

Die Entwicklung von Körper, Bindung und Abwehr

Entwicklungspsychologischer Vergleich der Bindungstheorie, Bioenergetischer Analyse und Ich-Psychologie

Geschichtliche Entwicklung

Sucht man nach Gemeinsamkeiten zwischen Bindungstheorie, Ich-Psychologie und Bioenergetischer Analyse, so fällt einem natürlich als erstes das historisch-psychoanalytische Gedankengut ein, auf das sich alle drei Konzepte berufen. Als Einstieg in das Thema erscheint es mir deshalb sinnvoll, zunächst die Anfänge der Psychoanalyse und ihre wesentlichen Modifikationen in Erinnerung zu rufen.

Die Trauma-/Verführungstheorie

Bis ca. 1900 nahm Freud an, dass seelische Erkrankungen wie die Hysterie eine Folge von Traumatisierungen in früher Kindheit sind. Er betonte die sexuelle Natur dieser Verletzungen und glaubte, dass sie vorrangig auf sexuelle Verführungen bzw. sexuellen Missbrauch in der Kindheit zurückgehen. Die Symptomatik spiegelt dabei den Konflikt zwischen Erinnern und Abwehr des Traumas wider. Eine Heilung strebte Freud gemäß der „Theorie der Katharsis“ durch die Wiederbelebung der traumatischen Erfahrung an.

Die Anerkennung der kindlichen Sexualität

Nach 1900 wendete sich Freud von der Verführungstheorie ab. Stattdessen nahm er nun an, dass die Symptomatik nicht aus einer passiv erlittenen Sexualität entsteht. Psychische

Störungen waren jetzt vielmehr das Ergebnis einer in der Kindheit nicht ausreichend bewältigten bzw. aktiv erlebten Sexualität. Freud sprach schon Neugeborenen ein Sexualleben zu und widmete sich in den folgenden Jahren einer theoretischen Konzeptualisierung der kindlichen Sexualentwicklung.

Die Entwicklung der Triebtheorie

Zwischen 1900 und 1920 entwickelte Freud die wesentlichen Elemente seiner analytischen Triebpsychologie. So unterschied er in seinem ersten Modell der Persönlichkeit zwischen „bewusst“, „vorbewusst“ und „unbewusst“. In seiner Libidotheorie nahm er eine sexuell determinierte, aus physiologischen Quellen stammende Kraft an, die als psychische Energie die psycho-sexuelle Entwicklung des Kindes bestimmt. Diese Libidoentwicklung durchläuft unterschiedliche Phasen und gipfelt im ödipalen Konflikt. In der mangelnden seelischen Bewältigung dieses Konflikt erkannte Freud nun die Hauptursache psychoneurotischer Erkrankungen.

Im Rahmen dieser konzeptuellen Entwicklung traf Freud auch die Unterscheidung zwischen Aktual- und Psychoneurose, auf dessen Basis er seine erste Angsttheorie entwickelte. In der Aktualneurose sah Freud eine seelische Erkrankung, die durch eine mangelnde bzw. inadäquate Abfuhr der sexuellen Energie hervorgerufen wird. Er ging davon aus, dass in solchen Fällen „angehäufte sexuelle Erregung“ direkt in Symptome, besonders in Angst, umgewandelt wird. Davon grenzte er die Psychoneurose (Hysterie, Zwangsneurose) ab, die aus seiner Sicht einen symbolischen Ausdruck frühkindlicher Konflikte im Zusammenhang mit der Libidoentwicklung darstellt.

Freuds erste Angsttheorie:

Eine Aktualneurose wird durch eine inadäquate Abfuhr der sexuellen Energie hervorgerufen. Dabei wird „angehäufte sexuelle Erregung“ direkt in Symptome umgewandelt. Eine Psychoneurose ist ein symbolischer Ausdruck frühkindlicher Konflikte im Zusammenhang mit der Libidoentwicklung.

Die Entwicklung der Ich-Psychologie und Wilhelm Reich

Ab 1920 entwickelte Freud seine Strukturtheorie. In diesem Rahmen wurde die libido-energetische Perspektive zugunsten persönlichkeitsstruktureller Konzepte zurückgedrängt. In seinem zweiten topischen Modell unterschied Freud nun zwischen „Es“, „Ich“ und „Über-Ich“. Dabei stellte er das Ich in den Mittelpunkt seiner Betrachtungen und vollendete so einen radikalen Wechsel von einer extremen Umweltorientierung (Verführungstheorie) zu einer Perspektive, bei der die Symptome hauptsächlich als seelische Produkte angesehen werden. Demnach entstehen seelische Erkrankungen, weil es dem Ich beim Realitätsabgleich nicht gelingt, ausreichend zwischen den Ansprüchen des Es und den Forderungen des Über-Ichs zu vermitteln.

1920 wurde Wilhelm Reich in die „Psychoanalytische Gesellschaft“ aufgenommen. Reichs Werk kann als Weiterführung der Freud'schen Theorien bis 1920 verstanden werden. So bezogen sich Reichs psychoanalytische Arbeiten in den folgenden Jahren auf die Themen der Triebunterdrückung und Energieökonomie sowie die Frage, „woher die Neurose ihre Energie bezieht“. Reich griff dabei Freuds ursprüngliche Unterscheidung zwischen Aktual- (die bei Reich zur Stauungsneurose wird) und Psychoneurose auf und entwickelte

daraus eine Theorie, nach der jede Psychoneurose einen stauungsneurotischen Kern und jede Stauungsneurose einen psychoneurotischen Überbau hat. Zentrales Thema seiner Überlegungen ist die Fähigkeit des Menschen zur energetischen Abfuhr, die bei neurotischen Erkrankungen gestört ist. Auf dieser Basis sollte Reich später seine Theorie der Charakterneurosen entwickeln (vgl. Kriz 1994, 30-35).

Reichs psychoanalytische Arbeit dreht sich maßgeblich um die Frage, woher die Neurose ihre Energie bezieht. Laut Reich hat jede Psychoneurose einen stauungsneurotischen Kern und jede Stauungsneurose einen psychoneurotischen Überbau.

Die Mainstream-Psychoanalyse verwendete in den zwanziger Jahren des letzten Jahrhunderts energetische Betrachtungen nur noch metatheoretisch. So konzeptualisierte Freud 1923 in „Das Ich und das Es“ den Prozess der Objekt- und Ichbesetzungen mit Hilfe des Energiebegriffs. Nach seinen entwicklungspsychologischen Vorstellungen gibt das Kind bereits sehr früh der Mutter, aber auch anderen Personen, eine Bedeutung. Diese energetischen Objektbesetzungen haben eine zentrale Wichtigkeit für die Entwicklung intrapsychischer Instanzen. Damit formulierte Freud zwei Ebenen der Ich-Entwicklung:

- Auf der ersten Ebene entwickelt sich das Ich als psychische Instanz, die im Widerstreit zwischen den Wünschen des Es und den Anforderungen des Über-Ichs vermittelt.
- Auf der zweiten Ebene konstituiert sich das Ich durch die Verinnerlichung von Objektbeziehungen.

Mit dieser theoretischen Ergänzung vollzog Freud im gewissen Maße den Übergang von der Ein- zur Zwei-Personen-Psychologie (vgl. Freud 1975, Bd. III, 283-315).

