

Ulrich Sollmann
»Vorsicht Berührung«
**Wie wirkt das, was da wirkt, in der
Körperpsychotherapie?**

Forum Bioenergetische Analyse 2014, S. 65–75

Sonderdruck für Ulrich Sollmann

© Psychosozial-Verlag, Gießen 2014

Dieser Text ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, insbesondere das der Übersetzung in fremde Sprachen, bleiben vorbehalten. Kein Teil dieses Textes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages in irgendeiner Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder andere Verfahren – reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Inhalt

Editorial	3	Körperorientierte Seelsorge mit trauernden Menschen	95
Bioenergetische Selbstfürsorge für Therapeuten		<i>Gaby Hische-Richter</i>	
Zwischen Öffnung und Abgrenzung	9	Körperorientierung in der Studierendenseelsorge und die Suche nach der eigenen Identität in der Spät- und Postadoleszenz	112
<i>Vita Heinrich-Clauer</i>		<i>Eva Siemoneit-Wanke</i>	
Die Liebe in der Bioenergetischen Analyse	34	Körperseelsorge in der Klinik	129
<i>Konrad Oelmann</i>		Impulse, Interventionen und Angebote	
Selbsterfahrung in der Bioenergetischen Übungsgruppe	49	<i>Marion Kohl</i>	
<i>Rolf Großberüschkamp</i>		Bioenergetik und Spirituelles Heilen	144
»Vorsicht Berührung«	65	Der Körper als Instrument geistigen Heilens in der Seelsorge	
Wie wirkt das, was da wirkt, in der Körperpsychotherapie?		Eine Wegbeschreibung	
<i>Ulrich Sollmann</i>		<i>Wilfried Ranft</i>	
Liebe und Mitgefühl für Dich selbst!	76		
Eine Erweiterung meiner bioenergetischen Sicht und Interventionen			
<i>Irmhild Liebau</i>			

Impressum

Forum Bioenergetische Analyse
ISSN 0946-8846
Ausgabe 2014

Die Herausgabe des *Forums Bioenergetische Analyse* erfolgt im Auftrag des Norddeutschen Instituts für Bioenergetische Analyse (www.niba-ev.de) und der Süddeutschen Gesellschaft für Bioenergetische Analyse (www.sgfa.com).

ViSdP: Die Herausgeberin; bei namentlich gekennzeichneten Beiträgen die Autorinnen und Autoren. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht in jedem Fall eine Meinungsäußerung der Herausgeberin, der Redaktion oder des Verlages dar.

Erscheinen: 1 Mal im Jahr

Herausgeberin:
Dr. Irmhild Liebau
Am Steinbruch 22
35469 Allendorf
Tel.: 0 64 07 - 9 06 81 71
E-Mail: irmhild.liebau@gmail.com

Redaktion:
Konrad Oelmann
In der Mark 14–16
53639 Königswinter-Ittenbach
Tel.: 0 22 23 - 2 41 51
E-Mail: Konrad.Oelmann@t-online.de

Karl-Erich Pönitz
Paracelsusstr. 6
42549 Velbert
Tel.: 0 20 51 - 20 79 62
E-Mail: karl-erich.poenitz@gmx.de

Ulrich Sollmann
Höfestr. 87
44801 Bochum
Tel.: 02 34 - 38 38 28
E-Mail: info@sollmann-online.de

Herausgeberin und Redaktion laden zur Einsendung von Manuskripten ein. Bitte wenden Sie sich per E-Mail an Dr. Irmhild Liebau: irmhild.liebau@gmail.com

Umschlagabbildung: Paul Klee: *Park bei Lu. [Zern]*, 1938
Umschlaggestaltung & Satz: Hanspeter Ludwig, Wetzlar
Druck: Majuskel Medienproduktion GmbH, Wetzlar
www.majuskel.de
Printed in Germany

Verlag:
Psychosozial-Verlag
Walltorstr. 10
35390 Gießen
Tel.: 06 41 - 96 99 78 - 26 · Fax: 06 41 - 96 99 78 - 19
E-Mail: bestellung@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Bezug:
Mitglieder des NIBA, der GBA und der SGfBA erhalten die aktuelle Ausgabe des Forums durch ihre jeweiligen Institute kostenlos zugestellt. Abonnement (1 Ausgabe im Jahr): 12,90 Euro (zzgl. Versand)
Einzelheft: 16,90 Euro (zzgl. Versand)
Bestellungen von Abonnements bitte an den Verlag, Einzelbestellungen beim Verlag oder über den Buchhandel.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis zum 15. November erfolgt.

Copyright:
© 2014 Psychosozial-Verlag
Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Anzeigen:
Anfragen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de



Irmhild Liebau (Hg.)

