutischen Verlauf von besonderer Bedeutung sind Situationen, in denen es dem Klienten nicht vorstellbar ist, einen solchen Kontakt (oder Halt) zu erfahren.

¹ An dieser Stelle soll abgesehen werden von dem häufig auftretenden Schamkonflikt, der gesondert behandelt werden muß, meist auch Abzweig in die Aufarbeitung spezieller Lernerfahrungen darstellt, die mit der Äußerung bestimmter Gedanken, Gefühle und Impulse zusammenhängt.

Erweiterung des Möglichkeitsraumes

Nicht selten gibt es Klienten, denen die Vorstellung eines solchen Kontaktes Angst macht oder andere unangenehme Gefühle auslöst. In einer solchen Situation bedarf es neben der weiteren Aufhellung damit zusammenhängender lebensgeschichtlicher Details geduldiger Erklärungen, die die Wichtigkeit dieses Schrittes erläutern. Dazu gehört vor allem der Hinweis darauf, dass die Seele zu einem ganz wesentlichen Teil körperlich organisiert ist. Diese Vorstellung teilt PBSP vermutlich mit allen körpertherapeutischen Methoden. Patienten verstehen auf kognitiver Ebene das Problem meist schnell mit dem Hinweis auf einen Teil ihrer Seele, der den Worten nicht glaubt, der als wirklich und verlässlich nur erlebt, was er spüren kann, anfassen und berühren, kurz sinnlich erfahren und zwar mit seinen „Nah“-Sinnen. Nur gelegentlich bedarf es zum Einführen dieses Gedankens des Hinweises, dass selbst der optische Sinn zu seiner Herausbildung und Kalibrierung des immer wiederholten Abgleichens mit den Körperfühlsinnen bedarf (z.B. allein um oben und unten zu unterscheiden, steht das Bild auf der Netzhaut doch auf dem Kopf). Diese Bereitschaft, diesen Gedanken zu akzeptieren hängt vermutlich mit der überwältigenden Erfahrung zusammen, dass - auch im konfliktfreien Feld seelischer Aktivität - Realität nur begreifbar wird, wenn wir sie anfassen können (eine Tatsache, die den Museumswärtern das Leben so schwer macht).

Was mit diesen scheinbar abstrakten Überlegungen erreicht wird, ist, dass in den therapeutischen Raum quasi die *Idee einer Idee* eingeführt wird, ein für PBSP nicht untypischer Schritt, den Möglichkeitsraum für den Klienten behutsam und schrittweise zu erweitern, gewissermaßen am Horizont die Flagge eines noch unsichtbaren Schiffes auftauchen zu lassen, Wolken am Himmel als Vorboten noch unsichtbaren Festlandes. Selbst wenn für ihn aufgrund seiner konkreten Lebensgeschichte die reale Existenz eines Menschen ausgeschlossen scheint, der sich positiv auf seine Gefühlslagen akkommodiert, kann er sich doch über die Möglichkeit und den eventuellen Nutzen unterhalten, der sich aus seiner Existenz für ihn ergäbe. Dabei geht es dann auch um präzise Unterscheidung von den meist noch ganz unkonkret im Raum flottierenden negativen Aspekten früherer Interaktionspartner. Wenn der Klient z.B. die Angst äußert, eine solche Figur würde ihn nicht mehr loslassen, könnte der Therapeut z.B. klären: „Die hier eingeführte Kontakt-gebende Figur könnte jetzt sagen: "Ich würde Dich loslassen, wenn Du es wünschst" ”.

Countershaping the needs of the self –

Kleine Entwicklungspsychologie

Eine Grundidee, die PBSP mit vielen anderen psychotherapeutischen Verfahren teilt, ist, daß die menschliche Seele interaktiver Natur ist. Sie lebt und entwickelt sich nur durch fortlaufende Interaktionen mit anderen Menschen.

Jeder Mensch kommt mit einem bestimmten Set an Grundbedürfnissen auf die Welt. Diese müssen, da Menschen als „physiologische Frühgeburten“ (Portmann) nicht in der Lage sind, sich selbst zu versorgen, durch die menschliche Umwelt aktiv befriedigt werden.

In PBSP werden die menschlichen Grundbedürfnisse auf eine spezifische Weise konzeptionalisiert, die sich für die klinische Arbeit als heuristisches Konzept bewährt hat. Der nicht unerhebliche Vorteil dieser Konzeption ist, daß sie den Klienten spontan einleuchtet und ihnen obendrein oft direkte Verknüpfungen zu ihren eigenen Problemen ermöglicht.

Oft innerhalb der ersten 5, sicher innerhalb der ersten 10 Sitzungen wird eine Gelegenheit kommen, bei der dieses Konzept zusammen mit einem recht einfachen entwicklungspsychologischen Modell über die Entwicklung

der Seele und des Ichs dem Klienten erklärt werden sollte. Eine der Gelegenheiten kann sein, wenn die Notwendigkeit des Einsatzes von positiv akkommodierenden Figuren aus welchen Gründen auch immer beim Klienten auf Unverständnis, Unglauben oder Zweifel stößt insbesondere, was den positiven Wert dieses Schrittes für das Fortkommen im psychotherapeutischen Prozess angeht. Die Mitteilung an den Klienten könnte etwa folgendermaßen lauten:

„Jeder Mensch hat mit dem Augenblick seiner Konzeption eine Reihe von genetisch festgelegten Bedürfnissen, die zunächst in ganz wörtlichem Sinne, später auch im übertragenen, mehr symbolischen Sinne von seinen Eltern oder den Menschen, die deren Funktion übernehmen, erfüllt werden müssen. Diese Bedürfnisse sind elementar und unverzichtbar. Wenn sie nicht erfüllt werden, kann sich der in der Entwicklung befindliche Mensch weder körperlich noch seelisch oder geistig entwickeln. Entweder wird er überhaupt nicht überleben oder er wird in bestimmten Bereichen seines Selbst nicht zur Entfaltung kommen. Da die damit zusammenhängenden körperlichen, seelischen und geistigen Bedürfnisse unverzichtbar sind, wird er sein ganzes Leben lang - meist vergeblich - in immer neuen Varianten nach Möglichkeiten zu ihrer Befriedigung suchen. Die Vergeblichkeit dieses Suchens hängt damit zusammen, dass er später fast nie die für die Interaktion mit Eltern spezifischen Interaktionsbedingungen finden wird, die zu ihrer wirklichen Befriedigung nötig sind.

Fünf solcher Bedürfnisse lassen sich unterscheiden: das Bedürfnis nach Platz, das Bedürfnis nach Nahrung, das Bedürfnis nach Schutz, das Bedürfnis nach Halt und Unterstützung und das Bedürfnis nach Grenzen.

Kein Mensch kommt auf die Welt, wenn es nicht einen Platz in der Gebärmutter seiner Mutter gibt (sehen wir vorläufig mal von den Sonderfällen, die sich aus der modernen Reproduktionsmedizin ergeben ab). Ganz wörtlich braucht er dann einen **Platz** zum Schlafen, Sitzen, Krabbeln, Gehen oder Stehen. Im übertragenen Sinne braucht er auf der emotionalen Ebene einen Platz im Herzen seiner Eltern und auf der geistigen Ebene einen Platz in ihren Gedanken. Er braucht Vertrauen in seine eigenen Entwicklungspotenzen und Erlaubnis diese zu erproben. Wenn das Bedürfnis nach Platz durch die Eltern in adäquater, die Individualität dieses speziellen Menschenwesens berücksichtigender Weise befriedigt wurde, lernt das Kind, im Laufe der Zeit dieses Bedürfnis in seinen verschiedenen Ausprägungen selbst zu befriedigen: es wird sich selbstverständlich einen Platz suchen und nehmen, wo immer es hinkommt, wird sich emotionale und geistige Resonanz bei den Menschen verschaffen, denen es begegnet. Fortgesetzte gute, befriedigende Interaktionserfahrungen mit seinen Eltern (und anderen Familienangehörigen oder Menschen aus seinem Lebensumfeld) sorgen dafür, dass einerseits dieses sein Bedürfnis überhaupt sich entwickelt, andererseits sich eine spezifische Fähigkeit herausbilde, eine Fähigkeit „,ich kann es selber“. Man könnte auch sagen: die Seele entfaltet sich, so wie sich eine Pflanze durch immer neue Knospen und Zweige entfaltet. Andererseits bildet sich auf der Seele eine Art Haut: das ICH, was nichts anderes darstellt als die zunehmend komplexere Fähigkeit für die Erfüllung der eigenen körperlichen, seelischen und geistigen Bedürfnisse selber Sorge zu tragen. Das setzt natürlich auch im späteren Leben und auch als Erwachsener voraus, daß es eine dafür geeignete natürliche und soziale Umwelt gibt. Man könnte sich vorstellen, daß das Selbst zunehmend in die gelungenen Interaktionserfahrungen mit den Eltern eingepackt wird (**ego-wrapping**), weil die menschliche Seele eine Fähigkeit hat, solche Erfahrungen zu speichern und als Vorlagen für eigene, später aktiv eingeleitete Interaktionen zu nehmen.