Freuds zweite Angsttheorie und Reichs Theorie des Orgasmus

1926 veröffentlichte der mittlerweile 70 Jahre alte Freud die Schrift „Hemmung, Symptom und Angst“, in der er seine zweite Angsttheorie darlegte. Angst ist für ihn jetzt nicht mehr länger das Ergebnis aufgetauter und unbefriedigt gebliebener sexueller Triebwünsche. Stattdessen steht sie in engem Zusammenhang mit der Fähigkeit des Ichs, sich durch die Entwicklung spezifischer Abwehrmechanismen vor dem im Rahmen der Libidoentwicklung auftretenden Ansprüche des Es zu schützen. Entsprechend Freuds entwicklungspsychologischer Überlegungen lässt sich folgende Abfolge von Ängsten festhalten:

- Angst vor dem Verlust der Mutter oder ihrer Brust;
- Angst vor dem Verlust der mütterlichen Liebe;
- Angst vor dem Verlust des Penis;
- Angst vor dem Verlust der Liebe und Wertschätzung des eigenen Über-Ichs.

Anna Freud wird später die Angst vor der eigenen Triebstärke und die Angst vor dem Ich-Zerfall hinzufügen. Nochmals sehr viel später wird Heinz Kohut diesen Kanon um die Angst vor der Vernichtung des Selbst erweitern (vgl. Mertens 1992, 29).

Laut Freuds zweiter Angsttheorie versucht das Ich, sich vor phantasmatisch-entwicklungsbezogenen Gefahren zu schützen, indem es eine Signalangst entwickelt. Mit anderen Worten: Das Ich aktiviert Abwehrvorgänge, die eine Umsetzung triebhafter

Phantasien verhindern. Die vielfältigen Abwehrvorgänge, mit denen das Ich die Grundängste bewältigt, standen von jetzt ab im Mittelpunkt des Ich-psychologischen Interesses. Fast ausschließlich wurde das intrapsychische Geschehen betrachtet. Analytiker, die dennoch realen Erlebnissen nachspüren wollten (z.B. Ferenczi), setzten sich der Gefahr aus, von der psychoanalytischen Community als „naive Analytiker“ verspottet zu werden, die die intrapsychischen Vorgänge herunterspielen oder gar leugnen wollen.

Freuds zweite Angsttheorie:

- Angst vor dem Verlust der Mutter oder ihrer Brust;
- Angst vor dem Verlust der mütterlichen Liebe;
- Angst vor dem Verlust des Penis;
- Angst vor dem Verlust der Wertschätzung des eigenen Über-Ichs.

Während sich Freud immer weiter von seinen ursprünglichen triebtheoretischen Vorstellungen entfernte, beschäftigte sich Reich zentral mit Fragen der Energieökonomie. Noch 1895 hatte Freud angenommen, dass keine psychischen Krankheiten auftreten, solange die affektive Energie abreagiert werden kann. In Übereinstimmung mit dem frühen Freud untersuchte Reich zwischen 1922 und 1926 die Prozesse der Energieabfuhr und -speicherung. Seine klinischen Erfahrungen legten dabei für ihn eine enge Verknüpfung des Energiekonzepts und der Orgasmusfunktion nahe (vgl. Kriz 1994, 81). So ging er davon aus, dass neurotische Erkrankungen auch immer genitale Störungen beinhalten und so eine volle Befriedigung im Geschlechtsverkehr verhindern. Ihm war z.B. aufgefallen, dass

kein einziger seiner Patienten beim Onanieren die Vorstellung hatte, Lust durch den natürlichen Geschlechtsverkehr zu erleben (vgl. Sharaf 1994, 110). Nach Reich hängt die seelische Gesundheit von der „orgastischen Potenz“ ab. „Bei der orgastischen Potenz geht es um die Fähigkeit, sich dem Strömen der biologischen Energie, die sich vornehmlich in unwillkürlichen Muskelkontraktionen entlädt, ohne Hemmungen und Blockierungen hingeben zu können“ (Kriz 1994, 81).

Im Alter von 29 Jahren legte Reich 1926 seine Vorstellungen, die er als Ergänzung zu Freuds erster Angsttheorie verstand, in der Schrift „Die Funktion des Orgasmus“ nieder. Das Manuskript widmete er Freud zu dessen siebzigstem Geburtstag. Freud bedankte sich zwar zwei Monate später mit einem höflichen Schreiben, unternahm aber ansonsten nichts, um den in den darauf folgenden Jahren immer größer werdenden Gegensatz zwischen Reichs energieökonomischer Lebensforschung und der analytischen Ich-Psychologie zu überbrücken.

Nach Reich hängt seelische Gesundheit von der orgastischen Potenz ab, d.h. der Fähigkeit, sich dem Strömen der biologischen Energie ohne Blockierungen hingeben zu können.

Die Ich-Psychologie als dominierende Kraft

1936 veröffentlichte Anna Freud „Das Ich und die Abwehrmechanismen“. Zwei Jahre später publizierte Heinz Hartmann „Ich-Psychologie und Anpassungsprobleme“. Mit diesen beiden Büchern etablierte sich die Ich-Psychologie für lange Zeit als dominierende Kraft in der Psychoanalyse. Wesentlicher Gegenstand der Ich-Psychologie ist der Ich-Apparat und seine Funktionen. So geht die Ich-Psychologie von angeborenen Kompetenzen wie der Fähigkeit zu Autonomie und Anpassung aus,

die im Laufe der kindlichen Entwicklung reifen müssen. Mit Hilfe dieser Kompetenzen bewältigt das Kind parallel zum Reifungsprozess auftretende seelische Konflikte.

Die moderne Ich-Psychologie ist eine Konflikttheorie, in der alle psychischen Inhalte, Gedanken, Handlungen, Pläne, Phantasien und Symptome als Kompromissbildungen betrachtet werden. Am Konflikt sind dabei vorrangig vier Ebenen der Ich-Entwicklung beteiligt (vgl. Fonagy 2001, 63):

- Die Triebebene: Intensive, einzigartige Kindheitswünsche und deren Befriedigung.
- Die Angstebene: Angst oder depressiver Affekt und deren Vorstellungsinhalt vor Objektverlust, Liebesverlust oder Kastration.
- Abwehrebene: Psychische Operationen variierender Komplexität, die der Verringerung von Angst und Unlust dienen.
- Über-Ich Ebene: Schuld, Selbstbestrafung, Reue und Buße sowie andere Manifestationen des Über-Ichs.

Alexander Lowen und das „International Institute for Bioenergetic Analysis“

1956 gründete Alexander Lowen gemeinsam mit John Pierrakos das „International Institute for Bioenergetic Analysis“. Neben der Grundkonzeption der „funktionalen Identität“ von Körper und Seele übernahm Lowen noch eine ganze Reihe theoretischer und methodischer Elemente aus der Vegetotherapie Wilhelm Reichs. Über Reich steht Lowen damit auch in einem gewissen Maße in der psychoanalytischen Denktradition der Triebpsychologie. Entsprechend stehen dann auch Fragen der Energieökonomie, des Affektstaus und der Triebunterdrückung im Zentrum der Bioenergetischen Analyse (BA).

Ebenfalls in Anlehnung an Reich konzentrierte sich Lowen bei seinen entwicklungspsychologischen Vorstellungen auf die Charakterentwicklung. Im Ergebnis verfügt die BA über eine differenzierte Charakterlehre (nicht aber über ein strukturelles Modell), mit deren Hilfe sich intrapsychische Prozesse abbilden lassen. Lowens Charakterlehre unterschied sich jedoch in wesentlichen Punkten von Reich sowie der triebpsychologischen Konzeption Freuds. So orientierte sich Lowen nicht so sehr an den Phasen der Libidotheorie, sondern vielmehr an einer sich im Laufe der kindlichen Entwicklung verändernden Hierarchie von Bedürfnissen, die er als Rechte des Kindes beschrieb. Dabei unterschied Lowen sechs Rechte:

- das Recht zu existieren
- das Recht auf Befriedigung von Bedürfnissen
- das Recht auf Unabhängigkeit
- das Recht auf Nähe und Geborgenheit
- das Recht auf Freiheit
- das Recht auf Geschlechtlichkeit und Liebe

Werden die natürlichen Rechte des Kindes nicht in ausreichendem Maße erfüllt, kommt es zu psychosomatischen Abwehrhaltungen. Diese organismische Abwehr geschieht hauptsächlich über das Muskelsystem. Abhängig davon, welches Grundrecht zu welchem Zeitpunkt verletzt ist, verspannen sich bestimmte muskuläre Bereiche chronisch. Da das Muskelsystem letztlich die Körperhaltung eines Menschen bestimmt, führen die chronischen Verspannungen zu klassifizierbaren körperlichen „Verpanzerungen“ mit entsprechenden psychischen Begleiterscheinungen.

