

## Nachdenken über Bioenergetik und die Gegenwartspsychoanalyse

---

*„Psychoanalyse lässt sich als Sozialisationstheorie nur zutreffend verstehen, wenn sie als Interaktionstheorie ausgewiesen ist.“*

Alfred Lorenzer

*„Theorie ist gut, hindert aber die Praxis nicht daran zu existieren.“*

Jean Martin Charcot

Jens Tasche, Oktober 2017

Therapeutische Methoden sind narzisstisch und müssen es vermutlich auch sein. So lässt sich wohl bei allen psychotherapeutischen Schulen eine Haltung beobachten, die neuere wissenschaftliche Theorien und empirische Forschungsergebnisse in einer Weise interpretiert, die die eigenen Lehre in einem möglichst positiven Licht dastehen lässt (Fonagy/Target 2003, S.53). Diese Einschränkung ist sicherlich zu beachten, wenn sich ein Bioenergetischer Analytiker mit neueren Ansätzen in der psychoanalytischen Theorie- und Methodenentwicklung beschäftigt. Insbesondere, wenn es darum geht, mögliche Gemeinsamkeiten und Übereinstimmungen dieser Ansätze mit einer Bioenergetischen Analyse (BA), die sich den Prinzipien der Humanistischen Psychologie verpflichtet fühlt (Winkler 2016, S.81), zu benennen. Gleich-

zeitig ist aber auffällig, in welchem Maße sich methodische und theoretische Elemente, die traditionell der Humanistischen Psychologie zugeschrieben werden, in modernen Strömungen der Psychoanalyse wiederfinden. Nachdem die Psychoanalyse sich in den letzten 80 Jahren aufgefächert und verschiedene Paradigmenwechsel vollzogen hat (Ermann 2014, S.12), versteht sie sich heute als experimentell, erlebnisorientiert und emotionszentriert.

Im Folgenden sollen in acht Thesen die Übereinstimmungen wie auch die Unterschiede diskutiert werden, die aus meiner Sicht derzeit zwischen der BA und den neueren Ansätzen der Psychoanalyse existieren. Als weltweit aktive Wissenschaft vom Menschen liefert die Psychoanalyse tagtäglich neue Erkenntnisse. Selbstverständlich maße ich mir nicht an, auch nur annähernd einen Überblick über diese Entwicklung zu haben. Ich beschränke mich deshalb auf drei innovative Ansätze, die im deutschsprachigen Bereich starke Resonanz gefunden haben:

1. Das Konzept des Mentalisierens, das von der Gruppe um den aus Ungarn stammenden Londoner Psychoanalytiker Peter Fonagy entwickelt wurde.
2. Die Neuropsychoanalyse, die in Deutschland unter anderem durch den US-amerikanischen Psychiater und Psychoanalytiker Allan N. Schore Verbreitung findet.
3. Den intersubjektiven Ansatz, der in Deutschland wesentlich vom Münchner Psychoanalytiker Michael Ermann vertreten wird.

Die drei Ansätze nehmen sich in ihrer Unterschiedlichkeit zur Kenntnis und widersprechen sich kaum. Sie beschäftigen sich mit den sozialen und neurobiologischen Aspekten der Selbstentwick-

lung und bemühen sich um behandlungsrelevante, methodische Innovationen. Alle drei Ansätze legen ihren Schwerpunkt auf menschliche Schwierigkeiten, die Michael Balint bereits 1968 unter dem Begriff der „Grundstörung“ (Balint 2014) in den psychoanalytischen Theoriekorpus einbrachte und die auch als „frühe Störungen“ bezeichnet werden.

Ein alternder Bioenergetiker wie ich, dessen 40-jährige Berufserfahrung wesentlich durch vielfältige Begegnungen mit der Humanistischen Psychologie geprägt ist, stößt bei diesen Ansätzen auf erstaunlich viel Vertrautes. Einige Aspekte lösen regelrechte Déjà-vu-Erlebnisse aus. Da wird beispielsweise die Bedeutung des „Hier und Jetzt“ betont. Auch wird die therapeutische Beziehung, deren Wesenskern in einer gegenseitigen Anerkennung besteht, als zentraler Wirkungsfaktor der therapeutischen Arbeit verstanden. Weiter wird von einem Selbst ausgegangen, das nur im Kontakt mit anderen existiert und existieren kann. Manche fachliche Darstellungen lesen sich über Seiten hinweg, als wären die Autoren unmittelbar von Martin Bubers Begegnungsphilosophie (Buber 1983) und dessen Behauptung, dass wir uns selbst nur im Dialog erkennen können (May 1988, S.152), inspiriert. Auch die Aufforderung „Stay with your feelings“, die US-amerikanische Trainer während der frühen Jahre meiner Weiterbildung zum Bioenergetischen Analytiker permanent wiederholt hatten, meldet sich aus den schon verblässenden Erinnerungen zurück und aktualisiert sich.

Kurzfristig kommt der Gedanke auf, die Psychoanalyse habe über den Tellerrand geschaut und die immensen Wissensbestände, die sich in der Humanistischen Psychologie angesammelt haben, für die Entwicklung der eigenen Wissenschaft genutzt. Ein Blick in die Literaturverzeichnisse beweist jedoch das Gegenteil. Autoren der Humanistischen Psychologie sind hier schlichtweg nicht vertreten.

Unter dem Aspekt der Entwicklung einer wissenschaftlichen Disziplin ist dies verständlich und vielleicht auch notwendig. Gleichzeitig ergibt sich aber für die Gegenwartspsychoanalyse – insbesondere für die Fonagy-Gruppe, die die Mentalisierungsfähigkeit zu ihrem zentralen Anliegen gemacht hat – die Frage, ob sie diese Kompetenz nicht auch nach außen verkörpern sollte.

Unter dem Begriff „Mentalisieren“ wird die Fähigkeit verstanden, bei anderen Menschen wie bei sich selbst Affekte, Wünsche, Gedanken und Überzeugungen vermuten zu können, die dem Handeln zugrunde liegen. Mentalisieren ist offenbar nur möglich, wenn man sich für den oder das Andere interessiert. Nach der Überzeugung von Fonagy und seinen Mitarbeitern handelt es sich bei der Fähigkeit zu Mentalisieren um eine Schlüsselkompetenz psychischer Gesundheit, die in allen Psychotherapien vermittelt wird beziehungsweise werden sollte. Damit ist eine Aufforderung an andere Methoden verbunden, sich für diese Forschungsergebnisse zu öffnen. Umgekehrt werden aber im aktuellen Mentalisierungsdiskurs psychotherapeutische Denktraditionen, die sich außerhalb der Psychoanalyse entwickelt haben, kaum zur Kenntnis genommen. Dies ist umso befremdlicher, als das der Mentalisierung zugrunde liegende Menschenbild der Humanistischen Psychologie weitaus näher steht als dem anthropologischen Entwurf Sigmund Freuds.