Ähnlich verhält es sich mit der **Nahrung**. Im Mutterleib wird der Fetus durch die Nabelschnur mit allen Nährstoffen inklusive Sauerstoff versorgt. Mit der Geburt kann er sich schon selbst mit Sauerstoff versorgen, den ihm die „Mutter Erde“ zur Verfügung stellt, aber er muss weiterhin gefüttert werden: mit Milch aus der Brust, und anderen Formen von Nahrung, bis er selbst die Flasche halten, den Löffel führen, das Brot schmieren kann. Im übertragenen Sinne braucht er die bereitwillige und einfühlsame Versorgung mit seelischer bzw. geistiger Nah-

rung: Liebe, Trost und Zuspruch bzw. Sprache, Gedanken, Ideen - Kultur -, bis er in der Lage ist, sich diese für sein seelisches und geistiges Wachstum nötigen Elemente selbständig aus seiner sozialen und kulturellen Umwelt (jenseits der Familie) zu ziehen.

Ohne den **Halt** im Uterus, ohne tragende und stützende Hände schafft kein Ungeborenes den Weg zu freiem Stand und Gehen. Bei seiner späteren Erkundung der Welt braucht das Kind die Rückenstärkung und Ermutigung wohlwollender Eltern, die ihm Hoffnung vermittelnde Lehren auf den eigenen Lebensweg mitgeben. Offenkundig ist auch das Neugeborene noch weitgehend ohnmächtig eventuell schädigenden Einflüssen der Natur und der Mitmenschen ausgeliefert, wenn die Eltern nicht schützend Hand und Leib vor und über ihn halten bis weit in den Beginn der Jugend hinein. Kinder bedürfen des **Schutzes** vor überschwemmenden Gefühlsäußerungen anderer Menschen, „bösen Blicken“ und vor dem Einfluss und der zersetzenden Wirkung schlechter bzw. ihrem Alter nicht angemessener Bilder, Worte und Gedanken bis sie selbst in der Lage sind, auszuwählen und zurückzuweisen, was ihnen gut tut bzw. schadet.

Ein Gedanke, der von PBSP im Besonderen herausgearbeitet wurde, ist das Bedürfnis nach liebevoller **Begrenzung**. Kinder brauchen in einer je für sie spezifischen Form Begrenzung ihrer anfänglich unkontrollierten motorischen Aktivität, Sie müssen schlafen gelegt werden, wenn sie überreizt sind, müssen in ihrem Neugierverhalten vor Abgründen, Dorn und Gift zurückgehalten werden. Auch in der Entäußerung eigener Gefühle müssen sie Grenzen erfahren, wenn sie nicht Gefahr laufen sollen, ihre eigenen aggressiven aber auch liebevollen Impulse als schädlich, zerstörerisch oder allmächtig zu erfahren z.B. im Kontakt mit kleineren Geschwistern. Nur wenn Kinder liebevoll begrenzt werden, können sie sich alle ihre expansiven Kräfte aneignen und schließlich selber Kontrolle über sie erfahren. "

Wichtig bei solchen häufig auch fraktioniert abgegebenen Erklärungen ist die Betonung der Idee, daß eine positive Selbstentwicklung nur möglich ist, wenn die von Geburt an individuellen Bedürfnisse des Kindes durch die caregiver (i.d.R. die Eltern) in einer ihre Individualität berücksichtigenden Weise befriedigt werden. Die Art der Bedürfnisbefriedigung durch die Eltern muss zu den spezifischen Bedürfnissen des individuellen Kindes passen, sich ihrer Form durch die Bildung einer Gegenform aktiv anpassen: **counter shaping the needs of the self**.

Unter der Hand wird durch solche entwicklungspsychologischen Erklärungen die Idee vermittelt, dass der Klient Recht auf seine Bedürfnisse und die Erfüllung seiner Bedürfnisse hat.

True scene - historical scene

Wenn ein Klient spontan berichtet, wird er meist von einem gegenwärtigen Problem berichten. Mit Entwicklung der Darstellungen und emotionalen und körperlichen Mitteilungen durch dramatisierende Figuren und Stimmen entsteht eine in den Raum projizierte Szene, die als Abbild seiner gegenwärtigen inneren seelischen Verfassung angesehen werden kann. Diese Szene wird in PBSP als die „wahre Szene“ (true scene) bezeichnet, die in ihrer Entwicklung und Verlauf durch das Microtracking kontinuierlich abgebildet wird. Jede solche Szene entwirft ein subjektives Bild der Lage des Klienten in Bezug auf seine Umwelt. Sowohl in die Darstellung seiner selbst, wie in die Darstellung der subjektiv bedeutsamen Umwelt gehen - neben genetisch festgelegten Wahrnehmung- und Bewertungsmustern - seine vorgängigen Erfahrungen mit der Umwelt ein. Die gegenwärtige Landkarte, mit der der Klient versucht sich bei sich selbst und in seiner gegenwärtigen Welt zurecht zu finden, ist in wesentlichen Punkten determiniert durch die Landkarten, die er bei früheren Erfahrungen mit sich selbst und seinen Interaktionen mit der Welt und den Menschen aufgezeichnet hat. Oft ist einem Klienten bewusst, dass seine gegenwärtig von ihm benutzte Landkarte nicht taugt zum Navigieren. Und doch hilft ihm die Aufklärung über die Fehlerhaftigkeit nicht (z.B. die Fehlannahme, dass ihm die Menschen, denen er begegnet, alle feindlich gesinnt sind).

Notwendig ist es, die alten Landkarten aufzuspüren, die im gegenwärtigen Leben die Rolle von Übersichts- und Generalkarten übernommen haben, an denen alle neueren Landkarten ausgerichtet werden. Die alten Landkarten sind Aufzeichnungen bedeutsamer Szenen im Leben, die als Muster und Interpretationsmodell für alle späteren irgendwie vergleichbaren Situationen herangezogen werden. In der „true scene“ zeigen sie sich als einschränkende, entwertende, festschreibende „Stimmen“, als unbefriedigte Bedürfnisse, Sehnsüchte und Wünsche, die durch die Form von sie im Augenblick befriedigenden positiv akkommodierenden Figuren dargestellt sind und schließlich als unwillkürliche Körperreaktionen, Gefühlsschwankungen oder „unpassende“ Einfälle. Dies sind sozusagen die Nahtstellen, an denen die gegenwärtige Landkarte auf der alten Landkarte angeheftet ist. Um zu ihr vorzustoßen und in ihr sich zu bewegen bedarf es eines besonderen Zustandes des Klienten. In anderen Therapieformen wird er meist als *Regression* bezeichnet, da subjektiv und in der von außen beobachtbaren Funktionsweise des Ichs eine Altersregression stattfindet. Aufgrund der Erfahrungen mit PBSP möchte ich diesen Zustand eher beschreiben als einen, in dem ein besonderes Energieniveau erreicht wird, das die „Archive des Leibes“ erschließt und die dort gespeicherten Szenen einer emotional bedeutsamen Neuerkundung zugänglich macht. Bildlich gesprochen: es stehen nicht nur die schriftlichen Aufzeichnungen, die verstaubten Akten eines historischen Archivs, sondern auch dessen Bild und Tondokumente (sowie die Fühl-, Spür-, Tast-, Riech- und Schmeck-Dokumente!) in Form eines interaktiven Cyberspacearbeitsplatzes zur Verfügung und zwar auch zur Neu- und Nachbearbeitung. Dieses Aufschließen kann nicht erzwungen werden. „Don't push the river, it flows by itself“ (F.Perls). Die Aufgabe des Therapeuten ist es, dem *Fluss und der Richtung der Energie* im Klienten zu folgen. Diese Energie ist zum ersten etwas Unsichtbares bis sie sich als Aktion zeigt und dann zur Interaktion drängt (**energy - action - interaction**). Vom Klienten wird sie innerlich erfahren als Körpersensationen, als abrupte Veränderung von Qualität oder Intensität einer Stimmung oder eines Gefühles, als sich stark verlebendige oder plötzlich wechselnde innere Bilder und Phantasien oder mächtig emporschießende, lebhaft gedankentätigkeit. Für den Therapeuten erkennbar sind diese Vorgänge immer nur dort, wo sie in kleinen Ansätzen als äußere Bewegung in Erscheinung treten, sozusagen in Form von angedeuteten Aktionen. Auf der Ebene der Körperreaktionen sind dies eine auffallende Veränderung der Körperhaltung oder des Muskeltonus, vegetative Stigmata (z.B. Schwitzen, Hautrötungen oder -ablassungen), auf der Ebene der Gefühle insbesondere Veränderung der sie indizierenden Gesichtsmimik und Veränderungen des Atemrhythmus. Dem Feinhörigen erschließen sich auch Veränderung der Stimmqualität. Plötzlich auftretende Bewegungsimpulse zeigen sich gelegentlich durch kleine abortive oder stereotyp auftretende und unterdrückt Bewegungsfolgen der Extremitäten. Intensivierte oder im Inhalt rasch veränderte Phantasie und Gedankentätigkeit zeigt sich - wenn nicht spontan mitgeteilt oder sekundär durch Signale der Körperwahrnehmung oder begleitender emotionalen Bewegung offenbart - in der Form, dass der Klient plötzlich still wird, wie in sich versunken aus dem Kontakt scheinbar entschwindet. Oft schauen Klienten auch vor sich hin, so dass der Therapeut den Eindruck bekommen mag, sie blicken direkt auf eine vor ihnen ausgespannte Leinwand. Die Reaktionsqualität hängt wesentlich von der vorherrschenden sensorischen Qualität ab, in denen der Klient seine Phantasien und Gedanken innerlich repräsentiert.