Mit diesem Modell konzentrierte sich Lowen weitgehend auf das interpersonale Geschehen. Demnach kommt es aufgrund eines Versagens der Umwelt während der Entwicklung des Kindes zu Charakterpathologien. Obwohl sich Lowen immer zur Sexualätiologie der Neurosen bekannt hatte, traten die mit der Libidoentwicklung verbundenen intrapsychischen Prozesse (auch der ödipale Konflikt) innerhalb der entwicklungspsychologischen Konzeption der BA in den Hintergrund, verschwanden jedoch nicht vollständig. Lowen selbst schien davon auszugehen, dass jedes Kind grundsätzlich über die Fähigkeit zur Bewältigung intrapsychischer Konflikte verfügt. Zu einer Fehlentwicklung kommt es nur dann, wenn die elterlichen Bezugspersonen versagen (vgl. Tasche/Weber 2002, 8–18).

Alexander Lowens entwicklungspsychologische Vorstellungen basieren auf 6 „Anspruchsrechten“ des Kindes. Werden diese kindlichen Ansprüche von der versorgenden Umwelt nicht ausreichend erfüllt, kommt es zu psychosomatischen Abwehrhaltungen, die die Grundlage seelischer Erkrankungen bilden.

John Bowlby und die Bindungstheorie

1969 veröffentlichte John Bowlby den ersten Band seiner Triologie „Attachment and Loss“. Als das Buch 1975 in deutscher Sprache unter dem Titel „Bindung“ publiziert wurde, hatte sich die Bindungstheorie in der akademisch-wissenschaftlichen Welt bereits fest etabliert. Auch war das Zerwürfnis des Psychoanalytikers Bowlby mit der Psychoanalytischen Gemeinschaft schon weitgehend vollzogen.

Insbesondere seine Arbeit mit sozial auffälligen Jugendlichen hatte Bowlby schon in den 50er Jahren zu einer von der Psychoanalyse abweichenden Auffassung bezüglich der Bedeutung der frühen „Mutter-Kind Beziehung“ gebracht. Anders als die Psychoanalyse versteht die Bindungstheorie das kindliche Bindungsbedürfnis als ein biologisch begründetes Verhaltenssystem, das auf keinen wie auch immer gearteten Trieb zurückgeführt werden kann. Die Entwicklung des „Verhaltenssystems Bindung“ hängt dabei vorrangig vom Verhalten der Bindungsperson ab. Ist die Mutter (oder eine andere Bindungsperson) im Laufe der Entwicklung ausreichend physisch präsent und geht feinfühlig auf die Bedürfnisse des Kindes ein, entsteht eine sichere Bindung. Mit anderen Worten: Die positiven interaktionellen Beziehungserfahrungen bilden sich intrapsychisch ab und schaffen dort Repräsentanzen des Selbst, des Anderen und der Bindungsqualität. Dieses sich entwickelnde Repräsentanzenmodell der Bindungserfahrung nennt Bowlby „inner working model“.

Obwohl die Bindungstheorie diesen Prozess als Verinnerlichung von Umwelterfahrungen versteht, bilden sich die Erfahrungen nicht eins zu eins ab. Auch in der theoretischen Konzeption der Bindungstheorie kann das „inner working model“ durch intrapsychische Wahrnehmungsverzerrungen und Abwehrprozesse beeinflusst werden (allerdings nicht im gleichem Maße wie bei den Vorstellungen der Ich-Psychologie).

Das Repräsentanzenmodell bestimmt im Weiteren den Umgang des Kindes mit Trennungen von der Mutter. Ein sicher gebundenes Kind reagiert auf Trennungen mit Trauer, verfügt aber gleichzeitig auf Grund der frühen Erfahrungen über eine Zuversicht bezüglich der baldigen Rückkehr der Mutter. Deshalb kann es auf deren Rückkehr auch mit Freude reagieren.

In der Bindungstheorie hängt die Entwicklung des „Verhaltenssystems Bindung“ vorrangig vom Verhalten der Mutter ab. Ist diese ausreichend präsent und feinfühlig, entsteht eine sichere Bindung und ein inneres Repräsentanzmodell, das sogenannte „inner working model“.

Im Laufe der kindlichen Entwicklung erweitert sich das „inner working model“ durch das Schaffen weiterer Repräsentanzen von Bindungserfahrungen. Parallel dazu aktiviert das Bindungssystem Verhaltenssysteme, deren Entwicklung für die emotionale und soziale Reifung des Kindes notwendig sind. Zu diesen Verhaltenssystemen gehören:

- das erkundende Verhaltenssystem,
- das soziale Verhaltenssystem (erlaubt Verhaltensanpassung),
- das Verhaltenssystem zur Affektregulierung.

Insgesamt ist die Bindungstheorie von einer sozialbiologischen Sichtweise geprägt. Aus diesem Grund versteht sie das Bindungsbedürfnis auch nicht als primäre Suche nach der Mutter. Vielmehr versucht das Kind, ein Gefühl der Sicherheit zu erreichen und zu verinnerlichen, das es nur mit Hilfe der Bindungsperson erreichen kann. Dieses Sicherheitsgefühl versetzt das Kind wiederum in die Lage, komplexere Regulierungsmechanismen höherer Ordnung zu entwickeln, wie sie für die emotionale und soziale Reifung erforderlich sind (vgl. Fonagy 2003, 11-26).

Entwicklungspsychopathologien entstehen aus Sicht der Bindungstheorie, wenn es statt zur Repräsentation einer „sicheren Bindung“ zur Repräsentation von unsicheren

Bindungserfahrungen kommt. Führt das Verhalten der Mutter beim Kind nicht dazu, dass es bei Trennungen der Rückkehr der Mutter zuversichtlich entgegensieht, entwickelt das Kind ein Repräsentanzmodell, in dem nicht mit einem Entgegenkommen der Bindungsperson gerechnet wird. Gleichzeitig erlebt sich das Kind dabei vielleicht als nicht liebenswert und fehlerhaft. Dieser Mangel an Zuversicht zwingt das Kind, die Trennungssituationen anders zu bewältigen. Tatsächlich hat sich die akademische Bindungstheorie in den letzten 40 Jahren vorrangig damit beschäftigt, verschiedene Bindungsstile zu ermitteln und die Auswirkungen sicherer und unsicherer Bindungen auf das Kind zu erforschen. Dabei herrscht unter Bindungstheoretikern Einigkeit darüber, dass eine sichere Bindung als bester Schutz gegenüber psychischen Erkrankungen wirkt.

Unsichere Bindungen werden bei Kindern meist in drei Kategorien eingeteilt:

- Ängstlich-vermeidend: Das Kind zeigt wenig Kummer während der Trennung und ein deutliches Desinteresse bei der Rückkehr der Mutter.
- Ängstlich-ambivalent: Das Kind reagiert bekümmert auf die Trennung, ist aber durch die Rückkehr der Mutter nicht getröstet.
- Desorganisiert/desorientiert: Das Kind reagiert befremdlich und konfus auf die Rückkehr, z.B. nähert es sich der Mutter rückwärts, versteckt sich oder erstarrt plötzlich.