Forum Bioenergetische Analyse 2014

160 Seiten • Broschur
Preis Einzelheft (D): 16,90 Euro
Abo (1 Ausgabe pro Jahr): 12,90 Euro (zzgl. Versandkosten)
ISSN 0946-8846

Das *Forum Bioenergetische Analyse* erscheint ab 2014 einmal im Jahr.

Mitglieder des NIBA, der GBA und der SGfBA erhalten die aktuelle Ausgabe des *Forums* durch ihre jeweiligen Institute kostenlos zugestellt.

Einzelbestellung und Abonnement über:



Psychosozial-Verlag

Walltorstr. 10
35390 Gießen
Tel.: 06 41/96 99 78 18
Fax: 06 41/96 99 78 19
bestellung@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Das *Forum Bioenergetische Analyse* veröffentlicht Beiträge, die dem kollegialen Erfahrungsaustausch dienen, das bioenergetisch-analytische Wissen vertiefen, strittige theoretische und praktische Aspekte der Arbeit diskutieren sowie Verbindungen zu Nachbardisziplinen herstellen.

Das Spektrum der Beiträge der aktuellen Ausgabe reicht von Selbstfürsorge für Therapeutinnen und Therapeuten und (Selbst-) Liebe in der Bioenergetischen Analyse über Selbsterfahrung in der Bioenergetischen Übungsgruppe bis hin zur Wirkungsweise der Berührung in der Körperpsychotherapie. Ein zentrales Thema ist die Anwendung bioenergetischer Konzepte in der körperorientierten Seelsorge in Klinik, Trauerarbeit und in der Beratung von Studierenden.

Aus dem Inhalt: Vita Heinrich-Clauer: Bioenergetische Selbstfürsorge für Therapeuten. Zwischen Öffnung und Abgrenzung • Konrad Oelmann: Die Liebe in der Bioenergetischen Analyse • Rolf Großerüschkamp: Selbsterfahrung in der Bioenergetischen Übungsgruppe • Ulrich Sollmann: »Vorsicht Berührung«. Wie wirkt das, was da wirkt, in der Körperpsychotherapie? • Irmhild Liebau: Liebe und Mitgefühl für Dich selbst! Eine Erweiterung meiner bioenergetischen Sicht und Interventionen • Gabriele Hische-Richter: Körperorientierte Seelsorge mit trauernden Menschen • Eva Siemonit-Wanke: Körperorientierung in der Studierendenseelsorge und die Suche nach der eigenen Identität in der Spät- und Postadoleszenz • Marion Kohl: Körperseelsorge in der Klinik. Impulse, Interventionen und Angebote • Wilfried Ranft: Bioenergetik und Spirituelles Heilen. Der Körper als Instrument geistigen Heilens in der Seelsorge

Irmhild Liebau, Dr. theol., ist Bioenergetische Analytikerin (CBT), Supervisorin (DGfP), Körperpsychotherapeutin (EAP/HPG) und war Leiterin des Seelsorgeinstituts an der Kirchlichen Hochschule Bethel. Sie ist als freiberufliche Kursleiterin von Weiterbildungen in Körperorientierter Seelsorge und Gefängnisseelsorge tätig.

Die Herausgabe des *Forums Bioenergetische Analyse* erfolgt im Auftrag des Norddeutschen Instituts für Bioenergetische Analyse und der Süddeutschen Gesellschaft für Bioenergetische Analyse.

Redaktion: Konrad Oelmann, Karl-Erich Pönitz, Ulrich Sollmann

»Vorsicht Berührung«

Wie wirkt das, was da wirkt, in der Körperpsychotherapie?¹

Ulrich Sollmann

»Sie legte ihren Kopf in meinen Schoss. Sie fühlte sich wie ein kleines Kind in dieser nachnährenden therapeutischen Beziehungsszene. Aufgrund der großen körperlichen Nähe, dieser szenischen Intimität, hatte ich mir vorsichtshalber ein Kissen auf den Schoss gelegt, auf das sie dann ihren Kopf legte.

Als ich meine beginnende Erektion unter dem Kissen zu spüren begann ...«

Der Psychoanalytiker Tilmann Moser begann mit ähnlichen Worten seinen Hauptvortrag bei den Lindauer Psychotherapiewochen, Anfang der 90er Jahre. Ich erinnere mich noch gut daran. Auch an die fast schon unheimliche, atemlose Stille im Plenum.

Moser unterstrich durch die Fallstudie die Notwendigkeit, den Körper in die Psychotherapie einzuführen. Er verheimlichte dabei nicht die deutlichen Auswirkungen eines solchen Vorgehens auf die Übertragungsbeziehung. Und begann ausführlich auch über sich und sein eigenes Erleben zu berichten.

Moser gilt als Pionier, den Körper in die Psychoanalyse eingeführt zu haben. Er war aber auch lange das *Enfant terrible* in der Psychoanalyse. Wer wagt es denn schon vor der versammelten Kollegenschaft von seiner Erektion als einer Reaktion des Therapeuten zu erzählen.