Hinter der wahren Szene taucht plötzlich die historische Szene auf. Oft ist das Auftreten erst schemenhaft zu errahnen z.B. durch die Atmosphären, die Heftigkeit der Gefühle, durch die besonderen Beziehungsqualitäten bzw. der Beziehungswünsche. Nicht immer ist dieses Auftauchen dem Klienten spontan bewusst. Es bedarf vielleicht der einen oder anderen - auch aus anderen Verfahren bekannten - Frage, z.B. wie alt sich der Klient gerade fühlt, oder woran aus dem früheren Leben er sich erinnert fühlt .

Die Bühne

Der Wechsel von der gegenwartsbezogenen Szene (true scene) zu einer historischen Szene ist anfänglich schwankend. Bilder tauchen auf der inneren Leinwand des Klienten auf, werden übersetzt durch den therapeutischen Dialog in für beide sichtbare Szenen oft aus ganz unterschiedlichen Episoden des Lebens (der Ehe, der Berufssituation, Jugenderfahrungen, Kindheit). Der Therapieraum verwandelt sich in eine Bühne, auf der wechselnde Szenen aus verschiedenen Zeiten dargestellt werden, so dass die Bühne in der Zeit beweglich erscheint. Die Verständigung über diese Bewegungen - und das damit zusammenhängende Regressionsniveau - stärkt den „Piloten“ im Klienten und führt schließlich zu dem Gefühl in einer steuerbaren Zeitmaschine zu sitzen, mit der Gegenwart und Vergangenheit des Klienten erforscht *und* verändert werden kann.

Mit der Einführung einer Kontakt bzw. Halt gebenden Figur in die Struktur ist in der Regel die Voraussetzung für die Reise in die Vergangenheit erfüllt. Traumatisierende Erlebnisse in der Vergangenheit sind oft deshalb nicht verarbeitbar, bleiben abgekapselt, weil es an Möglichkeiten mangelte, die gemachten Erfahrungen samt ihres emotionalen impacts mit jemandem zu teilen, Trost, Hilfe, Verständnis und im weiteren natürlich Schutz und Unterstützung zu empfangen ev. auch für die dadurch ausgelösten eigenen aggressiven oft mörderischen Impulse Raum und liebevolle Grenzen zu erfahren.

In der Einzeltherapie ist dieser Umschlagpunkt erreicht, wenn eine unterstützende Figur leibnah vorgestellt werden kann, d.h. mit einer leiblich imaginierten, als Halt spürbaren körperlichen Berührungsqualität. Um diesen Punkt in der Einzeltherapie zu erreichen muss der Therapeut gelegentlich kurzfristig in die Rolle der Kontakt bzw. Halt gebenden Figur schlüpfen, mit Berührungsformen experimentieren, die dem Klienten angemessen sind. Wichtig dabei ist der wiederholte Hinweis auf die Notwendigkeit, dem eigenen leiblichen Fühlen zu vertrauen und solche Kontaktangebote „millimetergenau“ zu gestalten. Die dabei realisierten Kontakte sind gleichwohl nur Andeutungen, beschränken sich auf das Berühren einer oder zweier Stellen am Rücken, Schultern, Oberarmen, geben damit dennoch der leiblichen Phantasie der Klienten hinreichend Nahrung, damit diese zu konkreten Bildern auswachsen können, die dann später in einer Struktur in der Gruppe umfassend realisiert werden können.

Die Suche nach dem Antidot oder die Konstruktion einer alternativen Geschichte

Die Vorstellung, die Vergangenheit verändern zu können, erscheint zunächst absurd, da sie ja abgeschlossen ist und nach landläufiger Meinung damit unveränderbar ist. Die meisten Psychotherapieformen gehen davon aus, dass es bei der therapeutischen Arbeit mit unglücklichen Verkettungen von schicksalhaften Ereignissen im Leben eines Klienten um Vergangenheitsbewältigung geht, um eine Neubewertung vielleicht (Konzentration auf Ressourcen), um Trauerarbeit, mit der das nicht Bekommene verabschiedet wird.

PBSP hat demgegenüber eine sehr aktive Einstellung, sucht nach dem geeigneten Antidot (Gegenmittel) für im Leben erfahrene negative Interaktionen bzw. fehlende positive Interaktionen und deren Folgen.

Die Einsicht, dass Verarbeiten und Abtrauern bei manchen Klienten mit äußerst negativen Vorerfahrungen nicht reicht, ist in vielen Therapieformen entstanden. In verschiedenen Varianten wird die Idee korrekativer emotionaler Erfahrung angeboten, z.T. in der relativ unspezifischen Form, dass der Therapeut im Rahmen einer niederfrequenten Therapie für den Klienten ein konstantes Objekt darstellt, welches er während seiner Kindheit nicht hatte, z.T. in sehr expliziten Vorstellungen (oft mit Rekurs auf die diesbezüglichen Vorarbeiten Ferenczis) durch leibnahe Interventionen zu einem „Reparenting“ zu kommen, einer Neu- oder Nach-Beelterung.

In PBSP sind diese Ideen zu einem sehr konzisen System entwickelt worden. Es wird die **Konstruktion einer alternativen, synthetischen Erinnerung** angestrebt, die wie ein möglicher Abzweig an bestimmte Schaltstellen der eigenen Geschichte eingefügt werden. Auf der kognitiven Ebene haben solche neu geschaffenen alternativen Geschichten die Bedeutung von : „so hätte es auch passieren können“. Dabei geht es nicht darum eine alternative Geschichte aus einem Guss zu verfertigen, die quasi an die Stelle der alten gesetzt wird, sondern in immer neuen, alte Erfahrungen aktualisierenden Aufarbeitungen einzelne Szenen einzufügen, die einen besseren Fortgang der Geschichte als möglich plausibel machen., einen Fortgang, der den wesentlichen Bedürfnissen des Klienten mehr Entwicklungsmöglichkeiten gegeben hätte. Dabei können auch für eine und dieselbe erlebte Szene, die aus der Vergangenheit erinnert wird, mehrere verschiedene alternative Fortläufe konstruiert werden, je nach dem Bedürfnispekt, der für die Szene in den Vordergrund kommt.

Zum Beispiel mag die Aufarbeitung einer Geschichte sexuellen Missbrauchs dienen. In einem ersten Anlauf der Auseinandersetzung mag im Vordergrund das tiefe Schamerleben stehen und das Gefühl unendlicher Einsamkeit, da die betroffene Klientin niemanden hatte, dem Sie sich hätte mitteilen können in ihrem Schmerz, ihrer Beschämung und Angst. Eine alternative Geschichte mag zunächst plausibel machen die Möglichkeit, daß damals ein Mensch da gewesen wäre, der sie in diesen Gefühlen angenommen, in ihrem Anliegen ernst genommen hätte, sie getröstet, ihr Mut zugesprochen und ihr Wertschätzung vermittelt hätte. In einer zweiten „Runde“ mag der Wunsch nach effektivem Schutz vor derartigen Übergriffen das energetisch treibende Motiv für die Arbeit sein und zur Konstruktion einer alternativen Geschichte führen, in der die Klientin sich auf überzeugende Weise beschützt erlebt vor den Übergriffen (z.B. des negativen Aspektes des Vaters). In wieder neuem Anlauf mag das Verlangen vorherrschen, den aufgestauten Gefühlen von Wut, Hass und Ekel Raum zu geben und dem Wunsch nach Rache. Dafür bedarf es der (konstruierten) Existenz von Menschen, die sie unterstützen bei dem Ausdruck dieser Gefühle und Impulse und mit dieser Unterstützung zu einem wirksam Werden dieser Impulse beitragen.² Bei einer dritten Durcharbeitung mag es um den Wunsch gehen, die eigene Liebe (in diesem Fall zum Vater) gefahrlos ausdrücken zu können. Dazu bedarf es einer Geschichte, in der die Klientin eventuell selbst liebevolle Grenzen hätte erfahren können bzw. einen Vater erlebt hätte, der selbst in seiner Liebe gut begrenzt bzw. in seinem Begehren auf einen anderen Menschen (eine adäquate Partnerin i.d. R. die Mutter) ausgerichtet gewesen wäre.