Die Bindungstheorie geht davon aus, dass die unsichere Bindung das Ergebnis einer mangelhaften physischen Präsenz und/oder einer unzureichenden mütterlichen Feinfühligkeit ist. Die

psychopathologischen Entwicklungen ergeben sich jedoch nicht primär aus der verinnerlichteten Bindung, sondern dadurch, dass die Entwicklung der auf dem „Verhaltenssystem Bindung“ aufbauenden Verhaltens- und Regulierungssysteme (Affektregulierung, soziale Anpassung, Selbstvertrauen) beeinträchtigt werden. In der Folge entwickelt sich das „inner working model“ unvollständig und es kommt zu emotionalen und sozialen Defiziten (vgl. Fonagy 2003, 26-56).

Aus Sicht der Bindungstheorie entstehen Entwicklungspsychopathologien, wenn es statt zu der Repräsentation einer „sicheren Bindung“ zu Repräsentationen unsicherer Bindungserfahrungen kommt. Die Pathologien entstehen aber nicht primär aus den verinnerlichten Bindungserfahrungen, sondern dadurch, dass sich andere auf der Bindungsfähigkeit aufbauende Verhaltens- und Regulierungssysteme nicht entwickeln können.

Vergleich der entwicklungspsychologischen Konzeptionen von Bindungstheorie, Ich-Psychologie und Bioenergetischer Analyse

Die Perspektiven, welche die Bindungstheorie, die Ich-Psychologie und die Bioenergetische Analyse hinsichtlich normaler und pathologischer Entwicklung aufzeigen, unterscheiden sich deutlich voneinander.

Die Bindungstheorie zeigt vorrangig ein akademisch-wissenschaftliches Profil. Der Schwerpunkt der Forschungsanstrengungen in den letzten Jahrzehnten lag bei empirischen Untersuchungen zur Bindungsqualität.

Psychotherapeutische Ansätze, die auf der Bindungstheorie basieren, sind eher selten. Einige Bindungsforscher vertreten sogar die Auffassung, dass die Bindungstheorie überhaupt keinen therapeutischen Ansatz diktiert oder begründet. Vielmehr sollten das Wesen und die Dynamik von Bindungen eher als ein Wissenszuwachs für alle psychotherapeutischen Methoden verstanden werden (vgl. Fonagy 2003, 158).

Die Ich-Psychologie verstand sich lange Zeit als Bewahrerin des Freud'schen Erbes und gewann ihre entwicklungspsychologischen Erkenntnisse aus der Rekonstruktion der Kindheit im Rahmen der psychotherapeutischen Arbeit mit Erwachsenen. Die unmittelbare Beobachtung kindlichen Verhaltens, die in den letzten Jahrzehnten zunehmend an Bedeutung gewonnen hat, hat ihre Konzeption jedoch stark beeinflusst. Dabei mussten die jeweiligen Erkenntnisse allerdings immer so aufbereitet werden, dass sie die Grundelemente des psychoanalytischen Theoriegebäudes (etwa das Strukturmodell mit den psychischen Instanzen) nicht in Frage stellen.

Die Bioenergetische Analyse verbreitete sich hauptsächlich im Kontext der Gegenkultur in den 70er und 80er Jahren des letzten Jahrhunderts. Sie wurde von Alexander Lowen als seine persönliche Schöpfung begriffen, die er von Einflüssen anderer Methoden (etwa der Ich-Psychologie) freihalten wollte. Die Renaissance Reich'schen Gedankenguts innerhalb der Studenten- und Jugendbewegung sowie Lowens Publikationsfreude bewirkten eine ungeheuer rasche Verbreitung der BA.

Dieses rasante Wachstum hat sich nicht unbedingt förderlich auf die Entwicklung der bioenergetischen Theorie ausgewirkt. Die in den letzten Jahren deutlich gewordene Krise des „Internationalen Instituts für Bioenergetische Analyse“ steht

deshalb nach Auffassung vieler Bioenergetischer AnalytikerInnen stellvertretend für eine Krise der bioenergetischen Theorie. So konzeptualisiert die BA innerhalb ihres theoretischen Modells weder Symptomneurosen noch psychosomatische Erkrankungen oder strukturelle Störungen. Im Vergleich dazu befassten sich die Bindungstheorie und die Ich-Psychologie in sehr viel stärkerem Maße mit der Veränderung des Krankheitspanoramas und bieten plausible Erklärungen insbesondere für die Entstehung struktureller Störungen an.

Um klären zu können, welchen Nutzen diese Erklärungsansätze für die BA haben können, möchte ich zunächst die entwicklungspsychologischen Konzepte mit Hilfe von vier Fragen miteinander vergleichen:

- Wie sehen Ich-Psychologie, Bindungstheorie und BA die Grundmotive kindlicher Entwicklung?
- Wie sehen sie das Unbewusste und die Entwicklung der psychischen Struktur?
- Wie konzeptualisieren sie in diesem Zusammenhang die Themen Affektregulierung und Abwehr?
- Wie sehen sie die kindliche Sexualität hinsichtlich ihrer Bedeutung für die Entstehung von Psychopathologien?

Sichtweisen bezüglich der Grundmotive kindlicher Entwicklung

Am eindeutigsten lässt sich die Frage nach den Grundmotiven kindlicher Entwicklung für die Bindungstheorie beantworten. Diese lehnt energie-ökonomische sowie triebtheoretische Konzeptionen grundsätzlich ab und hält ihr eigenes Verständnis der Motive kindlicher Entwicklung für naturwissenschaftlich nachweisbar. Nach dem Dafürhalten der Bindungstheorie wird das Kind von einem biologisch-phylogenetischem Streben nach

Sicherheit geleitet. Ist dieser Zustand erreicht, werden weitere biologisch verankerte Verhaltenssysteme (etwa das Erkundungssystem) aktiviert. So sieht die Bindungstheorie in der Bindung, d.h. dem Streben nach einer subjektiv empfundenen Sicherheit, ein System, das sich evolutionär ausprägte, weil mit seiner Hilfe die psychischen Entwicklungsaufgaben des Kindes sinnvoll erfüllt werden können (vgl. Fonagy 1994, 23ff).

Im Gegensatz dazu bekennt sich die Ich-Psychologie selbstverständlich zu Freuds triebtheoretischen Vorstellungen. Sie fügte dem Trieb eine Reihe weiterer Entwicklungsmotive hinzu, die je nach Autor als Triebabkömmlinge oder auch als eigenständige Kräfte beschrieben werden. Im Ergebnis beeinflussen unterschiedliche Kräfte die Entwicklung des Kindes in einer stark konflikthaften Weise. Alle Kräfte lassen sich aber letztlich unter dem Ziel der Ich-Autonomie subsumieren.

Auch die motivationalen Vorstellungen der BA sind von einem Streben nach Autonomie geprägt. Dieses Streben ergibt sich im bioenergetischen Verständnis jedoch unmittelbar aus der Triebentwicklung und ist nicht, wie in der Ich-Psychologie, das Ergebnis eines konfliktreichen intrapsychischen Geschehens. So sind die Motive des Kindes aus bioenergetischer Sicht widerspruchsfrei und die psychische Entwicklung wird nur durch ein Versagen der Umwelt negativ beeinflusst.

In der Bindungstheorie wird die Entwicklung eines Kindes vorrangig von einem Streben nach Sicherheit geleitet. Aus der Sicht der Ich-Psychologie beeinflussen Triebabkömmlinge diese Entwicklung auf sehr konflikthafte Weise. Die Vorstellung der Bioenergetischen Analyse ist vorrangig von einem sich unmittelbar aus der Triebentwicklung ergebenden Streben nach Autonomie geprägt.