Zusammen mit einigen meiner Kollegen (Thielen, Geuter u. a.), alles damals schon ausgebildete Körperpsychotherapeuten, unterschiedlicher methodischer Provenienz, fühlten wir uns damals in der Überzeugung bestätigt, dem Körper in der Therapie berechtigterweise mehr Raum zu geben.

1 Dieser Artikel basiert auf meinem Vortrag bei der 13. Dresdner Körperbildwerkstatt, 1. Dezember 2012, Universität Dresden.

Zur Praxeologie in der Körperpsychotherapie

Jeder Praktiker, sei es ein ausgebildeter Körperpsychotherapeut oder ein Psychotherapeut anderer Provenienz, der mit körperpsychotherapeutischen Mitteln arbeitet, ist immer auch mit diesbezüglichen praxeologischen Fragen befasst. Unter Praxeologie verstehe ich mit Pierre Bourdieu (2009) die »Theorie der Praxis«. Hierunter sind die unterschiedlichen Modi der szenischen Betrachtung von Gesellschaft zu verstehen bei Einbezug der aktuellen, anwesenden Akteure.

Die eingehende Beschäftigung mit dem Thema »wie funktioniert/wirkt das, was funktioniert/wirkt« findet man hingegen erst seit jüngerer Zeit in der Fachliteratur. Zu dieser eher heuristischen Perspektive gehören bspw. das Konzept des Wahrnehmungskontinuums aus der Gestalttherapie und die zirkulär-systemische Vorgehensweise hinsichtlich der unterschiedlichen relevanten Ebenen wie: Biografie, Stuserhebung, Klagegrund, Therapiebeziehung, Selbstaussdruck, (non-)verbale Wirkung, Kontext, Therapieziel u. a.

Ich möchte eine Szene aus einer körperpsychotherapeutischen Gruppe als ein zirkuläres Wirkungsgeschehen zwischen Klient und Körperpsychotherapeut in Bezug auf den spezifischen Hintergrund in besagter Gruppe darstellen. In diesem Falle handelt es sich um eine Gruppe von gestalttherapeutischen Kollegen, die geübt im Prozess der kontinuierlichen Wahrnehmung waren. Dies wirkte ermöglichend auf das Zusammenspiel von Körpererfahrung, Gruppenprozess und kollegialer Reflexion sowie Versprachlichung als gemeinsamer Leistung. Als Teil des Prozesses selbst wirkte diese Versprachlichung wiederum ermöglichend auf die Selbst-Erfahrung als Erfahrung des Körper-Selbst in die Gruppe zurück.

Die Betrachtung des Geschehens in der Psychotherapie unter dem Aspekt des in diesem Fall ermöglichenden »Hintergrunds« spiegelt die psychotherapeutische Haltung dem Geschehen insgesamt gegenüber. Hieran orientiert sich die Praxeologie in der (Körper-)Psychotherapie. Hierdurch gelingt es ebenfalls (körper-)psychotherapeutische Konzepte und Theorien in Bezug auf ihre Wirkfähigkeit zu überprüfen. Denn, was hier vielleicht aus plausibler Begründung sowie wissenschaftlicher Überprüfung wirkt, muss in einem anderen Kontext nicht unbedingt (ähnlich) wirken. Nicht wirken, bedingt durch eine andere Praxeologie und eine andere Plausibilität.

Körperdiagnostik: Wunsch und Angst in der Gruppe

Eine Fachfortbildung! Eine Gruppe von PsychotherapeutInnen trifft sich zum Thema Körperdiagnostik. Ein Pflichtthema in der Ausbildung vieler PsychotherapeutInnen, das mit Neugier und Spannung erörtert wird, das auch den Zeitgeist widerspiegelt. Es geht um die Bedeutung des Körpers in der Psychotherapie und um die eigene

Körperlichkeit, die Wahrnehmung und das Erleben des eigenen Körpers als Gestalt-psychotherapeutIn.

Körperdiagnostik in der Therapie, die Wahrnehmung und die Einschätzung eines fremden Körpers in der therapeutischen Beziehung, haben immer etwas mit dem eigenen Körpererleben, der eigenen Person zu tun. Man schaut mit den eigenen Augen, also durch den eigenen Körper den Körper seines Gegenübers an. Wortlos, einführend ist man selbst körperliche Resonanz und erfährt gerade hierdurch einen neuartigen, tiefgreifenden Zugang zum Klienten. Zum Körper des anderen!

Mit dem Körper des anderen sich zu befassen, körperlich, das heißt pädagogisch oder therapeutisch Einfluss zu nehmen, fängt bei der eigenen Körperlichkeit an. Körperdiagnostik heißt demnach, sich gerade auch mit dem eigenen Körper zu befassen, sich mit den Geheimnissen des eigenen körperlichen Erlebens vertraut zu machen. Denn der eigene Körper ist gewissermaßen die Brille, das Mittel, das Medium, das mir eine sensible und personengerechte Beobachtung, Einfühlung und Einschätzung erst ermöglicht. Eben eine unschätzbare Resonanz, daher auch unverzichtbare Referenz.