Damit diese Konstruktionen glaubwürdig werden, wirklich in dem Sinne von wirksam, bedarf es einer realen Erfahrung und das heißt einer Erfahrung mit Leib und Seele. In den Strukturen werden solche Erfahrungen mit Hilfe der Gruppenteilnehmer möglich gemacht. Der Status solcher emotional bedeutsamen Erfahrungen wird klar und für Patienten gut nachvollziehbar als **real-symbolisch** festgelegt . Real ist die Erfahrung für den Klienten-

² Die Wirksamkeit negativer Impulse wird in der Strukturarbeit durch die negative Akkommodation derjenigen Rollenspieler ausgedrückt, die die negativen Teilaspekte (hier z.B. des Vaters) übernehmen. Die negative Akkommodation besteht z.B. in einem Zusammenzucken und Ausstoßen eines Schmerz darstellenden Tones (beides gemäß den explizit geäußerten Vorstellungen des Klienten) als Reaktion auf die Wutäußerung des Klienten. Adäquate negative Akkommodation erzeugt im Klienten eine nach außen hin deutlich sichtbare Befriedigung, die sich erheblich von dem leeren Gefühl unterscheidet, das bei rein kathartischem "Rauslassen" von Gefühlen oft verbleibt. Die klare Unterscheidung zwischen negativem Aspekt einer Person und der realen (alle Teilaspekte einschließenden) Person, sowie die Betonung des symbolischen Charakters solcher Abrechnungen bauen gegen sonst im Nachhinein auftretende quälende Schuldgefühle

ten, weil es sich um reale Personen handelt, mit denen er eine wie auch immer geartete Erfahrung macht. Symbolisch sind die Erfahrungen in PBSB-Strukturarbeit, weil die realen Personen in Rollen erscheinen, die eindeutig nicht reale (lebende oder tote) Personen darstellen, sondern bestimmte Aspekte von realen, häufig aber direkt symbolisch für eine Idee stehen bzw. Personen darstellen, die der Klient zur Zeit damals gebraucht hätte.

Wenn es um die Befriedigung von elementaren Bedürfnissen geht, wird in PBSP immer sorgfältig auf die *subjektive Zeit* geachtet. Der symbolisch imaginäre Aspekt der interaktiv erlebten direkten Bedürfnisbefriedigung wird insbesondere dann, wenn es sich um kindliche Wünsche handelt, die an eine in der Vergangenheit vorgestellte Figur gerichtet sind, sprachlich durch den Konditional ausgedrückt in dem diese Person z.B. sagt: „Wenn ich damals da gewesen wäre, hätte ich“.

Die im Laufe des Microtracking eingeführten positiv akkommodierenden Figuren machen bei der Reise in die Vergangenheit eine entsprechende Verwandlung durch und dehnen dabei gelegentlich ihren Zuständigkeitsbereich je nach erkennbarer Bedürfnislage des mittlerweile regredierten Klienten aus (z.B. zu einer auch schützenden oder nährenden oder liebevoll begrenzenden Figur).

Ideale Figuren

Ziel der Arbeit in PBSP ist es, immer diejenigen historischen Szenen ausfindig zu machen, in denen besonders sinnfällig die fehlenden oder die negativ erlebten Interaktionen stattfanden und reziprok unerledigte Wünsche und Bedürfnisse an positive Interaktionen verborgen liegen. Diese können geweckt und dann zu einer real-symbolischen Befriedigung geführt werden .

Die zu diesen Interaktionen notwendigen Interaktionspartner werden als ideale Figuren eingeführt. Ganz wesentlich handelt es sich dabei um die „idealen Eltern“ also Vater und Mutter, bzw. das ideale Elternpaar. Durchaus können aber auch andere Szenen des Lebens mit anderen Interaktionspartnern Gegenstand einer korrigierenden real-symbolischen Erfahrung sein, z.B. die Schule mit einem idealem Lehrer und idealen Mitschülern, ein idealer Freund in der Vergangenheit oder ein idealer Bruder / Schwester, eine Großfamilie mit idealen Großeltern, Onkel, Tanten oder gelegentlich ein ganzes Dorf mit einer idealen Dorfgemeinde.

Ideale Figuren sind nicht plötzlich da, auch wenn dies in einer Strukturarbeit mit der realen Verkörperung durch Gruppenmitglieder so aussehen mag. Der Aufbau dieser Figuren als real vorstell- und verinnerlichbar erfolgt schrittweise und kommt gewissermaßen nie ganz zum Abschluss. Am Anfang wird eine solche Figur bisweilen nur als die Idee einer Phantasie, quasi in „Eröffnung der Kategorie“ z.B. eines idealen Vaters oder einer idealen Mutter eingeführt.

Verschiedentlich wird von seiten der Klienten dem Einführen solcher idealer Figuren schon auf dieser kategorialen Ebene heftiger Widerstand entgegengesetzt. Dieser hängt meist damit zusammen, daß die Klienten bei entsprechend negativer Vorerfahrung schon mit dem Wort Vater oder Mutter nur Negatives verbinden, also keine innere Differenzierung zu den real-historischen Eltern bzw. zu den negativen Aspekten von ihnen vollziehen können.

Das Konzept der **idealen Eltern** sieht vor, dass es sich bei diesen nicht um positive Ergänzungen zu oder Korrekturen an den real-historischen Eltern handelt, um diesen oder jenen Charakterzug, diese oder jene Verhaltensweise etc., sondern dass sie *von Grund auf anders* sind, bis in die genetische Struktur hinein. Dieser Gedanke macht natürlich angesichts der gleichzeitigen Vorgabe, dass es sich um *leibliche* Eltern handeln soll gelegentlich Kopfzerbrechen, wobei diese Schwierigkeit fast immer dann überholt ist, wenn es zu einer realen Verkörperung solcher Figuren kommt, mit denen positive andere Interaktionserfahrungen gemacht werden konnten, die den Klienten über das körperliche Spüren von der Möglichkeit einer solchen alternativen Geschichte überzeugt.

Ich benutze für diesen nur gelegentlich schwierigen Gedanken gerne ein Bild aus der asiatischen Gedankenwelt: „Stellen Sie sich vor, die Buddhisten hätten Recht und Ihre Seele hätte schon existiert vor Ihrer leiblichen Zeugung, vor der Vereinigung von Samenzelle und Ei ihrer Eltern. Und stellen Sie sich vor, diesmal würden Ihre individuelle seelische Konstitution und Ihre individuellen Bedürfnisse berücksichtigt bei der Auswahl desjenigen Paares, die Ihre leiblichen Eltern sein sollen.“³⁾

Oft müssen für die schrittweise zunehmende Akzeptanz der Idee idealer Eltern - besonders im Einzelsetting, wenn noch nicht die miterlebten Strukturen anderer Gruppenteilnehmer ein anschauliches Bild gibt von dem, was möglich ist - sorgfältige Recherche- und Sammelarbeiten durchgeführt werden. Es wird dann in der Erfahrung oder in der Phantasie des Klienten nach Mosaiksteinen gesucht, mit denen das Bild idealer Eltern aufgebaut werden kann. Dies können die liebevollen Augen einer früheren Nachbarin sein, der erinnerte warme Tonfall, in dem ein Lehrer zu ihm sprach, gewisse Aspekte von Natur oder Landschaft, bei denen sich der Klient wohl fühlt, aufgehoben oder geborgen. Vergleichbar ist das Vorgehen, mit dem Aufbau eines Fahndungsfotos nach den nur mühsam sich artikulierenden Erinnerungen eines Zeugen. Voraussetzung ist natürlich, daß der Klient in diesem Fall hinreichend überzeugt werden kann, dass er das Bild einer nie gesehenen Figur in sich trägt, das „nur“ entwickelt werden muss.

Recht gut gelingt die positive Bestimmung dieses Bildes in der negativen Abgrenzung zu dem, was es nicht sein soll. Meist handelt es sich bei diesen negativ-Zügen um Charaktereigenschaften oder Verhaltensweisen des negativen Aspektes einer wichtigen Beziehungsperson in der Kindheit (Jugend, aber auch Erwachsenenalter). Wenn die Idee eines idealen Elternteiles einmal eingeführt ist, kann für die Konkretisierung dieser Figur sofort jede berichtete negative Einzelheit aus dem Erleben des Klienten in seinem früheren Leben genutzt werden, sofern es sich um die Interaktion mit dem korrespondierenden Elternteil handelt. Wenn der Klient z.B. über seine Einsamkeit und Angst berichtet, die er erlebte, als er sich in seiner Kindheit von seiner Mutter verlassen fühlte, könnte die ideale Mutter, die in der Einzeltherapie vor allem durch die Stimme des Therapeuten modelliert wird, sagen: „Ich hätte Dich nicht allein gelassen“.

In Strukturen entwickeln sich häufiger bestimmte positiv akkommodierende Figuren (wie eine unterstützende, schützende oder eine Erlaubnis gebende Figur) fort zu einer idealen Elternfigur. Generell kann gesagt werden, daß diese sich mosaikartig aus den verschiedenen Facetten der möglichen positiv akkommodierenden Figuren zusammensetzen. Von ihrer Konstruktion her sind sie ja die ideale Verkörperung derjenigen Interaktionspartner, die die Bedürfnisse des Klienten, die in einer bestimmten Phase ihres Entwicklungsprozesses auftreten, adäquat (d.h. positiv akkommodierend) befriedigt hätten.