Sichtweisen bezüglich des Unbewussten und der Entwicklung der psychischen Struktur

Die Annahme eines dynamischen Unbewussten findet sich in allen drei Konzeptionen. Gemeinsam ist ihnen die Auffassung, dass das Unbewusste von Inhalten geprägt ist, die auch mit Anstrengungen nicht erinnert werden können, weil sie durch eine Verdrängungsschranke vom Bewusstsein ferngehalten werden. Eine Aufhebung dieser Schranke ist nur im Rahmen des therapeutischen Durcharbeitens möglich.

Die bioenergetischen Vorstellungen des Unbewussten orientieren sich stark an Wilhelm Reich und sind eng mit der Charakterkonzeption verknüpft. So zeigt der erwachsene Mensch an der Oberfläche ein bewusstes Alltagsgesicht mit den für die jeweilige Charakterpathologie typischen Verhaltensweisen. Durch körpertherapeutische Arbeit wird darunter eine Schicht grotesker, vernunftloser und antisozialer Impulse und Phantasien aufgedeckt, die der Welt des Freud'schen Unbewussten entspricht. Wird diese Schicht in der bioenergetischen Therapie durchgearbeitet, erreicht der Mensch die primäre Schicht des ungepanzerten Charakters, in der sich spontane und natürlich menschliche Bestrebungen frei von intrapsychischen Konflikten und sozial weitgehend adäquat zeigen. Die BA hat indes nicht die strukturelle Theorie der Ich-Psychologie in ihre entwicklungspsychologische Konzeption übernommen. Ausgehend von einer grundsätzlich konfliktfrei verlaufenden Libidoentwicklung und einem äußerst positiven Menschenbild ergab sich hier wohl kein Bedarf für ein über die Charaktertheorie hinausgehendes Strukturmodell zur Darstellung intrapsychischer Konflikte (vgl. Kriz 1994, 86f).

Das Unbewusste der Ich-Psychologie steht stark in der Tradition der Strukturtheorie Freuds. So wird das Freud'sche Unbewusste meist als ein brodelnder Kessel ungezügelter

Egozentrik verstanden, der aktiv durch psychische Abwehroperationen unter Kontrolle gehalten werden muss. Aus Ich-psychologischer Sicht werden alle bewussten Handlungen durch unbewusste Phantasien beeinflusst. Die Bewusstmachung und das Durcharbeiten dieser Phantasien ist dann auch die wichtigste Aufgabe des klassischen Ich-psychologischen Therapieansatzes.

Moderne Ich-Psychologen (etwa Kernberg) relativieren die Bedeutung von Triebimpulsen und den daraus resultierenden unbewussten Phantasien deutlich. Aus ihrer Sicht erhält das Unbewusste seine Gestalt auf der Basis früher Beziehungserfahrungen. Letztere bilden also den Hintergrund für unbewusste pathogene Annahmen, Erwartungen und Überzeugungen des Kindes und beeinflussen seine emotionale und soziale Reifung.

Dieser auf der Repräsentation früher Objektbeziehungen basierende Ansatz der Ich-Psychologie korrespondiert deutlich mit der Bindungstheorie und ihrem „inner working model“. Auch die Bindungstheorie sieht ja das Unbewusste durch Beziehungserfahrungen strukturiert. Ähnlich wie die BA nimmt sie dabei allerdings keinen intrinsischen Krieg zwischen verschiedenen psychischen Instanzen an.

Bindungstheorie, Bioenergetische Analyse und Ich-Psychologie teilen die Auffassung eines dynamischen Unbewussten, welches das bewusste Erleben stark beeinflusst, selbst aber durch eine Verdrängungsschranke vom Bewusstsein ferngehalten wird.

Konzeptionen bezüglich der Affektregulierung und Abwehr im Rahmen der entwicklungspsychologischen Vorstellungen

Die Vorstellungen der BA zur Affektregulierung stehen in engem Zusammenhang mit ihrer energieökonomischen Theorie. Demnach geht die BA davon aus, dass der reife, ungepanzerte Charakter über eine natürliche Fähigkeit zur Affektregulierung verfügt, die vielleicht mit der Fähigkeit des Menschen, seine Körpertemperatur konstant zu halten, vergleichbar ist. Mit Hilfe der Instrumente „Ausdruck“, „Containment“ und „Grounding“ ist er auch bei größeren emotionalen Herausforderungen in der Lage, immer wieder zu einem seelischen Gleichgewicht zurückzukehren. Das Zusammenspiel von Grounding, Ausdruck und Containment ist aber einem Reifungsprozess unterworfen und entwickelt sich nur angemessen, wenn die Umwelt diesen Prozess ausreichend unterstützt. Zu Problemen bei der Affektregulierung kommt es, wenn die Umwelt dieser Aufgabe nicht gerecht wird und durch ein versagendes bzw. traumatisierendes Verhalten überbordende Gefühle im Kind evoziert. Der damit einhergehende Affektstau zeigt sich vorrangig in körperlich-muskulären Blockierungen. Darüber hinaus werden auch psychische Abwehroperationen wirksam.

In der therapeutischen Arbeit konzentriert sich die BA auf die Auflösung dieser körperlichen Blockaden. Dabei postuliert sie, dass bei einem ungehinderten, durch Ausdruck, Containment und Grounding regulierten Energiefluss psychische Abwehrmuster von selbst verschwinden bzw. dass die therapeutische Arbeit an diesen Mustern erst nach Abbau der körperlichen Blockaden sinnvoll ist.

Aus Sicht der Bindungstheorie ist die frühe Mutter-Kind Beziehung die Basis für die Entwicklung psychischer Funktionen und Mechanismen zur Affektregulierung. So gehen einige Bindungstheoretiker davon aus, dass sich frühe Interaktions-

muster in unterschiedliche Stile der Affektregulierung umsetzen, die ihrerseits wieder neue Interaktionsmuster festlegen (vgl. Fonagy 1994, 174).

- Kinder mit einem sicher gebundenen Bindungsmuster entwickeln leistungsfähige Strukturen zur Affektregulation, mit deren Hilfe sie Affekte so modifizieren können, dass ein sozial angemessener Umgang mit ihnen möglich wird.
- Kinder mit einem ängstlich-vermeidenden Bindungsmuster entwickeln ebenfalls leistungsfähige Strukturen zur Affektregulierung. Diese dienen jedoch dem Ziel der Affektunterdrückung, da das Kind aufgrund früherer Erfahrungen davon ausgeht, dass es sich der Bindungsperson nicht mit seinen Affekten zumuten kann.
- Kinder mit einem ängstlich-ambivalenten Bindungsmuster entwickeln eine Affektregulierung mit dem Ziel, die Affekte besonders zu betonen. Es gelingt ihnen jedoch nur unzureichend, diese sozial angemessen zu kommunizieren.
- Bei Kindern mit einem desorganisierten Bindungsmuster sind die notwendigen Strukturen zur Affektregulierung nur unzureichend entwickelt. In der Folge werden die auftretenden Affekte kaum gefiltert und führen so zu Schwierigkeiten in interpersonellen Beziehungen. Möglicherweise sind Verhaltensschwierigkeiten eines Kindes wie die Unfähigkeit, seine Aufmerksamkeit von störenden Stimuli abzurücken, impulsive Handlungen zu unterdrücken oder auch unkontrolliertes aggressives Verhalten und Hyperaktivität die Folge einer Bindungsdesorganisation und der damit zusammenhängenden mangelhaften Entwicklung der Affektregulierung.

Die Bindungstheorie kennt auch psychische Abwehroperationen. Da ihr Schwerpunkt jedoch auf der Erforschung beobachtbaren Verhaltens liegt, spielen intrapsychische Abwehrprozesse in der Bindungstheorie kaum eine Rolle. Allerdings schreibt Bowlby selbst im dritten Band seiner Trilogie „Attachment and Loss“, die Fähigkeit des Ichs, Abwehrmechanismen hervorzubringen, sei eine notwendige Voraussetzung für die Funktionsfähigkeit des „inner working models“.