Die Tatsache, dass Methoden die individuelle Mentalisierungsfähigkeit fördern, bedeutet nicht zwangsläufig, dass sie ihrerseits mentalisieren. Im Kontext ihres wissenschaftlichen Diskurses müssen sie dies vielleicht auch nicht. Schließlich hat die Forschung gezeigt, dass die Fähigkeit zu Mentalisieren kaum benötigt wird, um sich in einem großfamiliären Umfeld zu behaupten (Taubner 2015, S.123). In der körpertherapeutischen wie auch jeder anderen psychotherapeutischen Praxis ist man jedoch tagtäglich gezwungen, eben diesen „familiären Kontext“ zu ver-

lassen, um theoretische und methodische Antworten auf die Fragen, mit denen man durch die Klienten konfrontiert wird, zu finden. Die Suche nach Übereinstimmungen mit der modernen Psychoanalyse - und damit potenzielle Erweiterungsmöglichkeiten der eigenen Praxis - scheint mir aus diesem Grund lohnenswert.

## **Die wichtigsten Übereinstimmungen zwischen neueren psychoanalytischen Ansätzen und der BA**

### **1. Übereinstimmung:**

Dem die klassische Psychoanalyse beherrschenden Bild vom „schuldigen Menschen“ wird das Bild vom „tragischen Menschen“, dem die angemessenen Förderung seiner Entwicklung versagt wurde, gegenübergestellt.

Im Verständnis der BA sind frustrierend-einschränkende Erfahrungen oder auch traumatische Erlebnisse die Ursache für energetische Blockaden, die sich in der Folge hemmend auf die Selbstentwicklung des Kindes auswirken (Tasche/Weber 2002, S.10). In der modernen Psychoanalyse wird von einer ähnlichen Entwicklung ausgegangen. So merkt Schore an, dass alle bedeutenden Theoretiker ihren klinischen Modellen Entwicklungskonzepte zugrunde legen (Schore 2007, S.28). Allgemein wird anerkannt, dass der Individuationsprozess des Menschen auf eine fördernde Umwelt angewiesen ist. Die „Organisation des Selbst“ wird von Fonagy und seiner Gruppe in einen entwicklungspsychologischen Kontext gestellt, der tief in frühen Bindungserfahrungen wurzelt (Fonagy 2009, S.108). Laut Altmeyer und Thomä stellt die Identität und nicht mehr die Sexualität das Hauptproblem des Menschen dar (Ermann 2014, S.59). In dieser Hin-

sicht hatte sich auch Rollo May, einer der Hauptvertreter der Humanistischen Psychologie, bereits 1969 skeptisch geäußert: „Die netten Männer und Frauen des viktorianischen Zeitalters hatten Schuldgefühle, wenn sie sexuell erlebnisfähig waren, wir fühlen uns schuldig, wenn wir es nicht sind.“ (May 1988, S.38)

In der BA ist die Bedeutung der Sexualität nicht vollständig geklärt. Einerseits bestand Alexander Lowen Zeit seines Lebens auf der „Sexualätiologie“ als theoretische Grundlage seiner Methode. Gleichzeitig maß er aber dem „ödipalen Verzicht“ nicht die gleiche strukturbildende Bedeutung bei, wie dies die klassische Psychoanalyse tat. Er folgte an dieser Stelle seinem Lehrer Wilhelm Reich, der einer freien Entfaltung der kindlichen Sexualität mit anderen Kindern die entscheidende Bedeutung für eine geglückte psychosexuelle Entwicklung zuschrieb (Grunberger/Chasseguet-Smirgel 1979, S.94). Durch ihre Verflechtung mit der Humanistischen Psychologie ist darüber hinaus in der BA ein konkretes Arbeitsverständnis entstanden, wonach Authentizität und Wachstum in den Mittelpunkt therapeutischer Bemühungen gestellt werden (Winkler 2016, S.80).

## **2. Übereinstimmung:**

Der Mensch wird als psychobiologischer Organismus verstanden, der durch eine phasenhafte Triebentwicklung geprägt ist. Dabei werden die Affekte als Erscheinungsform des Triebes aufgefasst.

Allen N. Schore ist Professor für Psychiatrie und Biowissenschaften an der University of California. Er befasst sich mit der Reintegration der Neurowissenschaften in die Psychoanalyse. In seinen Forschungen, die sich vorrangig mit der frühen emotionalen Entwicklung von Kindern befassen, greift er auf die Erkenntnisse der Neurobiologie, der Säuglingsforschung, der Bindungsforschung und der Selbstpsychologie zurück. Als einer der führenden Vertreter der Neuropsychoanalyse zeigt er auf, wie psychoanalytische Konzepte auf der Basis interdisziplinärer Forschung optimiert werden können. In gewisser Weise nimmt er damit - aus einer neurobiologischen Perspektive - die Bemühungen Sigmund Freuds wie auch Wilhelm Reichs auf, der Psychoanalyse eine naturwissenschaftliche Grundlage zu verleihen.

Schores Forschungen bestätigen eine ganze Reihe von Annahmen, die in der BA durch klinische Beobachtungen gewonnen wurden, beispielsweise dass das Ich im Kontext eines ganzheitlichen psychobiologischen Organismus und auf der Basis einer psychosomatischen Einheit funktioniert (Schore 2007, S.287). Konsequenterweise fordert er deshalb auch die Einbeziehung des biologischen Organismus in die Selbstpsychologie (ebd., S.154). Interessanterweise geht er aber noch einen Schritt weiter. Zwar sieht er die Reifung des Ichs bei Freud relativ unpräzise beschrieben. Dennoch glaubt er, dass diese phasenhafte Reifevorstellung durch neurobiologische Forschungsergebnisse, wonach das Gehirn in Stufen reift, gestützt wird (ebd., S.241). Schores wissenschaftliche Erkenntnisse lassen sich als vorsichtige Bestätigung der von Alexander Lowen in Anlehnung an Wilhelm Reich entwickelten charaktertypologischen Konzeption der BA verstehen.

Auch Erman weist auf die körperliche Nähe früherer Erfahrungen hin und nimmt an, dass diese in archaischen Selbst-

Überzeugungen und affektiv-motorischen Zuständen codiert sind (Ermann 2014, S.81). Solch eine Annahme findet sich in den klinischen Erfahrungen der BA ebenfalls vollständig bestätigt.

