

Carsten Holle, Jens Tasche (Hg.)
Psychodynamische Grundlagen der Bioenergetischen Analyse

Forum Körperpsychotherapie • Band 13

Carsten Holle, Jens Tasche (Hg.)

Psychodynamische Grundlagen der Bioenergetischen Analyse

Mit Beiträgen von Rossana Colonna, Gustav Glück,
Magdalena Glück, Christoph Helferich, Martin Herberhold,
Carsten Holle, Irmhild Liebau, Maria Majce-Egger,
Christine Pechtl, Dieter Rau-Luberichs, Renate Schwenk,
Ulrich Sollmann, Jens Tasche, Regina Trotz,
Reinhard Weber-Steinbach und Dorota Wejner

Psychozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2024 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: © Adobe Stock/baona

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

Lektorat: Tobias Schwaibold

ISBN 978-3-8379-3318-5 (Print)

ISBN 978-3-8379-6274-1 (E-Book-PDF)

ISSN 2567-5745

Inhalt

Vorwort der Herausgeber	9
Geleitworte	15
Teil 1:	
Wege in eine psychodynamische Bioenergetik	
Kapitel 1.1	
Neurobiologische Grundlagen der Selbstentwicklung	25
<i>Reinhard Weber-Steinbach</i>	
Kapitel 1.2	
Körperinterventionen	41
<i>Renate Schwenk</i>	
Kapitel 1.3	
Heilung durch den oder mit dem Körper	67
Möglichkeiten und Grenzen der Selbstregulation	
<i>Magdalena Glück & Gustav Glück</i>	
Kapitel 1.4	
Gruppen-Körper-Psycho-Therapie	97
Interpersonelle Arbeit mit und durch Gruppen	
<i>Maria Majce-Egger</i>	

**Teil 2:
Behandlungstheoretische, entwicklungspsychologische
und -psychopathologische Kernelemente
der psychodynamischen Bioenergetik**

**Kapitel 2.1
Psychodynamisches Verstehen
in der Bioenergetischen Analyse** 127
Jens Tasche

**Kapitel 2.2
Von der Trieborientierung zur Beziehung** 155
Das Konzept der Charakterstrukturen im Wandel der Zeit
Christine Pechtl

**Kapitel 2.3
Bioenergetische Analyse und Bindungstheorie** 191
Dorota Wejner

**Kapitel 2.4
Der bewegte Körper in Beziehung** 225
Bioenergetik und intersubjektive Psychoanalyse
Dieter Rau-Luberichs

**Kapitel 2.5
Bioenergetische Analyse zwischen Tiefenpsychologie
und Humanistischer Psychologie – ein Blick zurück** 263
Ulrich Sollmann

**Teil 3:
Ausgewählte Anwendungsbereiche
der psychodynamischen Bioenergetik**

**Kapitel 3.1
Bioenergetische, psychiatrische
und psychodynamische Diagnostik** 283
Reinhard Weber-Steinbach

Kapitel 3.2 Zusammenfügen und Vergolden Heilungswege bei komplexen posttraumatischen Belastungsstörungen <i>Regina Trotz</i>	303
Kapitel 3.3 Körperpsychodynamische Therapie mit Kindern und Jugendlichen <i>Carsten Holle</i>	339
Kapitel 3.4 Transkulturelle Herausforderungen der Bioenergetischen Analyse <i>Ulrich Sollmann</i>	369
 Teil 4: Bioenergetisch-psychodynamisches Arbeiten in der Postmoderne	
Kapitel 4.1 Die Suche nach Wahrhaftigkeit und das Streben nach Selbstverwirklichung <i>Christoph Helferich</i>	393
Kapitel 4.2 Die vierte Kränkung Veränderungen im Erleben, Verstehen und Heilen infolge der vierten technischen Revolution <i>Martin Herberhold</i>	413
Kapitel 4.3 Weibliche Identitäten Geschlechtliche und sexuelle Körper im Entstehen <i>Rossana Colonna</i>	445