Allerdings beschränkt sich die Funktion idealer Eltern nicht auf die Erfüllung der Basic Needs eines Kindes, obwohl dies in den Strukturen sicher einen besonders großen Raum einnimmt. Nach den anthropologischen Grundvorstellungen von A. Pessó suchen Menschen in ihrem ganzen Leben nach Erfahrungen, die ihnen helfen, die **Polaritäten des Lebens zu vereinigen**, ihr **Bewusstsein zu erweitern**, ihren **Piloten** zu entwickeln, Erfah-

³⁾ Oft wird der Idee idealer Eltern auch deshalb Widerstand entgegen gesetzt, weil noch zuviel Wut, Hass und Enttäuschung auf die realen Eltern (bzw. deren negativer Aspekte) im Klienten zum Ausdruck drängt. Die verfrühte Einführung idealer Eltern mag dann - unbewußt - als Signal aufgefasst werden, daß für diese negativen Gefühle und deren Ausdruck kein Platz, keine Erlaubnis gegeben sein soll. Dagegen wehren sich die Klienten zurecht wie überhaupt gegen den neuerdings modernen Anspruch vieler Therapeuten, daß Ziel der therapeutischen Arbeit eine (zumindest innere) Aussöhnung mit den (realen) Eltern sein sollte.

rungen, die sie in ihrer **Einzigartigkeit** würdigen und ihre **Entwicklungsmöglichkeiten** fördern. (Vgl. Pesso 1994) Diese Vorstellungen entsprechen in etwas anderen Worten den Grundgedanken aller entwicklungsorientierten, humanistischen psychotherapeutischen Richtungen. Die Besonderheit des Ansatzes in PBSP ist es, zu betonen, daß wir auch für die Entwicklung dieses uns „genetisch“ gegebenen Anteils einer „fördernden Umwelt“ (wie Winnicott das nannte) bedürfen, die wir in konkreten Interaktionen erfahren müssen, damit diese Potentiale zur Entfaltung kommen können. PBSP entbindet Klienten nicht von ihrer eigenen Verantwortung auch als erwachsene Menschen sich aktiv solche Situationen und soziale Umfeldler zu suchen, in denen die einmal - ev. mit Hilfe der Therapie - erkannten eigenen kreativen Fähigkeiten eine Chance haben sich weiter zu entwickeln und in denen sie die Würdigung ihrer persönlichen Einzigartigkeit erhalten, deren sie auch als Erwachsene Menschen bedürfen, genauso wie ja auch erwachsene Menschen weiter nach Befriedigung ihrer Grundbedürfnisse durch eigenes aktives Handeln streben. Aber auch in diesem Bereich gilt: nur wenn in der prägenden Zeit entsprechende positive, bestätigende, wertschätzende und fördernde Interaktionen stattgefunden haben, können Menschen die Sorge um diese erweiterten seelischen Bedürfnisse selbst übernehmen (so wie sie es als Kinder gelernt haben, selbst für ihre Nahrungsbedürfnisse auf physischer Ebene zu sorgen, wenn sie entwicklungsgemäß und angepasst an ihre individuelle Natur durch ihre Mutter genährt wurden). Wichtig in PBSP ist, dass Menschen auch im Bereich ihrer spezifisch menschlichen seelischen Bedürfnisse das Bild einer Umwelt, die der Entwicklung dieses Seelenanteils gegenüber freundlich und wohlwollend gesinnt ist, nicht aus sich selbst erhalten, sondern nur durch geeignete, wiederholte Erfahrungen mit den wichtigsten Bezugspersonen in der Kindheit und Jugend erhalten können. PBSP beugt von diesen Grundeinstellungen her den sonst leicht entstehenden Größen- und Allmachtsphantasien vor, betont den Aspekt einer grundlegenden Abhängigkeit der Menschen in seiner Entwicklung von förderlichen und seinen entwicklungsgemäßen Bedürfnissen angepassten Interaktionen mit anderen Menschen.

Parallele Arbeit im Einzelsetting und in der Gruppe

Die Beschränkungen bei der Arbeit mit idealen Figuren in der Einzelarbeit sind offenkundig. Dies betrifft vor allem die leibhaftige Erfahrung, gehalten, getröstet, unterstützt, geschützt oder auch liebevoll begrenzt zu werden. Als notdürftigen Kompromiss allerdings kann der Therapeut - wie schon bei der Arbeit mit den positiv akkommodierenden Figuren während des Microtracking - gelegentlich in die Rolle einer idealen Figur einsteigen (auf dem Umweg über das imaginierte Gruppenmitglied, das er dann spielt) und einzelne Versatzstücke der leiblichen Erfahrung spürbar machen, um dadurch die Körperphantasie des Klienten anzuregen. Wenn es bei Klienten zu deutlichen Phantasien körperlicher Interaktion kommt empfiehlt sich der Verweis auf parallele Arbeit in einer Strukturgruppe in der eigenen Praxis oder bei einem Kollegen.

Durch die Möglichkeit parallel in beiden Settings zu arbeiten, kann den Bedürfnissen vieler Klienten besonders gut entgegen gekommen werden. Bei entsprechender Vorarbeit im Einzelsetting bedarf es für viele Klienten nur relativ weniger Strukturen, um für sich Wesentliches zu erarbeiten. Je besser die Ideen einer Heilung durch Konstruktion einer alternativen Geschichte vorbereitet sind, desto zielgerichteter wird der Klient selbst in der Gruppe auf das Erreichen einer positiven Lösung hinarbeiten, von sich aus auf die Realisierung einer an seine ganz persönlichen Bedürfnisse und Vorerfahrungen angepassten real-symbolischen Erfahrung drängen, die er leiblich spüren, deshalb als „wirklich“ ver-innerlichen und später er-innern kann. Oft ergeben sich aus den Erfahrungen in den Strukturen - den eigenen wie den miterlebten fremden - so viele innere Anregungen, die zum Verdauen im Detail besprochen werden wollen, dass dafür parallele Einzelsitzungen für viele Klienten eine fast unverzichtba-

re Notwendigkeit darstellen. Besonders ängstliche Klienten haben die Chance, immer mal wieder in die Gruppe zu „schnuppern“. Allein die Konfrontation mit einem Gruppenerlebnis, das mit intensiv emotionalen Interaktionen verbunden ist, ist für eine Reihe von Klienten ein wichtiges Lernfeld, das mit fehl gelaufenen und oft weit verdrängten eigenen Erfahrungen verknüpft werden kann. Gelegentlich müssen dann schützende oder Halt gebende Figuren imaginiert werden, um den Eintritt in eine solche Gruppe zu ermöglichen.

Umgang mit Übertragung

PBSP ist von seinem Ansatz her ein Verfahren, dass starke Übertragungen auf den Therapeuten nicht begünstigt. Dies gilt insbesondere für die hoch intensive Leibarbeit, in der der Therapeut eher in der Rolle des Regisseurs bleibt, ev. des Coachs für einen selbständigen Klienten, der „seine“ Struktur gestaltet. Insbesondere was Berührungen anbelangt, verhält sich ein PBSP Therapeut eher abstinent, braucht, wenn er in der Gruppe arbeitet, nicht seinen eigenen körperlichen Einsatz, um die Bedürfnisse des Klienten zu befriedigen. Hierin unterscheidet sich PBSP wesentlich von vielen anderen humanistischen Verfahren, die ebenfalls mit starkem Einsatz des Körpers arbeiten und in der Gruppenarbeit Therapeuten in der Rolle von guten Eltern auftreten lassen, was zu völlig unkontrollierbaren - positiven wie negativen - Übertragungen führen kann.

Natürlich kommt es auch bei PBSP zu spontanen Übertragungen auf den Therapeuten und im Einzelsetting unterscheiden sich solche nicht von denen bei anderen Therapieverfahren. Es gibt aber gerade für das Einzelsetting sehr wirkungsvolle Techniken, die sich aus der Methode herleiten, mit denen therapeutisch effektiv mit Übertragungen umgegangen werden kann.

Die Übertragungen lassen sich grundsätzlich in drei Kategorien unterteilen.

1. positive (idealisierende) Übertragungen 2. negative Übertragungen 3. Antragen eines Wunsches. Besonders die beiden letzteren machen in der therapeutischen Arbeit sofort Schwierigkeiten, wenn sie nicht bearbeitet werden, während die positiven erst, wenn sie langfristig erhalten bleiben ohne bearbeitet zu werden, die therapeutische Arbeit und das Fortkommen des Klienten nachhaltig stören.

Zunächst bietet sich die *Zeugenfigur* an, um die wahrnehmbare Übertragung mit ihrer emotionalen Ladung anzusprechen.

Stellt ein Klient etwa in bewundernder Weise fest: „Ihre Arbeit muss sehr anstrengend sein, sich dauernd auf fremde Leute einzustellen“ könnte die Intervention lauten: „Der Zeuge könnte sagen: `Ich sehe, wie sehr Du Herrn (Frau).... dafür bewunderst, dass er sich dauernd auf fremde Leute einstellt`“.

Fragt ein Klient etwa (vermutlich) Bestätigung heischend: „Was meinen Sie dazu?“ könnte der Therapeut antworten: „Der Zeuge könnte sagen: `Ich sehe, wie begierig du bist, zu erfahren was Herr (Frau) ...dazu sagen würde““.