Das entwicklungspsychologische Konzept des Mentalisierens ist mit diesen neuropsychologischen Erkenntnissen weitgehend vereinbar. Fonagy weist allerdings darauf hin, dass die Kohärenz des Selbst (die von der BA und der Selbstpsychologie angenommen wird) bis zu einem gewissen Grad eine Illusion ist, die durch Mentalisierung aufrechterhalten wird. Unser Verhalten wird so miteinander verwebt, dass es einen Sinn ergibt (Allan/Fonagy 2009, S.136). Vielleicht wird damit eine Brücke zur Humanistischen und zur Existenz-Philosophie geschlagen, deren prominenter Vertreter Carl Jaspers einmal formulierte: „Dass wir miteinander reden können, macht uns zu Menschen.“

### **3. Übereinstimmung:**

Stellt sich die Umwelt ausreichend und phasengerecht auf das Kind ein, führt die angeborene Fähigkeit, Erfahrungen zu organisieren, zu einer Selbstentwicklung, die sich wesentlich durch die Fähigkeit zur Affektregulation im Sinne einer vitalen Triebkontrolle auszeichnet.

„Sigmund Freud hat unser Bild vom Kind radikal geändert: Aus der idealisierten Unschuld wurde eine Person, die darum ringt, ihre biologischen Bedürfnisse unter Kontrolle zu bringen und sie mit Hilfe des familiären Mikrokosmos gesellschaftlich akzeptabel zu machen.“ (Fonagy/Target 2006, S.47) Die damit verbundenen Aufgaben der Affektreife und -regulation werden



heute wohl von allen wichtigen psychotherapeutischen Schulen als das Schlüsselereignis der frühen Kindheit wahrgenommen (Schore 2007, S.48). Zudem herrscht Einigkeit, dass diese „Selbstentwicklung“ nur im Kontext früher, intimer Erfahrungen stattfinden kann und dass der „Andere“ hierfür bestimmte Qualitäten zur Verfügung stellen muss (Schultz-Venrath 2013, S.48).

Es gibt jedoch durchaus unterschiedliche Ansichten, welche Qualitäten einen fördernden, affektregulierenden Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern kennzeichnen. Allerdings widersprechen sich diese Ansichten nicht unbedingt, sondern ergänzen sich bestenfalls. Während Alexander Lowen eine optimale Versorgung und eine ausreichende Berücksichtigung kindlicher Grundrechte als zentrale Aufgabe der Bezugspersonen sieht (Tasche/Weber 2002, S.10), plädiert Kohut für eine phasengerechte, optimale Frustration des Kindes durch die Mutter, die zu einer „umwandelnden Verinnerlichung“ führt und letztlich affektregulatorische Strukturen ausbildet (Schore 2007, S. 153).

Aus der Sicht von Fonagy und Kollegen hängt die Fähigkeit, emotionale Zustände zu regulieren, eng mit der affektspiegelnden und damit mentalisierenden Qualität der Mutter zusammen. Diese sehen sie als zentrale Dominante in der Organisation des Selbst, der objektiven Realität und der Affektregulierung (Taubner 2015, S.16).

Mütter sind ganz offenbar die Schlüsselfiguren für das Gelingen oder Misslingen der Selbstentwicklung eines Kindes. Zwar hat die Resilienzforschung diese Annahme nicht völlig bestätigt, so dass sie sicherlich weiter zur Diskussion steht. Es lässt sich aber nicht bestreiten, dass die Versorger von Säuglingen und Kleinkindern hoch komplexe Aufgaben zu bewältigen haben. Sie müssen eine sichere Bindung bereitstellen, optimal

versorgen und frustrieren sowie ihre Fähigkeit zur Mentalisierung bereitstellen, um ihren Kindern auf diesem Wege das emotionale Entwicklungsziel der „mentalisierten Affektivität“ (Fonagy/Target 2006, S.365) zu ermöglichen.

Ein bedeutsamer Unterschied zwischen den neueren psychoanalytischen Ansätzen und der BA besteht allerdings in der Vorstellung vom Selbst. Während die moderne Psychoanalyse davon ausgeht, dass das Selbst durch eine fördernde Umwelt reift und bei unzureichender Förderung strukturelle Defizite aufweist, die in einem therapeutischen Prozess nachreifen müssen (AK-OPD, 2006; Rudolf 2004 und 2010), nimmt die BA an, dass das organismische Wachstum des Selbst durch Umweltmängel nur gehemmt werden kann. Weiter geht die BA davon aus, dass die Selbstheilungskräfte des Klienten durch energetisch gezielt gesetzte Impulse so angeregt werden können, dass die dem Menschen innewohnenden Reifungs- und Wachstumsprozesse reaktiviert werden (Winkler 2016, S.80).

Selbstverständlich geht auch die moderne Psychoanalyse von der Wirksamkeit von Selbstheilungskräften aus. Und worum es sich bei einem wirksam gesetzten „energetischen Impuls“ handelt, ist vermutlich auch eine Interpretationssache. Dennoch ist der hier beschriebene Unterschied nicht nur semantischer Natur. Er hat unter anderem erhebliche Konsequenzen für das Rollenverständnis des Therapeuten in den jeweiligen Schulen.

Die gemeinsame Grundlage für die impulsgebende wie auch die Defizite heilende therapeutische Arbeit besteht unbedingt in einem fürsorglichen und achtsamen Umgang mit den Gefühlen des Klienten. Diese Haltung wurde in der Humanistischen Psychologie allerdings schon vor über 60 Jahren formuliert: „Die neue Grundlage der Sorge zeigt sich im Interesse von Psychologen und Philosophen, Gefühle als Basis der menschlichen Existenz

zu betonen. Wir müssen das Fühlen jetzt als einen legitimen  
Aspekt unserer Art und Weise etablieren, wie wir uns auf die  
Wirklichkeit beziehen.“ (May 1988, S.300)

#### **4. Übereinstimmung:**

Psychopathologien werden als Entwicklungsstillstände aufgefasst und als die grundlegenden Bedingungen aller psychischen Störungen verstanden.

„Das eigentliche Leben des Menschen - das gute Leben, wie Rogers in Anlehnung an Aristoteles sagte - ist ein ständiges Unterwegssein, ein ständiges Werden. Nur in der Neurose - und gerade dies ist ihr Charakteristikum - ist dieses „Im-Prozess-Sein“ zum Stillstand gekommen, herrscht Erstarrung auf einmal Gegebenes vor.“ (Finke 2004, S.254) Aus der Sicht der Humanistischen Psychologie kann die dem Menschen innewohnende Tendenz zur Reifung zum Stillstand kommen und durch das „homöostatische Bedürfnis“, einen erträglichen Zustand aufrecht zu erhalten, ersetzt werden. Schon Otto Rank, der einen starken Einfluss auf Carl Rogers und damit die Humanistische Psychologie ausübte, verstand neurotische Erlebnis- und Verhaltensweisen als Blockierung des Willens und des Bewusstseins (Müller 2004, S.143). Die im entwicklungspsychologischen Modell der BA beschriebenen Charakterpathologien werden ebenfalls als psychische und energetische Entwicklungsstillstände aufgefasst. Sie bilden den Ausgangspunkt für die körpertherapeutischen Interventionen des Bioenergetischen Analytikers (Tasche/Weber 2002, S.16). Das der BA zugrunde liegende psychopathologische Verständnis weist eine große Übereinstimmung mit dem Ansatz der Neuropsychoanalyse auf. Auf der Grundlage eines Gehirn-Bewusstsein-Körper-Systems, das sich im Kontext einer affektregulierenden Beziehung mit einem anderen Menschen zu größerer Komplexität entwickelt (Schore 2007, S.22), geht sie davon aus, dass psychotherapeutische Pro-

zesse wesentlich durch die Mobilisierung unterbrochener Entwicklungsprozesse geprägt sind (ebd., S.43).