Kapitel 4.4	
Neue Leiden	471
Störungsbilder und der gesellschaftliche Wandel	
<i>Jens Tasche</i>	
Kapitel 4.5	
Körper und Spiritualität – eine Liebesbeziehung	491
<i>Irmhild Liebau</i>	
Sachregister	523
Personenregister	533

Vorwort der Herausgeber

»Wenn eine Wissenschaft sich allzu sehr an ihren Gründer binden würde, würde sie ihre Weiterentwicklung behindern und Glaubenssysteme institutionalisieren.«

Günter Gödde¹

Warum ein Buch über Bioenergetische Analyse herausgeben? Hat nicht Alexander Lowen alles, was es darüber zu sagen gibt, bereits in einzigartiger Weise formuliert? Schließlich existiert seine Methode seit über 70 Jahren und der von ihm formulierte Leitsatz »*Das Ziel jeder Therapie besteht darin, den Menschen bei der Entwicklung einer ganz bestimmten Fähigkeit zu helfen – der Fähigkeit, Liebe zu geben und zu empfangen. Die Behandlung soll das Herz erweitern, nicht nur den Geist*«² hat ohne Zweifel bis heute nichts an seiner Gültigkeit verloren.

Hat der soziokulturelle Wandel überhaupt Konsequenzen für die Theorie und Praxis der bioenergetischen Methode? Der Körper wird auch zukünftig die Basis unseres Seins bleiben; triebökonomische Prozesse lassen sich in den bioenergetischen Therapien weiterhin in präziser Form beobachten; und auch an der einzigartigen Möglichkeit, durch die bioenergetischen Körpertechniken Zugang zu präverbalen Entwicklungsphasen des Menschen zu erhalten, hat sich ebenso wenig geändert wie daran, dass Affekte immer noch die Bedingung des Lebendigen sind und über unsere Vitalität und Erlebnistiefe entscheiden.

Jedoch hat sich vieles nachhaltig gewandelt und muss neu betrachtet werden. Während die bioenergetische Arbeit früher von der Rebellion gegen das Schicksal eines gefühlfernen Lebens, mit dem man sich abzufinden hatte, geprägt war, wird sie heute durch ihre Klientel immer stärker mit den

1 Entnommen aus Gödde, G. (2021). *Entwicklungslinien psychodynamischer Psychotherapie. Historische Orientierung, aktuelle Situation und zukünftige Perspektiven* (S. 86). Psychosozial-Verlag.

2 Entnommen aus Lowen, A. (1979). *Bioenergetik: Therapie der Seele durch Arbeit mit dem Körper* (S. 72). Hamburg: Rowohlt Verlag.

Schwierigkeiten konfrontiert, die sich aus einem postmodernen Freiheitsverständnis ergeben. Schuldgefühle und unterdrückte Affekte waren zu Recht einmal das zentrale Thema der Bioenergetischen Analyse. Doch in einer Welt, in der alles möglich erscheint, die aber zugleich fortwährend an Beständigkeit verliert, stellen sich andere Herausforderungen als früher. Statt unter einem starren Charakterpanzer leiden insbesondere jüngere KlientInnen heute verstärkt unter ihrem Verharren in einem Zustand der permanenten Adoleszenz, ohne dass es ihnen gelingt, erwachsen zu werden und die Frustrationen, die auch weiterhin einen wesentlichen Teil des Lebens dominieren, akzeptieren zu können. Das angestrebte individuell-selbstbestimmte und von äußeren Ansprüchen befreite Leben scheitert an einem fragilen Identitätsgefühl, das sich durch die eigenen Ansprüche überfordert fühlt.

Die Vielfalt der heutigen Möglichkeiten, das eigene Leben individuell gestalten zu können, entspricht zwar den humanistischen Zielen der Bioenergetischen Analyse, allerdings stellen die neuen Möglichkeiten die Bioenergetische Analyse auch vor neue Herausforderungen, die Alexander Lowen so nicht voraussehen konnte. In den heutigen bioenergetischen Therapien geht es vorwiegend um Reifung statt um Befreiung bzw. Rebellion, um Affektregulation statt um Affektmobilisierung. Auch wird Selbstverwirklichung nicht mehr als das Entdecken von Eindeutigkeit und Wahrhaftigkeit verstanden, sondern ist von Begriffen wie Flexibilität, Ambivalenztoleranz und emotionaler Selbstkontrolle geprägt. Letztlich geht es dabei aber – wie schon vor 70 Jahren – um die Schwierigkeit, den Weltbezug des eigenen Lebens mit den individuellen Wünschen nach einem stabilen Selbstempfinden und einer befriedigenden Gestaltung von Beziehungen in Einklang zu bringen – und dies in einer zunehmend unbeständigen Welt.