Sich mit dem Körper zu beschäftigen, mit den eigenen Körpererfahrungen, der eigenen Lebensgeschichte, weckt oft ganz überraschende Gefühle, Erinnerungen und Reaktionen. Eine Wirklichkeit, an der niemand, wenn er mit dem Körper therapeutisch arbeitet, vorbeikommen kann. Ob man Klient ist oder Therapeut.

Befasse ich mich mit einem anderen Menschen in der Therapie, so wecke oder fördere ich nicht nur sein Körpererleben, sondern auch die unergründlichen Tiefen meines eigenen. In jedem Moment aufs Neue. Mit jedem Menschen eine andere Facette.

Trotz des großen Interesses an Körperdiagnostik in der besagten Gruppe von KollegInnen werden gleich zu Anfang die Angst vor körperlicher Berührung und vor allem die Angst vor Nacktheit genannt.

»Ich habe gehört, dass man sich bei der Körperpsychotherapie gleich ausziehen muss. Das werde ich auf keinen Fall tun!«

»Denk bloß nicht, dass ich mich berühren lassen werde!«

Oder aber: »Ich muss Dich und Deinen Körper doch sehen«, um mit dem Körper überhaupt arbeiten zu können.«

Die Gruppe spaltet sich spontan, un verabredet, man könnte fast meinen, einer geheimen Dynamik folgend, in zwei Lager: Einerseits heftige Zurückweisung und Reserviertheit bezüglich Körperarbeit und möglicher Berührung, andererseits die Vertreter einer Sehnsucht auch gerade über den eigenen Körper einen Zugang zur Person des Gegenübers zu bekommen. Man wünscht sich einen Zugang zum Thema über den Körper. Einen Zugang, der weder durch herkömmliche, vorschnelle psychologische, noch durch sachlich-fachliche richtige Erklärungen »vorbelastet oder getrübt« ist. Man bekräftigt den eigenen Rollenwunsch (der natürlich dem Ausbildungsinteresse entspringt), erlebt diesen jedoch emotional als Person individuell ganz unterschiedlich, unmissverständlich intensiv und emotional aufgewühlt.

Angst in der Gruppenübertragung

Ein unbedingt vorsichtiges körperbezogenes Vorgehen, so wird schließlich im anfänglichen klärenden Gruppengespräch betont, sei bei der Behandlung von sogenannten »MissbrauchspatientInnen« vonnöten. Um dann aber genauso deutlich ein praktisches, körperorientiertes direktes Vorgehen einzufordern.

Ich spüre meine wachsende Verunsicherung in der Gegenübertragung in dieser Gruppe und die sich einschleichende Angst, im Kreise dieser »missbrauchserprobten« Frauen mit dem Körper zu arbeiten. Natürlich auch die Verunsicherung als Mann!

Denn die meisten der Frauen (in der Gruppe waren 12 Frauen und zwei Männer) hatten mit missbrauchten Frauen zu tun, in der Beratung, in der Therapie oder im Freundeskreis. Einige der Frauen geben unumwunden zu, selbst missbraucht worden zu sein. Die Stille im Raum, das betretene Schweigen der Zuhörer bei dieser Berichtserstattung verstärken meine schleichende Angst.

Ich erinnere mich an meine Erfahrung mit KlientInnen in meiner eigenen Praxis. Mit Männern und Frauen. Natürlich auch an die Inzest-Erfahrungen von Männern, die ich in meinem Buch *Worte sind Maske – Szenen männlicher Intimität* Anfang der 90er Jahre beschrieben hatte. Erfahrungen, die mich damals schon zu kritischer Nachdenklichkeit angeregt hatten. Erfahrungen, die einem oftmals vorschnellen Bezug auf das Täter-Opfer-Schema widersprachen. Dieser Bezug wurde aber gerade von bestimmten feministischen Gruppen vehement eingefordert. In Berlin Mitte der 90er Jahre bei einem Kinderschutzkongress sogar mit körperlicher Gewalt. Der Kongress wurde schließlich unter Polizeigewalt beendet.

Jetzt habe ich die Befürchtung, gerade deswegen von diesen Frauen hier in dieser Gruppe in dieser Hinsicht »entdeckt« und unter Umständen gerade deswegen bekämpft zu werden.

Ich lag wie auf der Lauer, wach für etwaige Anzeichen weiblicher Ver-Schwesterung gegen mich. Die in meiner Fantasie selbstverständlich eine heftige Kontroverse mit mir zur Folge haben müsste.