Auch das Mentalisierungsmodell von Fonagy und seinen Kollegen ist im Kern ein Umwelt-Defizit Modell (Holmes 2009, S.82). Es nimmt an, dass frühe Beeinträchtigungen das Entwicklungs- und Affektregulierungsvermögen blockieren können. Auch aus der Sicht dieser Forschungsgruppe sind die Blockierungen Ausdruck eines das Überleben sichernden, tief im Organismus verwurzelten Bedürfnisses, einen homöostatischen Zustand aufrecht zu erhalten (Taubner 2015, S.59).

Der intersubjektive Ansatz geht ebenfalls von einem Entwicklungsstillstand als Kern jeder Psychopathologie aus. Hier besteht die zentrale psychotherapeutische Aufgabe darin, die Muster der Selbstorganisation neu zu beleben und weiter zu entwickeln (Ermann 2014, S.115).

Das Bedürfnis, in einem Belastungszustand zu erstarren und die weitere Entwicklung beziehungsweise Selbstaktualisierung zu blockieren (Finke 2004, S.259), wird von der Humanistischen Psychologie als Defizitmotivation definiert (Tasche/Weber 2002, S.11) und von der modernen Psychoanalyse als komplexer Abwehrvorgang verstanden. Schon Balint sah, dass eine große Diskrepanz zwischen den Bedürfnissen des Kindes und der Fähigkeit der Bezugspersonen, diese zu erfüllen, zu einer Verarmung der psychischen Organisation führt und die gesamte psychobiologische Struktur des Menschen erfassen kann (Schore 2007, S.181). Taubner weist darauf hin, dass einem Säugling nur rudimentäre Verhaltensprogramme wie Vermeidung, Kampf, Einfrieren und selbstverletzendes Verhalten zur Verfügung stehen, um negative Affekte zu regulieren (Taubner 2015, S.81). Sie beschreibt damit defensive, körpernahe Mechanismen, die wohl al-

len Bioenergetischen Analytikern aus ihrer klinischen Arbeit vertraut sind.

Im Gegensatz zur BA wird die Bindungstheorie von der modernen Psychoanalyse als wichtige Bezugswissenschaft wahrgenommen. Demzufolge wird auch das Problem des Bindungsabbruches beziehungsweise des Verlassens als wichtiges Ereignis gesehen, das zu einem Entwicklungsstillstand führen kann. So führt nach Fonagy und Kollegen ein Bindungstrauma zu einer massiven Beeinträchtigung der Mentalisierungs- und Affektregulationsfähigkeit (Luyten/Fonagy 2015, S.458ff). Schultz-Venrath sieht im Ausschluss aus einer Gruppe den mächtigsten traumatogenen Faktor überhaupt (Schultz-Venrath 2013, S.125). Neben der Bindungstheorie kann sich die Gegenwartpsychoanalyse dabei auch auf die Objektbeziehungstheorie berufen, die schon früh die Bedeutung der Verlassenheit für die psychische Entwicklung des Kindes untersuchte (Mahler 1985, S.288ff; Masterson 1993). Mit Rollo May sieht auch ein Vertreter der Humanistischen Psychologie in der Verlassenheitsangst das zentrale Moment psychischer Entwicklungsstörungen (May 1988, S.148).

In der Körperpsychotherapie wird die Angst vor Verlassenheit hingegen nur vereinzelt thematisiert (May/Ludwig 2006, S.369ff; Tasche 2016, S.58) Grundsätzlich lässt sich aber die gesamte Charaktertypologie der BA als Versuch verstehen, eine Verbindung zur Mutter aufrecht zu erhalten, obwohl wesentliche Bedürfnisse des Säuglings beziehungsweise Kleinkindes nicht befriedigt werden. Die Verbindung erreicht damit den Charakter einer „Pseudoeinigung“ (Finger 1983, S.78).

### **5. Übereinstimmung:**

Der Störungskern der meisten Psychopathologien ist auf der vorsprachlichen Ebene angesiedelt und kann durch eine „Rede-  
kur“ allein nicht verändert werden.

Die heute in der modernen Psychoanalyse vorherrschende Überzeugung, das Kern-Selbst sei nonverbal-unbewusst und ruhe in den Mustern der Affektregulation (Schore 2007, S.73), wird von der Humanistischen Psychologie und Bioenergetischen Analyse wohl ohne Einschränkungen geteilt. Neu ist diese Auffassung in der Psychoanalyse allerdings nicht. Bereits Balint war überzeugt, dass sich die „Grundstörung“ bis in die frühesten Entwicklungsphasen zurückverfolgen lässt (Balint 2014, S.33). Auch Lorenzer war bereits vor fast 50 Jahren - aufbauend auf Freuds berühmter Formulierung „Das Ich ist vor allem ein körperliches“ - der Meinung, die frühe Strukturbildung müsse als Niederschlag leiblicher Interaktionsformen verstanden werden (Schultz-Venrath 2013, S.69).

Die Haltung der BA und der Humanistischen Psychologie wurzelt unter anderem in den philosophisch-historischen Ideen Rousseaus: „ Der Mensch ist gut von Natur aus und wird erst durch die Gesellschaft, durch die Einflüsse der Kultur verformt, ja entartet.“ (Hutterer 1998, S.99). Entsprechend geht es darum, ein Weg zur (wahren) Natur des Menschen zu finden (Müller 2004, S.150). In der Tradition dieses Menschenbilds sammeln Humanistische Therapeuten in ihrer täglichen Arbeit unzählige Beweise dafür, dass die Entfremdung vom Körper ein bedeutsames Problem des heutigen Menschen darstellt (May 1988, S.43).