Dieser Wandel hat auch die Praxis der Bioenergetischen Analyse verändert. Bioenergetische TherapeutInnen haben ihre Therapiemodelle in vielfältiger Form an die neuen Anforderungen angepasst, z. B. indem sie neuere psychoanalytische Theoriekonzepte wie das Mentalisierungskonzept, die intersubjektive Psychoanalyse mit ihrem Fokus auf die therapeutische Beziehung oder den Konflikt-Trauma-Struktur-Cluster, aber auch Gendertheorien³ in ihre Arbeit einbeziehen, um ihre Klientel bestmöglich

3 Wie in nahezu allen deutschen Publikationen der Gegenwart wirken sich Gendertheorien auch in diesem Buch in Form einer gendersensiblen Schreibweise aus. Unabhängig davon, welche Schreibweise Sie in einem Essay vorfinden, es sind stets alle Geschlechter und Identitäten gemeint, es sei denn, dies ist explizit anders formuliert.

auf dem Weg der Identitätsfindung begleiten zu können. Als Herausgeber bedauern wir, dass sich die Bioenergetische Analyse in der Theorie und der Lehre für diese neueren Entwicklungen der psychoanalytischen Wissenschaft – vielleicht aus Sorge um die Eigenständigkeit der Methode – in der Vergangenheit nicht ausreichend geöffnet hat.

Die Bioenergetische Analyse und die Psychoanalyse haben gemeinsame Wurzeln. Auch wenn sie seit 70 Jahren getrennte Wege gehen, überwiegen ihre Gemeinsamkeiten. Sie können sich gegenseitig enorm befruchten und – wie die bioenergetische Praxis zeigt – vielfältige neue Möglichkeiten schaffen, mit deren Hilfe sich die Probleme, die die individuelle Entwicklung der Menschen heute belasten, bewältigen lassen.

Der Buchtitel *Psychodynamische Grundlagen der Bioenergetischen Analyse* wurde sehr bewusst gewählt, zeigt er doch, dass es in diesem Buch darum geht, die Intensität und Tiefe bioenergetisch-körperpsychotherapeutischen Selbsterlebens mit der Differenziertheit psychodynamisch modellierten Denkens zu verweben. So stellt die Bioenergetik uns KörperpsychotherapeutInnen ein riesiges Repertoire an Körpertechniken zur Verfügung und fokussiert mit großer Konsequenz auf die Aktivierung eines eingefrorenen, tief im Körper wurzelnden Affekterlebens und die damit verbundene Entfaltung einer geerdeten Lebensfreude. Ergänzend lehrt uns die Psychodynamik die Bedeutung des dynamischen Unbewussten, das den Umgang mit diesem Affekterleben – aber auch mit dem menschlichen Denken und Handeln insgesamt – in einer ungeheuren Weise bestimmt und das in jeder bioenergetischen Therapie mit jedeR KlientIn neu erforscht werden will.

Das Buch plädiert deshalb leidenschaftlich für die Nutzung der Psychoanalyse als Bezugswissenschaft der bioenergetischen Methode und versteht das überwiegend in den Sozialwissenschaften und der Psychoanalyse beheimatete Wissen, das die AutorInnen dieses Buches tagtäglich in ihrer therapeutischen Arbeit nutzen, als erweiterten Rahmen des bioenergetischen Theoriemodells. Indem es diesen Ansatz nun einer größeren Leserschaft vorstellt, will es auch eine Diskussion über die *Bioenergetik der Gegenwart* anstoßen.