Körperliche Begegnungsszenen

Die therapeutische Arbeit mit dem Körper, die Erfahrung des eigenen Körpers in der Beziehung zu einem anderen Menschen, zu einem anderen Körper gestaltet sich zu jeweils intimen Szenen, die das persönliche Erleben vertiefen, die aber auch bisherige herkömmliche emotional getragene Auffassungen von sich selbst und vom Gegenüber erschüttern können. Vor allem in der therapeutischen Beziehung. Und durch die therapeutische Beziehung ausgelöst.

Es geht um die Wahrnehmung des Körpers des anderen, um die körperliche Selbst-Wahrnehmung, die auftretenden Schwierigkeiten sich und den anderen körperlich einzuschätzen. Den Körper zu berühren, selbst berührt zu werden.

Alles, was ich sehe, alle Signale des Körpers meines Gegenübers wirken in einer solchen Begegnungsszene wie ein nonverbales Echo unmittelbar auf mich selbst zurück, beziehungsweise wecken den hierdurch in besonderem Masse wachen Beobachter in mir. Körperdiagnostik wird somit immer zu einer Beziehung, zu einer Beziehungsgestaltung, die immer mit zwei Menschen zu tun hat. Immer mit der Wirkung des einen Körpers auf den anderen. Und umgekehrt.

Erlebt man sich selbst als TherapeutIn dabei wie ein Echo, eine Resonanzfläche im Sinne von Übertragung, spürt man den eigenen Körper, darf man dies weder diagnostisch noch therapeutisch praxeologisch unberücksichtigt lassen. Und auch umgekehrt, der Klient spürt seinen Körper, zeigt seinen Körper und bezieht sich körperlich auf mich. Oftmals ungefragt, spontan und unmissverständlich intim. Oftmals auch in unbewusster, nonverbaler Erwidern auf den Therapeuten.

Den eigenen Körper zu spüren, heißt aber auch, den inneren, energetischen Körper zu spüren. Das Geheimnis einer beinahe unheimlichen, überraschenden Tiefung des Erlebens, einer Impulsivität und Vielfalt von Körperreaktionen zu spüren. Im Vertrauen auf das gute Gelingen der körpereigenen Selbstregulierung. Aber auch unter Umständen durch die Neuartigkeit dieses Erlebens erfasst und im idealisierten magischen Heilsglauben gefangen zu bleiben.

Viele der Frauen in der Gruppe äußern ihre Angst, dass dieses Beziehungsgeschehen durch Manipulation getrübt werden könne. Ausgelöst durch eine spezielle Übung, in der jemand sein Gegenüber wie eine Puppe bewegt, wird die Notwendigkeit unterstrichen, im therapeutischen Prozess über sich selbst entscheiden zu können und zu müssen. Eine Kollegin, die zuvor von ihrem eigenen sexuellen Missbrauch berichtet hatte, bekräftigt nun vehement ihre Weigerung, im »Puppenspiel« die Puppe zu sein.

»Ich will nicht manipuliert werden. Auch wenn mir hier nichts passiert!«

Erneut spürte ich diese seltsam lauernde Angst, Ziel eines überraschenden, aus der Überzeugung dieser Frau erwachsenen Angriffs aus der Gruppe der anderen Teilnehmer zu werden, hatte ich doch gerade diese Übung als Erfahrungsraum angeboten.

Die Frauen kündigen demonstrativ und nachhaltig ihre Abgrenzung von jeglicher körperlicher direkter Einflussnahme im Beziehungsgeschehen an. Obwohl der Rahmen hier in dieser Gruppe, ebenso wie in den allermeisten Therapiebeziehungen sicher, da nicht übergreifend, ist und von einer entsprechenden gemeinsamen Vereinbarung getragen wird, wird die Erkundung und die Einhaltung derselben in einem hohen Maß als gefährdet sowie gefährdend erlebt. Obwohl vereinbart ist, nichts gegen den Willen des anderen zu tun, wird in dem Rollenspiel, in der »Puppen-Übung« die tiefe Angst vor einer respektlosen Berührung, einer grenzverletzenden Einflussnahme im emotionalen Grenzbereich deutlich. Die Thematisierung dieser Gefahr entspricht

einem wichtigen Aspekt psychotherapeutischer Praxis. In der Ausbildungsgruppe diente sie als unbewusst induzierte Dynamik gleichzeitig im Sinne der Abwehr.

Im Übrigen: von Anfang an war klar verabredet, dass man eine Übung oder ein bestimmtes Berührungs-Setting sofort beenden könnte, wenn persönliche Irritationen auftauchen würden. Anschließend sollte wohl darauf bezogen der diesbezügliche Erfahrungsprozess, das heißt vor allem die eigene Grenzerfahrung und Grenzziehung, näher beleuchtet werden.

Also sollte es keinen Zweifel daran geben: wenn Stopp ist dann ist Stopp!