Dagegen sehen die mentalisierenden, intersubjektiven und neuropsychoanalytischen Ansätze der Gegenwartspsychoanalyse die Bedeutung der vorsprachlichen, körperlichen Prozesse durch neurologische Forschungsergebnisse begründet. Diese machen es möglich, den klinischen Beobachtungen medizinisch-naturwissenschaftliche Erkenntnisse an die Seite zu stellen. So versteht Schore „frühe Störungen“ als rechtshemisphärische, prosodische (gefühlshemmende) Selbstpathologien (Schore 2007, S.319), während Ermann diese als Problem des implizit-prozeduralen Gedächtnisse auffasst. Aus seiner Sicht ereignen sich die grundlegenden Prozesse der Selbstfindung in einer vorsprachlichen Entwicklungsperiode. Daher werden das Beziehungswissen und die emotionalen Organisationsprinzipien vornehmlich prozedural im impliziten Gedächtnis in Form von Grundüberzeugungen und archaischen Zuständen abgebildet (Ermann 2014, S.92).

Mit seiner Sichtweise liefert Ermann eine mögliche wissenschaftliche Begründung für das bioenergetische Vorgehen. In der körpertherapeutischen Prozessarbeit können archaische Zustände aktiviert und bewusst erlebbar gemacht werden. Gleichzeitig bestätigt die Arbeit bioenergetisch ausgerichteter Therapeuten immer wieder die Bedeutung charakterlicher Grundthemen wie „Ich habe kein Recht zu existieren“, „Ich bekomme nicht genug“ oder „Ich genüge nicht“.

Wie bereits Balint (Balint 2014, S.24) hält es auch Ermann nicht für möglich, diese Störungen im Rahmen einer „erwachsenen Sprachkultur“ zu bearbeiten, da die reine Rede nicht in den Bereich des impliziten Gedächtnisses hineinreicht. Humanistische Psychologie, BA und die modernen psychoanalytischen Ansätze gründen sich also auf der gemeinsamen Annahme, dass unter Umständen bereits der Säugling beziehungsweise das Kleinkind belastenden Erfahrungen ausgesetzt ist, die im Orga-



nismus nicht semantisch abgebildet werden und zu partiellen Entwicklungsstillständen, zu einer eingeschränkten Mentalisierungsfähigkeit, zu Problemen der Affektregulation und zu weiteren Selbstpathologien führen können.

Die moderne Psychoanalyse stellt also ebenfalls die Fehlregulation von Affekten (Schore 2007, S.48) in den Mittelpunkt und nimmt an, dass Kinder möglicherweise schon sehr früh unerträglichen Affekten ausgesetzt sind, die nur durch defensive Abwehrmechanismen wie Einfrieren (Taubner 2015, S.81) überlebt werden können. In der weiteren Betrachtung der Affekte bleibt sie jedoch weit hinter dem zurück, was für die BA selbstverständlich ist. Auch die Fonagy-Gruppe sieht bei einem Scheitern der „mentalisierten Affektivität“ die Affekte vorrangig in den prämentalisierenden Modi repräsentiert (Bateman/Fonagy 2015a, S.55). Schultz-Venrath weist allerdings darauf hin, dass vorsprachliches Fühlen in Körper-, Tanz- und Bewegungstherapien gefördert werden kann (Schultz-Venrath 2013, S.83), ohne sich jedoch weiter damit auseinander zu setzen, warum dies der Fall ist.

Trotz ihrer Akzeptanz früher, körpernaher Organisations- und Verarbeitungsmuster als grundlegende Mechanismen menschlicher Entwicklung scheint es für die moderne Psychoanalyse immer noch sehr schwer annehmbar, dass körperlich-muskuläre Abwehrmuster von Affekten existieren und dass diese einen zentralen Teil der organismischen Selbstregulation von Gefühlen ausmachen. Dieser Mechanismus kommt besonders dann zum Tragen, wenn die Affekte der betreffenden Person nicht auf einer symbolischen Ebene repräsentiert oder interaktiv reguliert werden können.

## **6. Übereinstimmung:**

Das wichtigste Ziel therapeutischer Prozesse ist die Umgestaltung der emotionalen Organisationsstruktur und des Selbstkonzeptes durch Einwirken auf das prozedurale Gedächtnis. Durch Anhebung und Aktivierung werden dabei die Affekte von einer primitiven, präsymbolischen, sensomotorischen Erfahrungsebene auf ein reifes, symbolisches, repräsentationales Niveau gebracht.

„Die stetig wachsende Bandbreite psychotherapeutischer Ziele reicht von der Bewusstmachung des Unbewussten über die Einsicht in die innere Welt und seine Objekte, die Bewältigung intrapsychischer Konflikte und die Vermittlung einer korrigierenden emotionalen Erfahrung bis hin zur Linderung beeinträchtigender Symptome, Modifizierung dysfunktionaler Charaktermuster und der Verbesserung der Liebes und Arbeitsfähigkeit“ (Allen/Fonagy 2009, S. 222). Bioenergetische Analytiker würden vermutlich noch die Aktivierung der Lebensfreude und der Selbstheilungskräfte hinzufügen, hätten aber grundsätzlich keine Einwände gegen eine Fokussierung therapeutischer Zielsetzungen auf die Umgestaltung der emotionalen Organisationsstruktur und des Selbstkonzeptes. Vorausgesetzt natürlich, es bestünde Einigkeit dahingehend, dass das prozedurale Gedächtnis in enger Verbundenheit zu den körperlich-muskulären Blockierungen gesehen werden muss und durch körpertherapeutische Techniken aktiviert werden kann. Es gibt aber Hinweise, dass diese Voraussetzung auch in der Psychoanalyse Einzug erhält. So wird im Mentalisierungskonzept der Fonagy-Gruppe vermutlich erstmalig in der Psychoanalyse die These vertreten, dass eine

wichtige Aufgabe psychotherapeutischer Prozesse auch darin bestehen kann, Affekte zu mobilisieren. Insbesondere in Bezug auf die Arbeit mit dem prämentalisierenden Als-ob-Modus wird auf die Notwendigkeit verwiesen, durch „Challenge-Techniken“ die starre Abwehrhaltung herauszufordern (Taubner 2015, S.153; Batemann/Fonagy 2015b S.97/98). Doch auch Schore ist der Ansicht, dass ein Affekt gefühlt werden muss, bevor therapeutisch auf ihn eingewirkt werden kann (Schore 2007, S.141). Und auch Ermann geht davon aus, dass „Niemalsgedachtes“ und „Niegewusstes“ zunächst belebt werden müssen, um es dann weiter zu entwickeln (Ermann 2014, S.115).

Trotz einer prinzipiellen Übereinstimmung, dass das Einwirken auf das prozedurale Gedächtnis ein zentraler Bestandteil bei der Arbeit mit „frühen Störungen“ ist, der sich nicht durch Deutungen erzielen lässt, bleibt zur Zeit noch offen, welche Instrumente sich dafür eignen. Die klarste Position wird dabei durch die Fonagy-Gruppe vertreten. Sie hat ein gut strukturiertes Konzept entwickelt, um prämentalisierende Modi auf das Niveau einer „mentalisierenden Affektivität“ zu heben.