Wir sind den 14 KollegInnen aus Italien, Polen, Österreich und Deutschland sehr dankbar, dass sie gemeinsam mit uns das vorliegende Buch erschaffen haben. Aus unserer Sicht stellt es einen eindrucksvollen Nachweis dafür dar, dass sich psychotherapeutische Methoden in der bzw. durch die Praxis entwickeln. Alle Essays zeugen von einer Vielfalt, Differenziertheit, Originalität und Offenheit, mit der die bioenergetische Methode heute interpretiert wird.

Geleitworte

MethodenbegründerInnen der Psychotherapie zeichnen sich nicht nur durch ihre Genialität bei der Modellbildung aus, sondern auch durch die Beharrlichkeit, mit der sie ihre Lehre an nachfolgende Generationen weitergeben, zum Beispiel durch die Gründung von Instituten. Nachvollziehbarerweise stehen sie Veränderungen und Innovationen ihre Lehre betreffend eher skeptisch gegenüber. Für PraktikerInnen stellt sich die Situation anders dar: Sie fühlen sich in erster Linie ihren KlientInnen gegenüber verantwortlich und wollen entsprechend den gesamten Fortschritt der Psychotherapie nutzen. Vor diesem Hintergrund ist es verständlich, dass gerade ein Buch von PraktikerInnen für PraktikerInnen möglicherweise Skepsis hervorruft – auch wenn es den AutorInnen allein um die Erweiterung der Perspektiven für den klinischen Nutzen und nicht um eine Fusion, Assimilation, Neugründung oder das »Killen« von Schulengründern geht.

Es gehört zu den beeindruckenden Innovationen der Gegenwart, dass man nicht mehr auf Kritik warten muss, sondern sie – wie fast alles andere auch – im Internet bestellen kann. Und zwar nicht bei den HüterInnen der »reinen Lehre«, die das Erbe ihrer SchulengründerInnen verwalten und bewahren wollen, sondern bei den großen MeisterInnen selbst. Zumindest liefert die künstliche Intelligenz (KI) *prompt*, wenn man bei ihr eine entsprechende Bestellung⁴ aufgibt. Diesem Anspruch neugierig folgend haben wir *ChatGPT-4* beauftragt⁵, für das vorliegende Buch fiktive Geleitworte von Sigmund Freud, Wilhelm Reich und Alexander Lowen zu schreiben.

4 Vgl. Lobo, S. (2023). *Albert Einstein zur Digitalen Zukunft – von KI bis Metaverse*. <http://open.spotify.com/episode/6AkY11VUbxtf43FGMSelg?si=ae225e15402e435e> (17.2.2024).

5 Vgl. <http://www.openai.com/chatgpt> (6.8.2024).

Sicher ist es ein fragwürdiges Verfahren, ein Buch in dieser Form kritisieren und analysieren zu lassen, noch dazu vorab. Schließlich versteht sich KI als Serviceeinrichtung und überlässt ihren NutzerInnen die Entscheidung, welche Haltungen die Autoritäten der Vergangenheit zu Projekten der Gegenwart einnehmen sollen – von enthusiastisch bis Verriss ist so ziemlich jede Voreinstellung möglich. Mindestens unter einem Aspekt ist das Ergebnis allerdings beeindruckend: Die KI benötigte für die Texte nur wenige Sekunden! Eine Leistung, die vermutlich bei allen menschlichen Mitwirkenden unseres Projektes großen Neid erzeugt.