Arbeiten mit dem negativen Aspekt

Oft handelt es sich bei Mitteilungen von negativen Übertragungen oder Wünschen nicht um Äußerungen, in denen der Therapeut direkt genannt wird, sondern um Beziehungsanspielungen. Diese sollten gleichwohl aufgegriffen werden. ¹⁾

Wenn ein Klient bspw. die Angst äußert, das, was er zu sagen habe, sei lächerlich und wenn durch Nachfragen (z.B. „könnte es sein, dass Sie auch Angst haben, dass *ich* das, was Sie zu sagen hätten, lächerlich finden könnten“) geklärt wurde, dass sich diese Angst zumindest teilweise auch auf den Therapeuten bezieht, besteht die Möglichkeit, die *Figur eines negativen Aspektes des Therapeuten* einzuführen (z.B.: „Sie haben an mir etwas

entdeckt, das für Sie eine negative Bedeutung hat. Ich würde gerne diesen Aspekt von mir gesondert behandeln und ihn wie eine eigenständige Figur hier im Raum haben, damit wir ihn uns etwas genauer ansehen können. Nennen wir ihn den negativen Aspekt von Herrn (Frau) Was meinen Sie würde der denken, wenn er wüsste, was sie gerade sagen möchten?". Dieser somit eingeführte negative Aspekt des Therapeuten wird wie irgendeine andere der Figuren im Raum platziert. Allerdings frage ich nicht den Klienten, sondern platziere ihn meist recht dicht neben mich, damit nicht der Anschein entsteht, ich würde für diesen Aspekt meiner selbst keine Verantwortung übernehmen. Diese Figur kann dann in direkter Rede z.B. sagen : „Herr X (Klient) redet belangloses Zeug." Hier kommt es (wie bei der Arbeit mit Fragment-Figuren) darauf an, Wortwahl und Tonfall des Klienten zu erfassen, wie er es innerlich „hört“.

Mit Hilfe dieses negativen Aspektes gilt es sodann, sorgfältig zu klären, welche realen Verhaltensweisen des Therapeuten eventuell dazu beigetragen haben, dass der Klient einen solchen negativen Aspekt des Therapeuten hat entwickeln können. Dieses auch in anderen Therapieformen übliche Verfahren (vgl. Finke s.o.) wird durch die Benutzung des in den Raum gestellten negativen Aspektes des Therapeuten sehr erleichtert. Das Sprechen über negative Beziehungsaspekte wird entängstigt. Es wird insbesondere, wenn dieser negative Aspekt häufiger auftaucht, wie es bei in ihrer Entwicklung früh oder schwer gestörten Klienten zwangsläufig passiert, bald selbstverständlich, solchen Aspekten im therapeutischen Dialog nachzuspüren. Durch die Externalisierung und spielerische Übernahme der Ängste des Klienten in direkte Rede, fühlt er sich ernst genommen, u.a. weil er erkennen kann, dass der Therapeut diese vom Klient über ihn (den Therapeuten) entwickelte negative (angst- oder schambesetzte) Sicht mit ihm teilen kann, wie er ja auch die Sicht auf andere negativ besetzte Figuren und die diesbezüglichen Ängste des Klienten mit ihm teilen kann. Dabei kann der Therapeut selbstverständlich seine völlig andere Innensicht von sich selbst beibehalten, diese später auch dem Klienten mitteilen und mit ihm dann eventuell in Verhandlung treten, wie weit für ihn als Klienten diese andere Innensicht glaubwürdig ist. Dabei scheint es mir wichtig zu sein, aus dieser Frage nie ein Entweder - Oder zu machen. Im Gegenteil empfiehlt sich, dem Misstrauen des Klienten Raum und Erlaubnis zu geben, es als normalen Bestandteil der Beziehung zu akzeptieren.

Wenn sich im weiteren Verlauf der Klärung herausstellt, dass die realen Anknüpfungspunkte für die Entwicklung solch eines negativen Aspektes, die der Klient beim Verhalten des Therapeuten erlebt hat, eher spärlich und kaum überzeugend sind (v.a. für den Klienten selbst), bietet die bereits entwickelte und konkret gewordene Gestalt des negativen Aspektes des Therapeuten die Möglichkeit, nach anderen Herkunftsquellen zu suchen. Dies kann der Klient selbst tun, der es damit lernt, die Bilder hinter den Bildern zu dechiffrieren, indem er die wiederkehrenden Muster negativer Übertragung auf den Therapeuten (oder gelegentlich Bestandteile seiner Praxis) beobachtet. Die anderen Herkunftsquellen für solche Ängste können reale Interaktionspartner aus der Vergangenheit oder der Gegenwart sein oder entwertende, verurteilende oder bedrohliche Selbstanteile, die auf den Therapeuten projiziert wurden.

Sobald solche Personen aus dem gegenwärtigen oder vergangenen Leben des Klienten oder verallgemeinerte Erfahrungen in Form von inneren Stimmen gefunden werden, können diese in den Raum gestellt werden. Sie wiederholen dann die entwertenden oder bedrohlichen Sätze, die zuvor dem negativen Aspekt des Therapeuten in den Mund gelegt worden waren. Der negative Aspekt des Therapeuten bleibt jedoch im Raum virtuell vorhanden. Manchmal stellt sich heraus, dass es zunächst verschwiegene oder vorbewusste Phantasien über untergründige Verbindungen zwischen den real im (meist gegenwärtigen) Leben des Klienten existierenden Personen und dem (negativen Aspekt des) Therapeuten gibt. Diese phantasierten Beziehungen lassen sich mittels des n.A. des

Therapeuten gut dramatisieren z.B. in Form eines Dialoges. Hierdurch lassen sich z.B. paranoide Ängste besonders gut bearbeiten.

Der „ideale Therapeut“

Klienten tragen in der Regel eine Menge Wünsche an ihren Therapeuten heran. Für viele ist der Therapeut der Hoffnungsträger schlechthin, so dass Therapeuten sich oft genötigt sehen, dauernd unerfüllbare Erwartungen abzuwehren. Psychotherapie sei „skillful frustration“ (gekonnte Frustration) hat F. Perls gesagt. Leider gehen mit den sicher nötigen Klärungen dann auch oft die Hoffnungen zugrunde und Klienten fühlen sich als erstes in ihrer negativen Weltsicht bestärkt, dass es für sie einfach nichts Gutes zu holen gibt auf dieser Welt.

Mit der Idee der idealen Figuren hat PBSP nicht nur eine zusätzliche Chance geschaffen, alte Traumata und erlittene Defizite im Nachhinein zu heilen, sondern eine Möglichkeit, das in jeder Hoffnung, jeder Sehnsucht steckende Quentchen Lebensenergie und -freude zu destillieren und für den Klienten fruchtbar zu machen.

Egal welchen Wunsch ein Klient an den Therapeuten richtet, er wird erst einmal positiv willkommen geheißen. Dies ist möglich und in der Einzeltherapie sehr hilfreich, indem die Figur eines „idealen Therapeuten“ eingeführt wird, der konzipiert wird als eine reine wunscherfüllende Interaktionsfigur. „Der ideale Therapeut ist nicht ideal im Sinne der Grundsätze einer internationalen Therapeutenliga, sondern im dem Sinne, dass er sich den Wünschen von Ihnen als Klient anpasst wie der Handschuh der Hand. Er soll Ihnen (dem Klienten) verhelfen, Ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse auszudrücken und zu entwickeln auch dann oder gerade dann, wenn diese sich an den Therapeuten richten. Denn zu wissen, wie ein Bedürfnis aussieht, geht nur, wenn man eine Idee davon hat, wie die Befriedigung aussieht, so wie man einen Hunger in seiner Qualität am besten durch Art und Quantität der Nahrungsmittel charakterisiert, die zu seiner Befriedigung führen könnten.“ Das Bild des idealen Therapeuten enthält häufig Züge, die ihn nach entsprechend klärendem Gespräch erkennen lassen als eine mögliche Facette idealer Eltern, eventuell eines idealen Freundes, Ehemannes. Natürlich gibt es auch relativ „unergiebig“ Übertragungen, wie die Übertragung der Verhaltenserwartungen, die gewöhnlich an einen Arzt gestellt werden (wobei hinter diesen Stereotypen auch unerfüllte Wünsche an einen idealen Vater verborgen sein können). Manchmal bedarf es einer Klärung der Funktion von Psychotherapie im Sinne einer Propädeutik. Meist ist aber die detaillierte Ausführung der Rolle und bedürfnisbefriedigenden Funktion des idealen Therapeuten verbunden mit erkennbarem und für den Klienten innerlich spürbarem Wohlbefinden, eine Qualität, die entsteht aus der Wiederbelebung eines offensichtlich wichtigen Bedürfnisses und seiner in diesem Moment nur imaginierten Befriedigung. Durch dieses Vorgehen werden die thematisierten Wünsche und auch das Streben nach deren Erfüllung als berechtigt anerkannt. Diese Anerkennung erfolgt völlig unabhängig von der Realisierbarkeit. Vermieden wird die sonst unvermeidliche Wiederholung der alten Zurückweisung, die Verfestigung des inneren Verbotes bestimmte Wünsche, Phantasien zu haben. Es empfiehlt sich den Klienten die Wichtigkeit der Wiederbelebung von verborgenen und vergessenen Wünschen für die Wiederbelebung des Selbst zu erläutern und ihnen dadurch nicht nur die Erlaubnis zu geben, diese im therapeutischen Kontext zu äußern, sondern sie geradezu dazu zu ermuntern unabhängig davon, wie unsinnig sie dem Klienten schon bei der ersten inneren Wahrnehmung erscheinen mögen.