Auch die gegenwärtige Ich-Psychologie führt das Gelingen der Affektkontrolle auf die frühe Mutter-Kind Interaktion und die damit einhergehende Entwicklung von Selbst- und Objektrepräsentanzen zurück. Im Unterschied zur Bindungstheorie werden diese jedoch in einem weit höheren Maße durch intrapsychische Prozesse beeinflusst. Dennoch kommt aber auch in der Ich-Psychologie den Umweltbedingungen eine zentrale Aufgabe zu. So ist z.B. Winnicott der Auffassung, dass der Säugling nur in dem Maße fähig ist, seine Triebkräfte zu bewältigen, wie die Mutter fähig und willens ist, seine Bedürfnisse wahrzunehmen und zu erfüllen (vgl. Fonagy 1994, 105).

Im Mittelpunkt der Ich-Psychologie steht die Fähigkeit des Ichs, Abwehrmechanismen zu entwickeln und mit deren Hilfe u.a. die notwendigen Affektregulationen vorzunehmen. Die Abwehrmechanismen sorgen für ein seelisches Gleichgewicht bei inneren und äußeren Belastungen. Sie reifen im Laufe der Entwicklung und führen letztlich in einem komplexen Zusammenspiel mit inneren und äußeren Bedingungen sowie einer stützenden Umwelt dazu, dass ein funktionsfähiges Instrument zur Affektregulierung entstehen kann.

Neben der normalen Entwicklung kann es aber durch eine Verschiebung der Parameter zu Störungen der Affektregulierung kommen. Ist z.B. die Fähigkeit zur Reifung der Abwehr

krankheitsbedingt eingeschränkt, die innere oder äußere Belastung ungewöhnlich stark oder die Umwelt versagend, kann das Ich das seelische Gleichgewicht nur bewahren, indem es psychische Funktionen wie eine sozial adäquate Affektregulierung oder eine angemessene Realitätswahrnehmung opfert. In diesen Fällen bleibt die Abwehrorganisation auch beim erwachsenen Menschen weitgehend auf primitive oder unreife Abwehrreaktionen beschränkt, die Ausdruck einer psychischen Störung sind. Vor diesem Hintergrund werden neurotische Abwehrmechanismen von der Ich-Psychologie danach bewertet, in welchem Ausmaß es dem Betroffenen gelingt, eine angemessene Affekt- und Impulsregulierung zu organisieren, ohne dass es zu einer veränderten Realitätswahrnehmung kommt (vgl. OPD 1996, 162-166).

Die bioenergetische Analyse vertraut auf ein menschliches Selbstregulierungsvermögen, auf dessen Basis (nach Auflösung muskulärer Verpanzerungen) eine natürliche Fähigkeit zur Affektregulierung entsteht. Die Bindungstheorie nimmt an, dass die Entwicklung leistungsfähiger Strukturen zur Affektregulierung wesentlich von der frühen Mutter-Kind Beziehung bestimmt wird. Auch die Ich-Psychologie misst den frühen Umweltbedingungen eine wesentliche Bedeutung bei der Fähigkeit zur Affektregulierung zu. Aus ihrer Sicht wird diese aber auch im hohen Maße durch intrapsychische Prozesse beeinflusst.

Sichtweisen bezüglich der kindlichen Sexualität hinsichtlich ihrer Bedeutung für die Entstehung von Psychopathologien

In ihrer Bewertung der frühkindlichen Sexualität haben sich alle drei Konzeptionen weit von den ursprünglichen triebpsychologischen Vorstellungen Freuds entfernt. Zwar bestreitet wohl niemand die Existenz frühkindlicher Sexualität. Natürlich ist auch bekannt, dass viele Psychopathologien ein gestörtes Verhältnis zur eigenen Sexualität implizieren. Dennoch wird der Einfluss frühkindlicher Sexualität auf psychopathologische Entwicklungen heute allgemein sehr viel geringer eingeschätzt als in der Freud'schen Triebpsychologie.

Die Bindungstheorie hat den Zusammenhang von Bindung und sexueller Entwicklung bisher sehr wenig konzeptualisiert. Auch sie leugnet nicht den Zusammenhang zwischen Neurosen und sexuellen Schwierigkeiten, nimmt jedoch an, dass es sich dabei um einen generellen Konflikt zwischen Wünschen bzw. Vorstellungen und deren Realisierungsmöglichkeiten handelt, der nicht im Bereich des Psychischen lösbar ist und deshalb in körperlicher Form erlebt wird. Eine besondere Bedeutung billigt die Bindungstheorie der frühkindlichen Sexualität aber nicht zu (vgl. Fonagy 1994, 72).

Die BA ist natürlich schon alleine aufgrund ihrer Historie der Idee der frühkindlichen Sexualität als zentrale Quelle seelischer Entwicklungsstörungen stark verbunden. Jedoch führte die Umdeutung sexueller Lust in Lebensfreude sowie die Annahme, dass seelische Störungen generell auf ein Umweltversagen zurückgeführt werden können, in der bioenergetischen Praxis dazu, dass die Gefühle allgemein und nicht mehr der Trieb als Motor psychischer Entwicklung angenommen wird. Entsprechend wird in der heutigen

bioenergetischen Praxis das in kathartischen Prozessen auftretende Material kaum noch hinsichtlich eines darin vielleicht verborgenen psychosexuellen Inhalts untersucht. Vielmehr begreifen die meisten Bioenergetischen AnalytikerInnen dieses Material wohl vorrangig als Ausdruck mehr oder minder starker Traumatisierungen, welche zu Einschränkungen des Gefühlslebens führten.

Die Ich-Psychologie ist der Triebpsychologie sicherlich am stärksten verpflichtet. So wird innerhalb der klassischen strukturellen Theorie davon ausgegangen, dass die Sexualität, die ja während der gesamten kindlichen Entwicklung eine Rolle spielt, im vierten oder fünften Lebensjahr einem qualitativen Wandel unterworfen ist, der radikale Auswirkungen für die spätere Entwicklung bzw. die neurotische Psychopathologie hat. Doch bereits Anna Freud reduzierte die entwicklungspsychologische Bedeutung der Sexualität, indem sie verschiedene sich unabhängig von der Sexualität entwickelnde Entwicklungslinien konzeptualisierte (vgl. Tyson und Tyson 1997, 31f).

Heute halten es wohl die meisten Ich-Psychologen für eine Fehlkonzeption, psychische Erkrankungen vorrangig auf sexuelle Ursachen zurückzuführen. Allgemein hat sich in der Psychoanalyse das vom Selbstpsychologen Lichtenberg erdachte Konzept der Motivationssysteme durchgesetzt, wonach angenommen wird, dass das Bedürfnis „nach sinnlichem Vergnügen oder sexueller Erregung“ nur eines von insgesamt fünf Grundmotivationen ist (vgl. OPD 1996, 57).

In der Auseinandersetzung zwischen früher Beziehungserfahrung und ödipalen Konflikten als Ursache von Psychopathologien formulierte der Psychoanalytiker Eagle eine interessante These. Er geht davon aus, dass eine gescheiterte Bewältigung ödipaler Konflikte dazu führt, dass die Probleme kindlicher

Bindungsunsicherheit in den Vordergrund gedrängt werden. „Wenn die ödipalen Konflikte der Entwicklung angemessen gehandhabt worden wären, würde man möglicherweise keine Hinweise auf frühkindliche Beziehungsmuster erkennen“ (vgl. Fonagy 1994, 149).