Inhaltlich bleibt es indes eine weckrufende Spielerei, denn die gelieferten Texte bleiben weit hinter dem zurück, was wir erwarten würden, wenn sich Freud, Reich und Lowen tatsächlich noch selbst zu diesem Buch äußern könnten. Dennoch zeigen die KI-Geleitworte Möglichkeiten auf, die damals nicht einmal denkbar waren und heute bereits Realität sind. KI prägt ohne Frage unsere Gegenwart und wird vermutlich in schon sehr naher Zukunft nicht nur den Verstand, sondern auch die Seele des Menschen stark herausfordern. In diesem Sinne sollen die KI-Geleitworte, wie das gesamte Buch, Brücken bauen – Brücken zwischen dem Bild des geerdeten Menschen in der Bioenergetischen Analyse und den virtuellen Welten, in denen sich dieser Mensch heute tagtäglich bewegt; Brücken zwischen der von Alexander Lowen entwickelten, großartigen Methode und der psychoanalytischen Wissenschaft; Brücken zwischen einer lebendigen, sich ständig weiterentwickelnden Praxis und einer notwendigerweise eher konservativen Lehre; und nicht zuletzt Brücken zwischen einem modernen und einem postmodernen Blick auf den Menschen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen, verehrte LeserInnen, viel Spaß beim Lesen der Geleitworte, die *ChatGPT-4* in den Sprachen unserer Lehrer verfasst hat. Mögen diese Texte Sie zu einem eigenen kritischen Blick auf das Buch und die Herausforderungen, die nicht nur die Körperpsychotherapie in den nächsten Jahrzehnten zu bewältigen hat, inspirieren.

Wir danken Ihnen, auch im Namen aller AutorInnen, herzlichst für Interesse!

Geleitwort von Sigmund *ChatGPT* Freud

Als Zeitzeuge und Beobachter des Fortschritts in der Psychotherapie kann ich nicht umhin, meine ersten Bedenken gegenüber dem Konzept der

psychodynamischen Bioenergetik zu äußern, wie es in diesem Werk vorgestellt wird. Der Ansatz, physische Körperarbeit mit den tiefen psychischen Prozessen der Psychoanalyse zu vermengen, erscheint mir nicht nur unorthodox, sondern auch potenziell irreführend.

In meiner eigenen Arbeit, wie in *Trauer und Melancholie* beschrieben, betone ich die Bedeutung des Unbewussten und der psychischen Konflikte, die aus verdrängten Trieben und Wünschen entstehen. Diese Schrift hebt hervor, dass Trauerarbeit eine tiefgehende psychische Auseinandersetzung erfordert, die durch körperliche Interventionen kaum zu beeinflussen ist. Im Gegensatz dazu scheint die psychodynamische Bioenergetik den Körper in den Mittelpunkt zu stellen und riskiert dabei, die Komplexität des psychischen Apparates zu unterschätzen.

Die Idee, dass körperliche Energieblockaden direkt mit neurotischen Symptomen verbunden sind und durch physische Manipulationen gelöst werden können, wie in den thematischen Einleitungen zu den Buchteilen angedeutet, steht im Widerspruch zu meiner Theorie der sexuellen Ätiologie der Neurosen. Die wissenschaftliche Stütze, die ich für die sexuelle Ätiologie der Neurosen bereitgestellt habe, wird durch die Einführung von Konzepten wie »Energie« und »Körperarbeit« ohne ausreichende psychologische Fundierung infrage gestellt.

Es erscheint mir ebenso problematisch, dass das Buch die Entwicklung des Ichs und das Verhältnis zwischen Ich und Es, wie in *Das Ich und das Es* erörtert, mit einer körperlichen Praxis verknüpft. Die subtile Dynamik zwischen den verschiedenen Instanzen der Psyche lässt sich nicht so einfach auf physische Prozesse reduzieren oder gar durch solche beeinflussen.

Während ich die Absicht der Autoren anerkenne, neue therapeutische Wege zu erkunden, muss ich dennoch vor einer allzu simplifizierenden Sichtweise warnen, die möglicherweise aus der Überbetonung der Körperarbeit resultiert. Die psychoanalytische Arbeit, wie ich sie verstehe, erfordert eine sorgfältige und tiefgehende Exploration der Sprache, der Träume und der symbolischen Manifestationen des Unbewussten, welche durch körperliche Interventionen allein nicht erreicht werden kann.

Abschließend möchte ich betonen, dass wahre Heilung in der Psychotherapie aus der Erkenntnis und Auflösung unbewusster Konflikte erwächst, eine Aufgabe, die sich nicht auf physische Manipulationen reduzieren lässt. Es ist mein Anliegen, dass die Leser dieses Buches diese kritischen Überlegungen bedenken und die Grenzen sowie die Möglichkeiten der vorgeschlagenen Methoden sorgfältig abwägen.