Spannungen in der Schweben halten

Ich verstehe dies daher auch als Angst vor machtvollen Beziehungen, als Ausdruck von abgewehrter Angst, in einer solchen Situation nämlich ohnmächtig zu sein. Und als Ausdruck einer Sorge, dass Beziehungen, auch wenn sie respektvoll verabredet sind, wie es in einer Therapiebeziehung üblich ist, ein erlebnismäßig gefährliches, da aufwühlendes Unterfangen sein können. Und dass man, wenn man sich einmal darauf eingelassen hat, trotz Verabredung, einer »schlechten Berührung« ausgeliefert sei oder sich ausgeliefert fühlen würde.

Und: Je tiefer wir mit dem Körper arbeiten würden, desto deutlicher würde die eigene körperliche Verunsicherung spontan und unbewusst mobilisiert und emotional aufgeladen werden (können). Im Umkehrschluss hieße dies, dass man umso überzeugter und nachdrücklicher das Erfordernis unterstreichen müsste: Selbst über das Geschehen verfügen zu dürfen, verfügen zu müssen.

In der Gruppe hieß dies aber für einige der TeilnehmerInnen, sich erst gar nicht auf eine solche Situation, einen solchen Erfahrungsraum einzulassen.

Im Übrigen sei dies, so einige der TeilnehmerInnen, ja gleich von Anfang an, bei der Bearbeitung der Erfahrung von sexuellem Missbrauch, besonders vordringlich einzufordern. Ganz im Sinne der Überzeugung, nur hierdurch einer befürchteten schändlichen Grenzüberschreitung, einer tiefgreifenden seelischen Verletzung hinreichend vorbeugen zu können!

Erleichtert lausche ich den ausführlichen Bekenntnissen der anderen KollegInnen in der Gruppe. Denn jeder in der Gruppe berichtet nun, nachdem ich meine Gegenübertragungsfantasien über die Dynamik in der Gruppe geäußert hatte, von den eigenen Erfahrungen bei der Berührung von KlientInnen in der eigenen therapeutischen Praxis. Im Gespräch ist man wach und sensibel füreinander und die hierdurch oftmals induzierten als zwiespältig geschilderten eigenen Gefühle. Ich werte diese Ambiguitätstoleranz als wichtigen Kompetenzschritt, nämlich das zuvor erlebte und belebte Spannungsfeld (aus-)halten zu können. Ohne sich vorschnell, durch rationale Erfordernisse auf die eine oder die andere Seite kognitiv zu retten. So nach dem Motto, das, was theoretisch richtig ist, muss auch therapeutisch richtig sein.

Therapeutische Verabredung versus körperliche Induktion

Und doch wirkt die latent bestehende spannungsvolle Atmosphäre weiterhin in der Gruppe, nämlich die eigene, im Hier und Jetzt des Prozesses erlebte irritierte Körperlichkeit letztendlich nicht besänftigen zu können, nicht im Griff zu haben.

Ich beginne die zittrige, latente Verunsicherung in der Gruppe durch ein Übungsangebot zu ankern. Die TeilnehmerInnen sollen mit der Erfahrung des Zusammenspiels vertraut gemacht werden, das bei einer unverhofften Berührung zwischen dem persönlichen Erleben und den überraschenden Körperreaktionen sowie emotionalen Impulsen spürbar werden kann. Dies sei, so betonte ich, eine oftmals unumgängliche, da nicht zu vermeidende Erfahrung in der Therapie, natürlich auch im Leben selbst.

Alles, und das betone ich besonders, in einer klar und eindeutig gefassten therapeutischen Verabredung, einem zuvor konkret bestimmten Setting, in einem Rahmen, der die Sicherheit gibt, dass Grenzen und Entscheidungsfreiheit gewahrt werden, in einem Rahmen, der aber auch Berührungserfahrung als Probehandeln ermöglicht.

Die TeilnehmerInnen sind erleichtert, als ich die Art der Berührung, um die es geht, mit einer Kollegin demonstriere. Mit einer Kollegin, die sich über eine Grenzüberschreitung, eine körperliche Berührung durch eine Klientin aus ihrer eigenen therapeutischen Praxis beschwert.

»Jedes Mal zum Ende der Sitzung umarmt sie mich spontan, obwohl ich mich dadurch angewidert fühle. Alle meine Bemühungen, mich eindeutig und nachhaltig abzugrenzen, scheitern.«

Mir scheint, als wäre die Kollegin nicht nur angewidert, sondern auch innerlich gebremst, diese eigene heftige Ablehnung des Körpers der Klientin emotional zuzulassen. Eine Ablehnung, die Angst vor sich selbst zu verbergen scheinen könnte!