Wenn solche vitalen Bedürfnisse (z.B. die nach Orientierung, Halt, Erlaubnis, Schutz, Grenzen etc.) deutlich geworden sind und ebenso, dass sie nicht wirkungsvoll oder im langfristigen Interesse an den Therapeuten zu knüpfen sind, bleibt die Frage, wohin mit diesen Bedürfnissen. Wenn es sich um Wünsche handelt, die realistisch gerichtet werden können an einen Menschen (oder ein anderes beseeltes Wesen) im gegenwärtigen Le-

benskontext (also z.B. an einen Freund, einen Sport-, Tanz-, Spiel- oder Sexualpartner, einen Kino-, Theater-, Restaurant- oder Reisebegleiter oder an ein Haustier) wird als Entwicklungsaufgabe für den Klienten deutlich die Reparatur bzw. die Entwicklung seines sozialen Netzes. Er wird sich außerhalb der Therapiesitzungen Möglichkeiten suchen, Menschen kennen zu lernen oder alte Kontakte zu solchen zu reaktivieren, mit denen er reden kann, von ihm bevorzugte Freizeitaktivitäten verfolgen oder eine gleichberechtigte Partnerschaft eingehen kann. Häufig stellt sich bei der gemeinsamen Betrachtung der (zunächst an den Therapeuten gerichteten und vom Idealen Therapeuten symbolisch befriedigten) Wünsche heraus, dass es sich um Wünsche einer Art handelt, die gar nicht im gegenwärtigen Lebensvollzug realistisch von einem gleichberechtigten Interaktionspartner befriedigt werden können. Das sind z.B. Wünsche deren Befriedigungsform folgendermaßen aussieht: „Ich wäre immer für Dich da“ oder „Ich wüsste besser als Du selbst, was Du brauchst“ oder „Ich liebe Dich bedingungslos“ oder „Ich wüsste, was Du Dir wünschst, wovor Du Angst hast, ohne dass Du es mir sagst“ etc..

PBSP bietet für diese Situation an, gemeinsam mit dem Klienten nach der Zeit im Leben zu suchen, der persönlichen Entwicklungsphase, in der der entsprechende Wunsch zurecht an einen äußeren Interaktionspartner zu stellen gewesen wäre, ohne den die Entfaltung dieses Teils der Seele des Klienten nicht gut hätte vonstatten gehen können. Ausgehend von der Hypothese, dass es keine unsinnigen, biologisch oder seelisch funktionslosen Wünsche, Sehnsüchte und Antriebe gibt lohnt es, den Klienten zu ermuntern, sich auf die Suche nach dem zu den offenkundig erlebten und vitalen Bedürfnissen passenden Kontext zu suchen.

Oft werden dann Phasen im Leben des Klienten ins Zentrum der Aufmerksamkeit kommen, die bisher vernachlässigt waren. Die Defizite waren bisher als Defizite in der entwicklungsfördernden sozialen Interaktion meist gar nicht bewusst.

Meist stellt sich heraus, dass entsprechende Wünsche schon früher im erwachsenen Leben vergeblich an andere Menschen gerichtet wurden wie Vorgesetzte, eine Freundin, einen Ehemann etc. (s.u.). Sie wurden sozusagen bei der „falschen Bank“ investiert. PBSP geht davon aus, dass Bedürfnisse, die zu bestimmten entwicklungsbezogenen Zeiten im Leben aufgrund der genetischen Struktur des Menschen durch eine hinreichend befriedigende Interaktion mit den wesentlichen Beziehungspersonen befriedigt werden müssen, solange ihrer Befriedigung harren, bis diese erfolgt. Sie können nicht einfach vergessen oder übergangen werden. Denn erst nach ihrer adäquaten Befriedigung durch andere kann sich die Fähigkeit des Ich herausbilden, für die Bedürfnisbefriedigung selber Sorge zu tragen. Alle Bedürfnisse müssen zudem erst in einer „handfesten“, wörtlich zu nehmenden Form erfüllt worden sein, bevor der Übergang zu einer symbolischen Befriedigung möglich ist. Die Bankenmetapher sorgt dafür, dass gerade (z.B. in der Übertragung auf den Therapeuten) aufkeimende Wünsche und Sehnsüchte als wertvolles Kapital geschätzt werden, die daher sorgfältig zu bewahren sind und für deren richtige Anlage der Klient gemeinsam mit dem ihn unterstützenden Therapeut zu sorgen hat. Die Figuren von idealen Eltern (um die es sich meist handelt) werden damit zu einem Kristallisationspunkt, einer Matrix, in der die unerledigten Wünsche an die Welt eine strukturierte und in der weiteren Arbeit bedürfnisbefriedigende Aufnahme finden.

Wenn es in Einzelsitzungen nicht zu direkten Wünschen an den Therapeuten kommt, sondern zu Beziehungsanspielungen, die eher den Charakter eines unausgesprochenen Wunsches an den Therapeuten haben, sollten auch diese aufgegriffen werden und dechiffriert. Es kann dies ein (z.B. flehentlicher) Blick, eine Koketterie oder eine Geste sein, mit der während der Erzählung der Therapeut angefragt wird. Innere Orientierung für entsprechende klärende Fragen des Therapeuten wird oft die Gegenübertragung sein, wie dies aus anderen psychotherapeutischen Verfahren, die mit Übertragung und Gegenübertragung arbeiten, bekannt ist. Solche nonverbalen Beziehungsanfragen sollten nicht unbeantwortet bleiben, nicht unkommentiert vorbeigehen. Ob es zu solchen Beziehungsanfragen überhaupt kommt, hängt von der Möglichkeitssphäre (possibility sphere) ab, die der Therapeut

seinem Klienten anbietet. Die **Möglichkeitssphäre des Therapeuten** ist im Konzept von PBSP der von ihm selbst subjektiv geschaffene und in der Therapie dem Klienten durch seine Person angebotene Raum für Beziehungsanfragen und Beziehungsgestaltung. Dieser reicht weit in sein privates Leben hinein, macht einen wesentlichen Teil seiner authentischen Persönlichkeit aus. Nur wenn es dem Therapeuten von seiner Persönlichkeit her angstfrei möglich ist, mit Beziehungsanfragen z.B. aggressiver, erotischer, sexueller, schutzsuchender usw. Natur adäquat umzugehen, sie in seinem eigenen Leben anzunehmen oder sich von ihnen souverän abzugrenzen, kann er offen sein für entsprechendes verdecktes „Anklopfen“ des Klienten. Auf unbewusster Ebene sorgt der Therapeut auf diesem Weg dafür, ob bestimmte Themen im Klienten überhaupt wach werden oder unbewusst bleiben. Zu diesen Möglichkeiten sollte gehören, dass der Klient auch mit unausgesprochenen Wünschen und Sehnsüchten wahrgenommen wird, was nichts anderes darstellt als die natürliche Fähigkeit zu intuitivem parenting ergänzt um die Fähigkeit zur Verbalisierung.

Übertragung auf Menschen im gegenwärtigen Lebensvollzug

Ganz ähnlich wie mit Übertragungen auf den Therapeuten wird mit Übertragungen des Klienten auf Menschen im gegenwärtigen oder jüngst vergangenen Lebensvollzug (Partner, Arbeitskollegen, Vorgesetzte) umgegangen. Bei der dramatischen Ausgestaltung wird ein geliebter (positiver) von einem negativen Aspekt differenziert und ein idealer Interaktionspartner konstruiert. Bei der Auseinandersetzung mit dem negativen Aspekt geht es zunächst um die Differenzierung, was an den realen Verhaltensweisen des Interaktionspartners des Klienten steht auf der Ebene der gegenwärtigen Rollenbeziehung in einem Konflikt mit den in dieser Rollenbeziehung realistisch einzubringenden Bedürfnissen des Klienten. Solche Klärungen, die in jedem psychotherapeutischen Verfahren stattfinden müssen, lassen sich mit Hilfe des im Raum vorgestellten und sprachlich dramatisierten Gegenübers oft leichter durchführen, schon allein weil sich Informationen über die räumliche Struktur des inneren Erlebens einstellen (z.B. wenn das Gegenüber überdimensional groß abgebildet wird). Subjektive Schwierigkeiten in der Bewältigung eines ansonsten realistischen Konfliktes (z.B. um die Menge der Arbeitsbelastung) ergeben dann oft weitere Hinweise auf unbewusste Übertragungsphänomene (z.B. über das realistische Maß hinaus gehende Ängste oder Enttäuschungen).

Die Einführung des Konstruktes eines idealen Interaktionspartners (eines idealen Ehemannes, Vorgesetzten, Freundes oder Kindes) ermöglicht es - ähnlich wie die Einführung des Idealen Therapeuten - das Geflecht unerfüllter Sehnsüchte, Wünsche und Triebe auf eine wertschätzende Weise freizulegen, was meist hinter jahrelanger Unzufriedenheit, Nörgelei und stillem oder larmoyantem Rückzug verborgen liegt und in der Therapie dem Therapeuten als endloses Jammern über erlittenes Unrecht die Arbeit zur Qual machen kann. Statt seinen Klienten zu fragen, warum er sich nicht von einem solchen wenig bedürfnisbefriedigenden Partner trennt, kann er mit ihm gemeinsam den lebendigen und lebenswichtigen Bedürfnissen nachspüren, die der Klient in diese Beziehungen investiert hat und diese als ein Kapital retten, das eventuell in anderen Beziehungen besser anzulegen ist. Voraussetzung hierfür ist die körperlich vom Klienten spürbare Erleichterung, die bei symbolischer Befriedigung seiner Bedürfnisse durch den konstruierten idealen Interaktionspartner erfolgt. Ähnlich wie bei der Arbeit mit dem idealen Therapeuten wird hier dann eine Differenzierung nötig, ob es sich bei der Beziehungsstruktur mit dem idealen Interaktionspartner, der zu solcher Bedürfnisbefriedigung fähig ist, um eine Beziehungsstruktur handelt, die mit dem Status der Beteiligten (erwachsen, autonom, gleichberechtigt oder eben nicht) vereinbar ist oder nicht. Nur sehr selten muss nach solchen Klärungsarbeiten das Missverständnis ausgeräumt werden, es gäbe real in der Welt einen „idealen“ Partner, Vorgesetzten, Freund oder Sohn, mit dem es nicht zu Interessenkonflik-

ten käme oder der unverändert fortbestehenden infantilen Beziehungswünschen auf Dauer und zur Befriedigung beider Seiten standhalten könnte, auf den man nur zu warten bräuchte oder den es zu suchen oder gar vom Therapeuten herzustellen gälte („reden Sie doch mal mit meinem Mann!“).