Das Vorhandensein einer frühkindlichen Sexualität wird in der Bioenergetischen Analyse, der Bindungstheorie und der Ich-Psychologie bejaht. Allerdings wird ihr Anteil an der Entwicklung von Psychopathologien von allen drei Verfahren deutlich geringer eingeschätzt als in Freuds ursprünglicher Triebpsychologie.

Konsequenzen für die Bioenergetische Analyse

Beim Vergleich der Konzeptionen fallen Gemeinsamkeiten (z.B. die Bedeutung der frühen Kindheit und die Wichtigkeit der Mutter-Kind Beziehung), aber auch Unterschiede (etwa das Verständnis des Unbewussten) auf. Ebenfalls auffällig sind die unterschiedlichen Perspektiven, aus der Bindungstheorie, BA und Ich-Psychologie die kindliche Entwicklung betrachten. Unter der Annahme, dass sich menschliche Entwicklung generell im Rahmen des existenziellen Widerstreits zwischen einem Wunsch nach Beziehung (bzw. der damit verbundenen Abhängigkeit) und dem Streben nach Freiheit (bzw. der damit einhergehenden Autonomie) abspielt, so positionieren sich die drei Konzeptionen auf dem Kontinuum zwischen Abhängigkeit und Autonomie sehr unterschiedlich:

- Die Bindungstheorie untersucht die kindliche Entwicklung vorrangig unter dem Aspekt des Bindungswunsches und beschreibt sich daraus ergebende Probleme bzw. Konflikte.
- Die BA betont den Wunsch des Kindes nach Freiheit, untersucht die durch Umweltversagen auftretenden Einschränkungen und zeigt Wege auf, wie diese Einschränkungen (aus Sicht der BA) überwunden werden können.
- Die Ich-Psychologie ist auf diesem Kontinuum eher in der Mitte angesiedelt. Sie konzentriert sich auf die Bedeutung des phantasmatisch-intrapsychischen Geschehens und scheint nach einer Balance zwischen Abhängigkeit und Autonomie zu suchen.

Unter der Annahme, dass sich menschliche Entwicklung im Rahmen eines Widerstreits zwischen dem Wunsch nach Beziehung und dem Streben nach Freiheit abspielt, muss wohl jedes Kind während seiner Entwicklung Bindungs-, intrapsychische und Autonomiekonflikte zu bewältigen.

Generell müssen wir jedoch annehmen, dass ein Kind während seiner Entwicklung sowohl Bindungs- als auch intrapsychische als auch Autonomiekonflikte zu bewältigen hat. Alle drei Konzeptionen sind darum mit der Schwierigkeit konfrontiert, dass in der kindlichen Entwicklung Konflikte auftreten, die in den jeweiligen Konzeptionen zumindest nicht im Hauptfokus des Interesses stehen. Für die BA erscheint es vor diesem Hintergrund sinnvoll, ihre entwicklungspsychologischen Vorstellungen zu erweitern. Eine solche Erweiterung hat jedoch erhebliche Konsequenzen. Schließlich reicht es nicht aus, die Existenz

weiterer entwicklungsbezogener Konflikte anzuerkennen. Wenn die Prämisse der funktionalen Identität von Körper und Seele aufrechterhalten werden soll, muss auch gezeigt werden, in welcher Form sich diese Konflikte körperlich abbilden.

Diese Aufgabe kann natürlich nicht im Rahmen dieses Artikels geleistet werden. Sie ist aber m.E. eine der wichtigsten Forschungsaufgaben der BA, um theoretisch und methodisch auf die Veränderung des Krankheitspanoramas von neurotischen zu strukturellen Störungen reagieren zu können.

Theoretische Modifikationen

Eine Vernetzung der BA mit den Wissensbeständen anderer therapeutischer Methoden ist heute in der Praxis alltäglich (nicht zuletzt, weil viele Bioenergetische AnalytikerInnen über Ausbildungen in weiteren therapeutischen Verfahren verfügen bzw. sich in anderen Methoden weiterbilden). Leider ist nur sehr schwer zu ermitteln, in welchem Ausmaß in der täglichen Praxis bereits Ansätze für neue Theorieentwicklungen entstanden sind, die über eine rein additive Anwendung der verschiedenen Methoden hinausgeht. Ein Gedanken- und Erfahrungsaustausch hierüber könnte die bioenergetische Theorie jedoch deutlich vorwärts bringen.

Im Folgenden möchte ich deshalb darstellen, wie sich in meiner Praxis bioenergetische, bindungstheoretische und Ich-psychologische Ansätze miteinander verbunden haben und welche Konsequenzen sich daraus für meine körpertherapeutische Arbeit ergeben. Dabei bin ich zu der Überzeugung gelangt, dass man von einigen klassisch-theoretischen Positionen der BA abweichen muss.

Lebensfreude und Autonomie

Angesichts der Ergebnisse der Säuglings- und Bindungsforschung ist es heute nicht mehr möglich, das Streben nach „Lebensfreude und Autonomie“ als zentrales Motiv kindlicher Entwicklung anzunehmen. Die neueren Forschungsergebnisse sprechen hier eine eindeutige Sprache. Gerade weil der Säugling mit einer gewissen Autonomie auf die Welt kommt, strebt er nach einer Bindung und muss den immer wieder auftretenden Objektverlust bzw. die Angst vor demselben bewältigen. Erst wenn diese Aufgabe in befriedigender Weise gelungen ist, kann die weitere (von anderen Motiven geleitete) kindliche Entwicklung zu einer stabilen Reifung führen.

Die Säuglingsforschung belegt eindeutig, dass ein Säugling zunächst nach Bindung strebt. Es ist darum nicht mehr plausibel, Lebensfreude und Autonomie als zentrale Motive kindlicher Entwicklung anzunehmen.

Intrapsychisches Geschehen

Die idealistische Idee des ungepanzerten Charakters, der über ein natürliches, unzerstörbares System zur sozial angemessenen Affekt- und Beziehungsregulierung verfügt, muss dringend auf den Prüfstand. In Zeiten, in denen Patienten mit strukturellen Störungen den größten Anteil in allen therapeutischen Praxen ausmachen, bestätigt sich diese Idee nämlich leider nicht. Die in der OPD als strukturelle Fähigkeiten (Fähigkeit zur Selbststeuerung, Selbstwahrnehmung, Objektwahrnehmung, Bindung und Abwehr) formulierten Kompetenzen sind keineswegs Teil eines natürlichen, unzerstörbaren Regulierungssystems. Sie können mehr oder minder starke Defizite aufweisen, die

vielleicht gerade erst dann sichtbar werden, wenn sich der Muskelpanzer mit Hilfe der bioenergetisch-kathartischen Körperarbeit auflösen beginnt.

Ängste und Abwehrprozesse bestimmen die kindliche Entwicklung in einem weitaus höherem Maße als von der BA angenommen. Sie sind unmittelbar an das Bindungsstreben des Kindes gekoppelt und bestimmen maßgeblich die Ausbildung seiner Fähigkeit zur Affekt- und Beziehungsregulation.

Strukturelle Defizite eines Klienten zeigen sich in der bioenergetischen Therapie manchmal erst, wenn sich der Muskelpanzer durch die kathartische Körperarbeit auflösen beginnt.

Charakter und „inner working model“

Die Annahme eines Arbeitsmodells, das auf der Basis realen frühkindlichen Geschehens sowie phantasmatischer Ängste die Beziehungen reguliert, stellt eine sinnvolle Ergänzung der bioenergetischen Charaktertheorie dar und weist einen eleganten Ausweg aus der äußerst eingeschränkten Typenlehre.

Deutet man die jeweiligen Charaktereigenschaften als die Anstrengungen eines Kindes, um Nähe zur Mutter herzustellen, so können die von Lowen beschriebenen Charaktertypen auch als weit verbreitete „inner working models“ interpretiert werden.