Die bewusste Entscheidung, unsere gemeinsame Verabredung, in und vor der Gruppe von KollegInnen eine Berührung des Körpers zu wagen, um wach zu werden für die erlebnismäßigen Impulse (im Körper), die bei einer überraschenden und ungewollten Berührung entstehen können, bewahrt die Kollegin nicht vor unerwarteten, überraschenden Gefühlen und körperlichen Empfindungen, die sie nicht kontrollieren kann. Ebenso wird klar, dass eine bewusste Entscheidung, eine therapeutisch sichernde Verabredung, kein verlässlicher Schutz vor der Induktion des erneuten, eigenen Panikerlebens ist, das sie zuvor angedeutet hatte.

Und: sie fühlt sich, wie ich später noch zeigen werde, berührt, bevor sie von mir berührt wird! Was ist also eine Berührung? Wo fängt sie an, wo endet sie? Woran merke ich, dass eine Berührung eine Berührung ist? Und wie verhält sich dies in meinem eigenen Gegenübertragungskörper?

Die Kollegin legt sich auf eine Matratze und wirkt sofort nervös, unmittelbar flatterig. Überall unruhig im Körper. Sie bewegt sich, zuckt, zittert. Ein nicht zu stoppendes Mimikspiel huscht über ihr Gesicht. Ihre Augen schauen mich an, schauen wieder weg,

als wüssten sie nicht, wohin sie schauen sollten. Sie kann ihre Augen nicht schließen, um sich in ihrem Inneren zu spüren, um aufmerksam für ihren Körper zu sein.

Sie ist wie unter emotionalem Alarm! Unter latenter Panik. Eigentlich, so könnte man annehmen, ist ja noch gar nicht viel passiert. Und doch: die belebte emotionale Dynamik in der Gruppe, die angekündigte, intim werdende therapeutischen Beziehung in dieser Körper-Begegnungs-Szene sowie die Änderung des Settings (die Kollegin legt sich hin), all dies zusammen induziert spontan eine tiefe emotional sinnhafte Dynamik in der Frau, schützt sie aber nicht davor, diese Dynamik auch zu erleben, bevor sie sie später erst zu verstehen beginnt.

Berührung ohne Berührung ist gemeinsame Berührung

Ich tue nichts, ich berühre sie nicht. Ich schaue sie an, um durch unseren Blickkontakt eine für gerade diese Szene wichtige sichernde Bindung zu finden. Um ihr zu ermöglichen, so zu sein, wie sie ist, in meinem Beisein. Trotz der Tiefe des emotionalen Prozesses. Dies ist unbedingt nötig, um eine mögliche Berührung zu beginnen. Gleichzeitig merke ich, dass dieser Moment sie verunsichert, irritiert und emotional »auflädt«. Wir nehmen uns Zeit, dieses Geschehen in Worte zu fassen, diese Berührung ohne Berührung!

Als Kontakt, Diagnostik und Beginn einer Beziehung. Und als Teil einer spontan induzierten »Körperkommunikation« (Geuter, voraussichtlich 2014).

Unsere zuvor getroffene Vereinbarung beginnt, emotional die therapeutische Berührungsszene zu ergreifen, zu wirken. Eine vorschnelle Berührung ihres Körpers wäre unpassend, grenzüberschreitend gewesen.

Die Kollegin schließt die Augen, ich sitze wartend und wach daneben, um eine vorsichtige, annehmbare Berührung zu wählen. Am Unterarm und an der Hand. Indem ich diese Berührung anfangs noch ankündige. Später dann aber nicht mehr.

Sie wagt das Abenteuer der therapeutischen Berührung. Sie hat sich entschieden, in ihrem flatterigen Erleben liegenzubleiben. Ich habe mich entschieden, sie auf eine sehr vorsichtige Art zu berühren.

Und: meine Berührung ist eine gemeinsame Berührung. Meine Hand berührt ihren Unterarm und ihr Unterarm berührt meine Handinnenfläche. Für die therapeutische Wirklichkeit heißt dies: keine Berührung ohne Beziehung! Keine Beziehung ohne Achtsamkeit und Respekt vor dem Ungewissen. Keine Berührung ohne Verstehen. Keine Berührung ohne eine sichernde Verabredung. Eine Verabredung, die nicht unbedingt in Worte gefasst werden muss, die aber als nonverbales Signal erlebbar ist.

Wir spielen zusehends unbeschwerter mit der Berührung, mit Berührungen. Ich berühre sie an unterschiedlichen Stellen, frage sie nach ihrem Erleben, gebe ihr Zeit, in den Innenraum ihres Körpers zu horchen, um schließlich selbst auch meine Beobachtung ihrer Körperreaktion, ihrer feinsten körperlichen Signale in Worte zu bringen.

Ich wähle die Berührung (auch) als Möglichkeit, den Kontakt zwischen uns zu explorieren, zu sichern, der Kollegin aber auch die Möglichkeit zu geben, sich in ihrem zitterigen, verunsicherten Körper emotional zunehmend sicherer zu erleben. Um unseren Kontakt, unsere Berührung schließlich zum Raum erlebter Ruhe zu gestalten.