Arbeit mit dem „geliebten Aspekt“

Gelegentlich wird auch der positive Aspekt eines Interaktionspartners aus Gegenwart oder Vergangenheit zum Gegenstand gemeinsamer Arbeit. Dabei geht es in erster Linie nicht um die Möglichkeit, sich der „Ressourcen“ bewusst zu werden, die der Klient trotz der zum jetzigen Leiden führenden Kette von negativen Ereignissen und Konstellationen gehabt hat. Häufig wird bei der Bearbeitung eines Konfliktes mit einem anderen Menschen (z.B. einem Elternteil) deutlich, dass es bei der Entfaltung dieses Konfliktes zu einer Hemmung kommt, weil der energetisch bedeutsamere Seelenanteil mit dem positiven Aspekt dieses Menschen beschäftigt ist. Dies ist eine gänzlich andere Konstellation als wenn hemmend Schuld-, Scham- oder Angstgefühle auftreten, die meist mit verbotenden, bewertenden oder warnenden inneren Stimmen in Verbindung gebracht werden können. Statt dessen ist das energetisch vorherrschende Geschehen in dem manifesten Gefühl von Liebe und Zuneigung oder in dem Bedürfnis zu erkennen, diesem Menschen in der Vergangenheit (gelegentlich auch in der Gegenwart) die eigene Liebe mitzuteilen. In einem solchen Fall empfiehlt es sich, diesen geliebten Aspekt (z.B. des Vaters) gesondert und womöglich auch an eine ganz andere Position als den davon strikt getrennten negativen Aspekt zu positionieren. Dies geschieht in der Einzeltherapie mit der Phantasie, ihn durch ein imaginiertes Gruppenmitglied spielen zu lassen, in der Gruppe direkt durch die Rollenbesetzung. Die fehlende Chance, die eigene Liebe adäquat zum Ausdruck zu bringen, kann genauso entwicklungshemmend für die Seele sein, wie die zu wenig von den Eltern erhaltene Liebe. In der Struktur dann diejenigen Bedingungen zu schaffen, die diesen Schritt im Nachhinein ermöglichen, ist heikle wie lohnende Aufgabe. Die Lösung setzt eine präzise Differenzierung voraus zwischen einerseits dem generellen Bedürfnis, Eltern gehabt zu haben, die der kindlichen Liebe würdig gewesen wären, und die auf Grund ihrer Persönlichkeitsstruktur auch in der Lage dazu gewesen wären, diese Liebe anzunehmen, und andererseits dem sehr speziellen Bedürfnis, einem in seiner Besonderheit wahrgenommenen realen Elternteil (oder sonstigen wichtigen Interaktionspartner im Leben) die Liebe zu zeigen, die eben dieser besonderen Persönlichkeit gegolten hat. Während der erste Fall mit der Einführung idealer Eltern zu einem positiven neuen Abschluss findet, bedarf der zweite Fall der Einführung des geliebten Aspektes. Um diesem dann die ihm geltende Liebe zeigen zu können bedarf es oft der vorherigen wirksamen Einführung von positiv akkommodierenden Figuren: z.B. einer, die vor dem negativen Aspekt der gleichen Person schützt (z.B. bei übergriffigem Vater, der gleichwohl in der Kindheit durch seine liebevolle Art seelisches Überleben erst möglich gemacht hat, wenn die Mutter als kalt und abweisend erlebt wurde). Oder es bedarf einer liebevoll begrenzenden Figur, die die eigenen Impulse, sich dem betreffenden Elternteil in Liebe gänzlich zu öffnen und hinzugeben oder zu seiner Rettung das eigene seelische oder leibliche Wohl bis zur Selbstaufgabe zu opfern, adäquat Grenzen setzt. Eine solche Grenzsetzung macht - wie umgekehrt bei aggressiven Impulsen - die Aneignung dieser starken, aber als bedrohlich erlebten seelischen Triebkräfte (zu lieben, zu sorgen, zu helfen) möglich, indem sie in ihrer vollen Stärke gespürt werden können bei gleichzeitiger äußerer Hilfe, die für das eigene seelische Überleben notwendigen Grenzen zu wahren. In leiblich umgesetzten Strukturen sieht dies dann so aus, daß der Klient effektiv von den dazu gewählten (meist mehrfach besetzten) liebevoll begrenzenden Figuren gehalten wird und physisch gehindert wird im geliebten Gegenüber körperlich aufzugehen oder es mit der eigenen Liebe zu erdrücken oder - bei altersbezogen inadäquaten helfenden Impulsen - diese zur Ausführung zu bringen. (Das entspricht der selbst-

verständlichen Haltung verantwortungsbewusster Eltern, ein von Liebe und Mitleid begeistertes Kind daran zu hindern, sein „letztes Hemd“ zu verschenken.)

Widmung

Diese im Jahr 2000 geschriebene und seitdem in der klinischen Arbeit weiterhin angewandte “Anleitung” widme ich Al Pessa, dessen Gedanken der Grundstock für diese Ausführungen sind. Ich verdanke meinen Begegnungen mit Al Pessa im Rahmen der bei ihm verfolgten und im Oktober 2002 mit der Zertifizierung abgeschlossenen Ausbildung in PBSP nicht nur einen Schatz handwerklichen Könnens sondern vor allem Ruhe, Gelassenheit, Vertrauen und eine tiefe Hoffnung in die Entwicklungsmöglichkeiten der menschlichen Seele, die weit über den beruflichen Rahmen hinaus mein Leben positiv verändert haben. U.W.H. Kniep

Danksagung

Dank möchte ich aussprechen allen Mitgliedern der Ausbildungsgruppe München, mit denen gemeinsam ich die Konzepte von PBSP in praktischer Arbeit erlernen durfte, J. v. Manteuffel, die mich ermutigte, dieses Manuskript fertig zu stellen, und meiner Frau Eva Engler-Kniep, die immer wieder reges Interesse sowohl an den beruflichen wie den privaten Aspekten meiner Beschäftigung mit PBSP zeigte.

Literaturverzeichnis:

- Ekman P., Friesen W.: „Handbewegungen“ in „Nonverbale Kommunikation: Forschungsberichte zum Interaktionsverhalten“. Hrsg. Scherer K.R. u. Walbott H. G.. Beltz, Weinheim 1984
- Finke J.: “Beziehung und Intervention - Interaktionsmuster, Behandlungskonzepte und Gesprächstechniken in der Psychotherapie” Thieme Stuttgart NY 1999
- Grawe K.: “Psychologische Therapie“ Hogrefe Göttingen 1998
- Izard, C.E.: „Die Emotionen des Menschen - eine Einführung in die Grundlagen der Emotionspsychologie“ Beltz -, Weinheim und Basel 1994
- Howe L: „Origins and History of Pessa System Psychomotor Therapy “ in „Moving Psychotherapy - Theory and application of Pessa System/Psychomotor Therapy” ed. by A. Pessa and J. Crandall, Brookline Books, o.O. 1991
- Moser, T, Pessa, A: „Strukturen des Unbewußten - Protokolle und Kommentare” J.G. Cotta Buchhandlung Stuttgart 1991
- Pessa A.: “Introduction to Pessa Boyden System Psychomotor” PS Press Strolling Woods 1994
- Pessa, A: „Dramaturgie des Unbewußten”, Klett-Cotta Stuttgart 1986
- Scherer K.R.: „Die vokale Kommunikation emotionaler Erregung” in „Vokale Kommunikation” Hrsg von Scherer K.R., Beltz, Weinheim 1982
- Uexküll Th. v., Fuchs M., Müller-Braunschweig H., Johnen R.: “Subjektive Anatomie - Theorie und Praxis körperbezogener Psychotherapie” Schattauer Stuttgart-NY 1994
- Weiss T., Haertel-Weiss G: „Familientherapie ohne Familie - Kurztherapien mit Einzelpatienten” Piper, München 1991

Ulrich W. H. Kniep

Arzt für Psychiatrie / Psychotherapie

Neckarstr. 2, 78727 Oberndorf

Telefon 0 74 23/8 30 50 Fax 07423 83058

E-mail: kniep.ulrich@t-online.de

Website: www.kniep-uwh.de

Integrative Gestalttherapie, Systemische Therapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Pessó-Boydén-System-Psychomotortherapie. Lehrtrainer FPI, Balintgruppenleiter. Arbeit in eigener Praxis. Einzel- Paar- und Gruppentherapie, alle Kassen, Supervision, Ausbildungsanalysen.