Die von Alexander Lowen beschriebenen Charaktertypen können als „inner working models“ beschrieben werden, wenn man die jeweiligen Eigenschaften als kindliche Anstrengung, Nähe zur Mutter herzustellen, versteht.

Affekt und Affektabwehr

Entgegen der Annahmen in der BA lässt sich die Affektabwehr nicht auf einen Affektstau (d.h. auf chronisch muskuläre Blockaden) reduzieren. Störungen der Affektregulation entstehen nicht nur auf Grund von Verpanzerungen. Vielmehr wird der Umgang mit Affekten stark von Signalängsten, insbesondere der „Angst vor Objektverlust“ geprägt. Entstehen in der sozialen Interaktion Affekte, die dem „inner working model“ widersprechen, führt eine Signalangst dazu, dass diese Affekte seelisch und körperlich abgewehrt werden. Körperlich zeigt sich solch eine Abwehr aber gerade nicht in chronischen Muskelverspannungen, sondern in schwachen bis mittelstarken situativen Muskelanspannungen (z.B. das kurzfristige Anhalten des Atems) bzw. Bewegungsmustern (z.B. Vermeidung des Augenkontaktes oder „nervösen Fuchteln“ mit den Armen). Mit Hilfe dieser Aktivitäten wird insbesondere die Objektgerichtetheit der Affekte neutralisiert.

Die Affektabwehr zeigt sich nicht nur in einem chronischen Muskelpanzer, sondern auch in situativen Muskelanspannungen und abwehrenden Bewegungsmustern.

Konsequenzen für die bioenergetische Körperarbeit

Das modifizierte Verständnis von Motiv, Charakter, Abwehr und intrapsychischem Geschehen führt auch zu einer veränderten Sichtweise auf körpertherapeutische Prozesse. Während sich die klassisch-bioenergetische Körperarbeit aus den Elementen „Aufladung“, „Entladung“ (Katharsis) und „Aufarbeitung“ zusammensetzt, ist in der modifizierten Perspektive sehr viel wichtiger, in welchem Maße die evozierten Affekte Teil der

sozialen Interaktion sein dürfen. Das bioenergetische Setting wird also stärker als intersubjektives Feld verstanden, in dem gemeinsam mit dem Klienten untersucht werden kann, wie frühe Bindungsmuster verhindern, dass bestimmte Affekte und Impulse in angemessener Weise in soziale Interaktion eingebracht werden können und welche Abwehroperationen damit verbunden sind (vgl. Tasche/Weber 2002, 47).

Beispiel: Ein Klient mit einer (bioenergetisch betrachtet) eindeutigen masochistischen Charakterstruktur fühlt sich in der zwanzigsten Stunde der Therapie nach einer recht stresshaften Körper- und Ausdrucksarbeit sehr wohl und ausgesprochen belebt. Während des Aufarbeitungsgesprächs, das wir in stehender Position führen, schlenkern seine energetisch geladenen Arme ständig vor und zurück. In der Gegenübertragung habe ich die (naheliegende) Phantasie, dass die Arme den Wunsch nach einer Umarmung ausdrücken. Auf meine entsprechende Frage bestätigt der Klient, dass er innerlich gerade sehr intensiv mit seiner Frau in Kontakt ist und ein sehr starkes Verlangen spürt, sie zu umarmen.

Aus bioenergetischer Sicht würde es ausreichen, den Klienten zu ermutigen, diesen Impuls möglichst bald in die Tat umzusetzen. Aus der modifizierten Perspektive ist aber davon auszugehen, dass die belebten Impulse (nämlich die Ehefrau aktiv in den Arm zu nehmen) dem persönlichen Bindungsmuster („inner working model“), das darüber entscheidet, welche Affekte und Impulse wie kommuniziert werden dürfen, um der (ursprünglichen) Bindungsperson nahe sein zu können, widersprechen.

Warum sprach der Klient diesen starken Impuls im Aufarbeitungsgespräch nicht selbst an? Wie verhält er sich gegenüber seiner Ehefrau, wenn er entsprechende Wünsche spürt?

Im weiteren Gespräch wird deutlich, dass eine Verbindung zu seiner äußerst labilen und bedürftigen Mutter nur unter fast vollständigem Verzicht auf eigene Impulse und Wünsche möglich war. In diesem Fall wurde die grundsätzliche (unbewusste) Überzeugung „Wenn ich eigene Bedürfnisse und Wünsche kommuniziere, werde ich abgelehnt und verlassen“ durch die kathartische Körperarbeit in keiner Weise in Frage gestellt.

Meines Erachtens darf der Prozess der bioenergetischen Körperarbeit nicht nur unter dem Aspekt des Energieflusses und des Affektausdrucks betrachtet werden. Er gibt vielmehr auch Auskunft darüber,

- welche Affekte nicht im Rahmen des „inner working models“ kommuniziert werden dürfen,
- welche Grundängste (Objektverlust, Kastration, etc.) der sozialen Kommunikation der Affekte entgegenstehen,
- wie sich auf der körperlichen Ebene das Zusammenspiel zwischen chronischen Blockaden (die durch die bioenergetische Körperarbeit aufgelöst werden müssen) und den auf Bewegungsmustern und situativen Anspannungen basierenden Abwehroperationen (die bewusst gemacht und gedeutet werden müssen) gestaltet.

Die so gewonnenen Informationen ergänzen das Bild der psychischen Schädigungen und erlauben sowohl auf verbaler wie auch auf körperlicher Ebene differenziertere Interventionen, als dies bei einem klassisch-bioenergetischen Vorgehen möglich wäre.

Zusammenfassung

Der Artikel versucht, einen Beitrag zur Diskussion um die paradigmatischen Veränderungsmöglichkeiten der BA zu leisten, indem er die wichtigsten entwicklungspsychologischen Vorstellungen der BA, der Bindungstheorie und der Ich-Psychologie darstellt und miteinander vergleicht. Im Anschluss werden einige theoretische Veränderungen für die BA bezüglich der Grundmotive menschlicher Entwicklung, Abwehr, Charakter und intrapsychischem Geschehen vorgeschlagen sowie die sich daraus ergebenden Konsequenzen für die Theorie und Praxis der BA erörtert.

(Vortrag Bielefeld 2004)

Literatur

Arbeitskreis OPD: Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (1996) Hans Huber Verlag Bern

Black, G., Blanck, R.: Angewandte Ich-Psychologie (1981) Klett Cotta Verlag Stuttgart

Fonagy, Peter: Bindungstheorie und Psychoanalyse (2003) Klett Cotta Verlag Stuttgart

Freud, Sigmund: Studienausgabe Bd. III – Psychologie des Unbewussten (1975) S. Fischer Verlag Frankfurt a.M.

Gay, Peter: Freud (1987) S. Fischer Verlag Frankfurt a.M.

Holmes, Jeremy: John Bowlby und die Bindungstheorie (2002) Reinhardt Verlag München

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

Mertens, Wolfgang: Psychoanalytische Grundbegriffe (1998)
Beltz Verlag Weinheim

Sharaf, Myron: Wilhelm Reich (1994) Simon & Leutner Verlag
Berlin

Reich, Wilhelm: Die Entdeckung des Orgons/Die Funktion des
Orgasmus (1969) Kiepenheuer & Witsch Verlag Köln

Tasche, Jens, Weber, Reinhard: Braucht die Bioenergetische
Analyse ein neues Paradigma? (2002) Forum der Bioenergetischen
Analyse 1/2002

Tyson, P., Tyson R.: Lehrbuch der psychoanalytischen
Entwicklungspsychologie (1997) Kohlhammer Verlag Stuttgart
Berlin Köln