Schultz-Venraht weist allerdings darauf hin, dass die sexuellen Gefühle des Kindes von der Bindungsperson ungespiegelt und deshalb fundamental dysreguliert bleiben. Erst durch sexuelle Erfahrungen im Erwachsenenalter wird die Psychosexualität organisiert (Schultz-Venrath 2013, S.75). Auch Taubner gibt zu bedenken, dass selbst unter guten Entwicklungsbedingungen aggressive und sexuelle Zustände häufig unverdaut und ohne symbolische Spiegelung bleiben (Taubner 2015, S.79).

Trotz der großen Übereinstimmung bleibt es deshalb noch relativ offen, wie insbesondere aggressive und sexuelle Gefühle, die bestenfalls körperlich-affektiv und als archaisches Selbst repräsentiert sind, auf ein symbolisches Niveau angehoben werden können. Dies hängt sicherlich auch damit zusammen, dass

bezüglich der Bedeutung des Begriffs „Symbol“ große Uneinigkeit herrscht. Leider gibt es hier keine eindeutige Definition wie bei einer Vielzahl anderer psychoanalytischer Schlüsselbegriffe. In der Traumdeutung bedeutet „Symbol“ etwas anderes als in der psychoanalytischen Kulturkritik oder in der Entwicklungspsychologie. Zusätzlich wird der Begriff von verschiedenen psychoanalytischen Schulen unterschiedlich verwandt. Dadurch sind die theoretisch fundierten Symbolbegriffe bei Freud, Jones, Lacan, Jung oder auch Lorenzer nur schwer miteinander vergleichbar, nicht immer eingänglich und auch nicht ohne weiteres aus ihrem jeweiligen metapsychologischen Bedeutungszusammenhang herauszulösen (Löchel, S.733ff).

Für die psychotherapeutische Praxis scheint mir das von Rollo May erläuterte Verständnis deutlich hilfreicher und plausibler. Für May ist der Gegensatz zwischen Symbolos und Diabolos zentral. Während Diabolos von „dia-bollein“ kommt und „auseinanderreißen“ bedeutet, leitet sich das Wort Symbol von „symbolleien“ ab und meint „zusammenwerfen“ oder vereinigen. „Das Symbol ist das, was zusammenbringt, was das Individuum in sich und seine Gruppe integriert“ (May 1988, S.135).

In diesem Verständnis stellt das Yin/Yang-Zeichen, ein Bildmuster, das bereits bei den Kelten, Etruskern und Römern verbreitet war, die vielleicht eindrucksvollste symbolische Verbindung eines Gegensatzpaares dar. Entwicklungspsychologisch ist die „good enough mother“ nach Winnicott eine zwar noch vorsprachliche, aber dennoch bedeutende Symbolisierung gegensätzlicher Beziehungserfahrungen, die bekanntlich die weitere psychische Reifung konstituiert. Sprachbilder, die den widersprüchlichen Affektgehalt nicht verleugnen, lassen sich innerhalb des Erziehungskontextes häufig finden. Formulierungen wie „streng aber gerecht“ - heute würde man wohl eher sagen „eigentlich recht cool“ - weisen auf eine erfolgreiche symboli-

sche Lösung intrapsychischer und sozialer Entwicklungsaufgaben hin.

Ein besonders beliebtes Symbol unter Therapeuten, die sich der Humanistischen Psychologie zugehörig fühlen, ist das Bild vom „inneren Kind“. Es nimmt einen großen Teil früher Affekte, Impulse und Wünsche auf, wird dabei aber immer als Teil der erwachsenen Persönlichkeit gedacht und verstanden.

Vielleicht lassen sich auch die Methoden der Transaktionsanalyse (Berne) oder der Gestalttherapie (Perls) als erfolgreiche Anleitung verstehen, Affekte von einer primitiven, präsymbolischen, sensomotorischen Erfahrungsebene auf ein reifes, symbolisches, repräsentationales Niveau zu heben.

#### **7. Übereinstimmung:**

Das eben diskutierte Ziel wird durch Gestaltung eines intersubjektiven Feldes, in dem prozedurale Erfahrungen wiederbelebt werden können, angestrebt.

„Alle Vorgänge, die schließlich zu therapeutischen Veränderungen in der Seele des Patienten führen, werden durch Geschehnisse einer Zweier-Beziehung ausgelöst, das heißt durch etwas, das im Wesentlichen zwischen zwei Menschen geschieht und nicht nur im Innern des einen von ihnen“ (Balint 1970, S.18). Martin Bubers grundlegende Erkenntnis, dass menschliche Reifung vorrangig vom Beziehungserleben und von der Wechselseitigkeit der Beziehung getragen ist (Tasche/Weber 2002, S.12f), entspricht dem Denken von Michael Balint, der diese Position schon früh in den psychoanalytischen Diskurs eingebracht hatte. Heute

stellt sie ein wichtiges Bindeglied für alle Richtungen der modernen Psychoanalyse dar.

Ermann nennt drei Faktoren, die für das intersubjektive Feld konstitutiv sind (Ermann 2014, S.97):

1. Die Bipersonalität
2. Die Wechselseitigkeit der Beteiligten
3. Die Kontextabhängigkeit, die dazu führt, dass das Ergebnis ständig neu ausgehandelt werden muss

Humanistische Psychotherapeuten werden diese Entwicklung wohl kaum als innovativ wahrnehmen. Schließlich ist ihnen ein erlebnisorientiertes, experimentelles und emotionszentriertes Vorgehen seit Jahrzehnten aus ihrer täglichen Praxis vertraut (Winkler 2016, S.79). Gleichzeitig lässt sich festhalten, dass sich die moderne Psychoanalyse deutlich dem Therapieverständnis der Humanistischen Psychologie annähert.

Im Verständnis der Fonagy-Gruppe sollten Therapeuten grundsätzlich bestrebt sein, ihren Klienten eine sichere und sensible interpersonelle Umwelt anzubieten, die der Affektregulation zuträglich ist (Bateman/Fonagy 2015b, S.57). Die Gruppe geht ebenfalls davon aus, dass die Beziehungskomponente der wirksamste Faktor der Therapie ist (Fonagy/Target 2006, S.356).

Auch die Neuropsychoanalyse ist überzeugt, dass die therapeutische Beziehung ein gemeinsames Element aller therapeutischen Verfahren ist, mehr als alle anderen Faktoren den Unterschied im therapeutischen Ergebnis beeinflusst (Schore 2007, S.22) und psychoneurobiologische Defizite ausgleichen kann (ebd., S.221).

Aus Sicht der Fonagy-Gruppe ist eine Einflussnahme auf das prozedurale Gedächtnis möglich, weil die Aktivierung von Bindungsgefühlen einen Hirnzustand erzeugt, der aus der Kindheit stammende einschränkende Muster der Informationsverarbeitung neutralisiert und es möglich macht, die neuen, im intersubjektiven Feld erlebten Erfahrungen zu überdenken und neu zu konfigurieren (Bateman/Fonagy 2015b, S.61). Zentrale Bedeutung für die Fonagy-Gruppe hat dabei das von Daniel Stern entwickelte Konzept der Begegnungsmomente. „Begegnungsmomente bergen die intersubjektive Anerkennung der gemeinsamen subjektiven Realität in sich. Beide tragen etwas Unverwechselbares und Authentisches bei. Die Spontaneität, die den Begegnungsmoment kennzeichnet, platziert ihn per definitionem jenseits von Theorie und Technik, weil diese weitgehend an explizite und nicht mehr an implizite Strukturen gebunden sind“ (Fonagy/Target 2006, S. 357). Diese recht schwer verständliche Formulierung versucht vermutlich auch nur ein menschliches Phänomen zu beschreiben, das Martin Buber bereits vor Jahrzehnten in seiner schönen und berührenden Sprache mit dem Satz „Nur wo alle Mittel zerfallen, geschieht Begegnung“ ausgedrückt hat.

Ähnlich wie die Humanistische Psychologie ist auch die Fonagy-Gruppe überzeugt, dass die Fähigkeiten des Klienten, Gefühle in Beziehungskontexten wahrzunehmen und über diese nachzudenken, gefördert wird, wenn die Interventionen des Therapeuten folgenden Eigenschaften aufweisen (Bateman/Fonagy 2015b, S. 63):

1. Sie sind einfach und leicht zu verstehen.
2. Sie fokussieren auf den Affekt.
3. Sie laden den Klienten zur Mitarbeit ein.
4. Sie fokussieren auf die Psyche und nicht auf das Verhalten.

5. Sie beziehen sich auf das „Hier und Jetzt“-Erleben des Klienten.

6. Sie beziehen die Psyche des Therapeuten mit ein.

Wie in der Humanistischen Psychologie bereits fest etabliert, wird auch von der Fonagy-Gruppe die therapeutische Beziehung als ein interpersonales Laboratorium verstanden, in dem der Klient mit neuen, andersartigen Formen des Zusammenseins experimentieren kann (Luyten/Fonagy 2015, S.470f). So drückt sich ein Erfahrungs- und Wachstumsverständnis aus, das von der therapeutischen Herangehensweise in der Humanistischen Psychologie kaum noch zu unterscheiden ist.

#### **8. Übereinstimmung:**

Das Klient-Therapeut Verhältnis ist durch die Betonung der „Realbeziehung“ gekennzeichnet, die bei ausreichender Abstinenz „Selbstenthüllungen des Therapeuten“ als Teil des therapeutischen Prozesses beinhalten kann.

„Dennoch ergibt sich eine Neukonzeption des klassischen Abstinenzprinzips, jedenfalls sofern es sich auf Freuds Spiegelmetapher bezieht und seine Vorgabe, den Patienten keine Triebbefriedigung zu gewähren. Aus intersubjektiver Sicht ist diese Regel, die oft sehr starr gehandhabt wurde, durch ein funktionales Prinzip ersetzt worden. Danach hat der Analytiker je nach Lage der Dinge zu entscheiden, ob, wieweit und in welcher Form er auf die Wünsche und Begehren des Patienten eingeht, um anschließend zu untersuchen, wie der Patient sein Verhalten verarbeitet.“ (Ermann 2014, S.121) Mit dem Eingehen auf Wün-



sche ist natürlich keine Rückkehr in die frühen wilden Zeiten der Humanistischen Psychologie beziehungsweise der Psychoanalyse gemeint, in der bekanntlich private sexuelle Beziehungen mit Klienten und Klientinnen gar nicht so außergewöhnlich waren. Vielmehr geht es um die simple Tatsache, dass die Authentizität der Begegnung zwischen Therapeut und Klient für den Verlauf der Behandlung entscheidend ist (Fonagy/Target 2006, S.307). Daraus ergibt sich für die meisten Autoren der Gegenwartspsychoanalyse eine Notwendigkeit, kontrollierte Selbstenthüllungen als Teil des therapeutischen Prozesses zu bejahen (ebd., S. 307; Ermann 2014, S.121; Taubner 2015, S.154; Schultz-Venrath 2013, S.163).

Gleichzeitig hat der Therapeut aber eine besondere Verantwortung für die Behandlung, die selbstverständlich Einfluss auf die Beziehungs- und Prozessgestaltung nimmt (Ermann 2014, S.127). Die grundsätzliche Gleichrangigkeit sowie die gemeinsame Verantwortung bleiben davon aber unberührt. Therapeut und Klient sind sich ihrer unterschiedlichen Aufgaben bewusst. Dabei wird ein therapeutisches Bündnis angestrebt, dass durch folgende Eigenschaften geprägt ist (Fonagy/Target 2006, S.316):

1. gemeinsames Ziel
2. Anerkennung der Aufgaben, die jede Person erfüllen muss
3. Entwicklung einer Bindungsbeziehung

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass es für Bioenergetische Analytiker durchaus lohnend sein kann, über den eigenen Tellerrand zu blicken. Die Gegenwartspsychoanalyse stellt Modelle zur Verfügung, die eng mit dem theoretischen Verständnis der BA korrespondieren und Möglichkeiten eröffnen, die körpertherapeutische Praxis zu fundieren. Insbesondere das Verständ-

nis für Störungsbilder jenseits der Charakterstrukturen lässt sich mit Hilfe moderner psychoanalytischer Methoden bedeutend erweitern. Umgekehrt bietet die BA ein komplexes methodisches Repertoire an, das die tiefenpsychologischen Interventionsmöglichkeiten enorm bereichern würde. Eine moderne Psychoanalyse, die sich der Grenzen des verbalen Zugangs zu den psychischen Problemen und blockierten Emotionen ihrer Patienten bewusst wird, kann von diesem Repertoire stark profitieren. Abschließend sei gesagt, dass mir ein mentalisierender gegenseitiger Zugang zur jeweils „anderen Methode“ so wünschenswert wie bereichernd scheint.

### **Literatur:**

Allan, J.G., Fonagy, P. (Hrsg.): Mentalisierungsgestützte Therapie (2009) Klett-Cotta-Verlag Stuttgart

Altmeyer, M., Thomä, H. (Hrsg.): Die vernetzte Seele (2006) Klett-Cotta Verlag Stuttgart

Arbeitskreis OPD (Hrsg.): Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2 (2006) Hans Huber Verlag Bern

Balint, M.: Therapeutische Aspekte der Regression (1970) Klett-Verlag Stuttgart

Bateman, A.W., Fonagy, P.: Psychotherapie der Borderline-Persönlichkeitsstörung (2008) Psychosozialverlag Gießen

Bateman, A.W., Fonagy, P. (Hrsg.): Handbuch Mentalisieren (2015) Psychosozialverlag Gießen (a)

Bateman, A.W., Fonagy, P.: Das Grundmodell in der Einzelpsychotherapie. In: Bateman, A.W., Fonagy, P. (Hrsg.): Handbuch Mentalisieren (2015) Psychosozialverlag Gießen (b)

Berne, E.: Spiele der Erwachsenen (2002) Rowohlt Verlag

Blankerts, S.: Gestalt begreifen (2011) Peter Hammer Verlag  
Wuppertal

Damasio, A.R.: Ich fühle, also bin ich (2002) List Verlag  
München

Davis, M., David, W.: Eine Einführung in das Werk von D.W.  
Winnicott (1983) Klett-Cotta Verlag Stuttgart

Ermann, M.: Der Andere in der Psychoanalyse (2014) Kohlhammer  
Verlag Stuttgart

Finger, U.D.: Narzissmus, Persönlichkeitsstruktur und Gruppe.  
In: Leber, A. (Hrsg.): Reproduktion der frühen Erfahrung  
(1983) Fachhandlung für Psychologie Frankfurt am Main

Finke, J.: Der Wille in der Gesprächspsychotherapie. In:  
Petzold, H.G., Sieper, J. (Hrsg.): Der Wille in der  
Psychotherapie Band 1 (2004) Vandenhoeck&Ruprecht Verlag

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L., et al: Affekt-  
regulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst  
(2004) Klett-Cotta Verlag Stuttgart

Fonagy, P., Target, M.: Psychoanalyse und die Psychopathologie  
der Entwicklung (2006) Klett-Cotta Verlag Stuttgart

Fonagy, P.: Soziale Entwicklung unter dem Blickwinkel der  
Mentalisierung. In: Allan, J.G., Fonagy, P. (Hrsg.):  
Mentalisierungsgestützte Therapie (2009) Klett-Cotta-Verlag  
Stuttgart

Friedmann, M.: Der heilende Dialog in der Psychotherapie  
(1985) Edition Humanistische Psychologie Köln

Harris, A.H.: Ich bin o.k. Du bist o.k. (1973) Rowohlt Verlag Reinbek

Heinrich-Clauer, V. (Hrsg.): Handbuch Bioenergetische Analyse (2008) Psychosozialverlag Gießen

Grunberger, B., Chasseguet-Smirgel, J.: Freud oder Reich (1979) Ullstein Verlag Frankfurt am Main, Berlin, Wien

Holmes, J.: Mentalisieren in psychoanalytischer Sicht: Was ist neu? In: Allan, J.G., Fonagy, P. (Hrsg.): Mentalisierungsgestützte Therapie (2009) Klett-Cotta Verlag Stuttgart

Holmes J.: Sichere Bindung und Psychodynamische Therapie (2012) Klett-Cotta Verlag Stuttgart

Hutterer, R.: Das Paradigma der Humanistischen Psychologie (1988) Springer Verlag Wien, New York

Kriz, J.: Grundkonzepte der Psychotherapie (1994) Beltz Verlag Weinheim

Leber, A. (Hrsg.): Reproduktion der frühen Erfahrung (1983) Fachhandlung für Psychologie Frankfurt am Main

Löchel, E.: Symbol, Symbolisierung. In: Mertens, W., Waldvogel, B. (Hrsg.): Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe (2008) Kohlhammer Verlag Stuttgart

Lowen, A.: Der Verrat am Körper (1982) Rowohlt Taschenbuch Reinbek

Lowen, A.: Bioenergetik (1988) Rowohlt Taschenbuch Reinbek

Lowen, A.: Freude (1993) Kösel Verlag München

- Luyten, P., Fonagy, P., Lemma, A, et al: Depression. In:  
Bateman, A.W., Fonagy, P. (Hrsg.): Handbuch Mentalisieren  
(2015) Psychosozialverlag Gießen
- Mahler, M.S.: Studien über die drei ersten Lebensjahre (1985)  
Klett-Cotta Verlag Stuttgart
- Marlock, G., Weiss, H.: Handbuch der Körperpsychotherapie  
(2006) Schattauer Verlag Stuttgart
- Masterson, J.F.: Die Sehnsucht nach dem wahren Selbst (1993)  
Klett-Cotta Verlag Stuttgart
- May, J., Ludwig, M.: Bindungstheorie und Körperpsychotheorie.  
In: Marlock, G., Weiss, H.: Handbuch der Körperpsychotherapie  
(2006) Schattauer Verlag Stuttgart
- May, R.: Liebe und Wille (2015) Bastei-Lübbe Verlag Bergisch  
Gladbach
- Mertens W., Waldvogel B. (Hrsg.): Handbuch psychoanalytischer  
Grundbegriffe (2008) Kohlhammer Verlag Stuttgart
- Milch, W.: Lehrbuch Selbstpsychologie (2001) Kohlhammer Verlag  
Stuttgart
- Müller, B.: Das Konzept des Willens bei Otto Rank. In:  
Petzold, H.G., Sieper, J. (Hrsg.): Der Wille in der  
Psychotherapie Band 1 (2004) Vandenhoeck&Ruprecht Verlag
- Perld, F.S., Hefferline, R.F., Goodman, P.: Gestalttherapie  
(2015) Klett-Cotta Verlag Stuttgart
- Petzold, H.G., Sieper, J. (Hrsg.): Der Wille in der  
Psychotherapie Band 1 (2004) Vandenhoeck&Ruprecht Verlag
- Reich, W.: Charakteranalyse (1989) Kiepenhäuser&Witsch Verlag  
Köln

- Reinke, E. (Hrsg.): Alfred Lorenzer (2013) Psychosozialverlag  
Gießen
- Rudolf, G.: Strukturbezogene Psychotherapie (2004) Schattauer  
Verlag Stuttgart
- Rudolf, G.: Psychodynamische Psychotherapie (2010) Schattauer  
Verlag Stuttgart
- Schore, A.N.: Affektregulation und die Reorganisation des  
Selbst (2007) Klett-Cotta Verlag Stuttgart
- Stern, D.N. : Der Gegenwartsmoment (2005) Brandes&Apsel Verlag  
Frankfurt am Main
- Tasche, J., Weber, R.: Braucht die Bioenergetische Analyse ein  
neues Paradigma? (2002) Forum der Bioenergetischen Analyse  
1/2002
- Tasche, J.: Körperpsychotherapie zwischen Bioenergetik und  
Psychoanalyse (2016) Springer Verlag Wiesbaden
- Taubner, S.: Konzept Mentalisieren (2015) Psychosozialverlag  
Gießen
- Winkler, S.: Die Bioenergetische Analyse als ein Verfahren der  
Humanistischen Psychologie (2016) Forum Bioenergetische  
Analyse 2016