So berühre ich kaum spürbar, diesmal ohne diese Berührung zuvor anzukündigen, mit den Fingern ihre flatterigen Augenlider. Und: Sie erlebt eine tiefe, erschütternde Bewegung, die spontan und sichtbar ihren ganzen Körper ergreift. Sie erlebt ein Vibrieren, das sie nicht bewusst steuern kann. Der Pulsschlag ist sichtbar, die Atmung aufgewühlt und tief bewegt. Die Haut ihres Gesichts rötet sich und ein Schleier von wortlosem Gefühl legt sich über ihr Gesicht, so, als könnte sie weinen und schluchzen. Aber sie ist still.

Eine »gute Szene« macht Angst

Ihr Kinn und ihre Lippen beben. Sie erinnert mich an das Gesicht, an den Körper eines Babys, das durch ein geheimnisvolles, emotionales Schütteln, Zucken, ein Beben wie in einem Traum (einem Alptraum?), im Halbschlaf aufgewühlt ist.

Unser Kontakt ist weiterhin stabil und vertrauensvoll. Ich spüre meine Ruhe, mein Mitempfinden, ohne jedoch eine Ahnung vom Erleben dieser Kollegin zu haben, von dem, was sie in ihrem Innern bewegt. Dabei bin ich mir in meinem eigenen Körper, der als ein Resonanzboden wirkt, sicher. Sicher in unserer Körper-Kommunikation.

Wir verweilen in dieser Berührung, bis ich vorsichtig das Zurücknehmen meiner Hand, meiner Finger ankündige.

»Ich merke schon«, sagt die Kollegin mit einem Anflug von Schrecken, »dass du es bereits tust.« (Ich hatte die Finger zu diesem Zeitpunkt aber noch nicht weggenommen.)

Es scheint, als würde das, was der Kollegin in einer »guten Szene« gegeben wird, was sie im Kontakt mit einem anderen Menschen hier und jetzt in der therapeutischen Beziehung erlebt, bereits verlorengehen, bevor sie es wirklich bekommen, angenommen und verinnerlicht hat.

Eine tragische Erfahrung!

Ich erinnere mich an den Anfang unseres Gesprächs und das Erleben, körperlich berührt zu werden, auch wenn sie es nicht will. Und an die Erfahrung während dieser Übung, nämlich die Berührung zu »verlieren«, bevor sie sie innerlich emotional angenommen hat. Ohne etwas über das Leben, die persönliche Erfahrung dieser Kollegin zu wissen, vermute ich ein tiefes Bedürfnis bei ihr, sich in persönlicher Berührung zu sichern, sichern zu können. Sich dort zu Hause zu fühlen. Um eine beschützende Heimat zu erleben.

Berührung der Berührung

Ich frage sie, ob meine Hand dort bleiben sollte, wo sie gerade war, und bitte sie, meine Hand mit ihrer Hand zu berühren.

Eine Selbst-Berührung in der Erfahrung der Berührung durch einen anderen, durch meine Berührung. Eine Selbst-Berührung, die im doppelten Sinne eine Begegnung ist. Einerseits berühren wir uns, das heißt meine Hand zum Beispiel ihre Augenlider. Und die Augenlider meine Hand. Andererseits berührt sie durch ihre andere Hand diese, unsere, Berührungsszene. Sie berührt sich also selbst in der Erfahrung als Körper-Selbst und in der szenischen Erfahrung mit einem andern. Mit der erlaubten Berührung durch jemanden anders.

Ich erlebe eine überraschende, stille Freude, in dieser Begegnungsszene, in diesem wortlosen Geschehen Zeit zu haben, auch als Therapeut sich Zeit zu nehmen, da zu sein und achtsam zu sein. Sich bewusst zu begegnen und durch erlaubte Berührung Sicherheit zu geben. Wortlos wie gesagt.

Es ist ein unspektakuläres Geschehen, das sich mit feinsten körperlichen Empfindungen, dem Schleier von noch nicht symbolisiertem Gefühl und kleinsten Berührungen begnügt.

»Es ist wie ein Uerleben zwischen Mutter und Kind, einfach eine körperliche Begegnung! Ganz unspektakulär, einfach so«, sagt eine Frau in der Gruppe ganz spontan in einem Gefühl freudiger Erregung, ja auch Wehmut.

Die Klientin (Kollegin) will sich nach einer Weile wieder hinsetzen, doch bitte ich sie, noch für einige Atemzüge liegenzubleiben, um das Ende der Berührung, das Ausklingen derselben, den Abschied von der Berührung zu erleben. Also nicht einfach aufzustehen und wegzugehen. Ich respektiere ihre Entscheidung, möchte aber gemeinsam mit ihr den Erfahrungsraum der Entscheidung, die Erfahrung des Grenzbereichs als wichtigen Teil des Berührungsgeschehens durch den verlängerten bewussten Vollzug derselben sichern. Sie bleibt liegen, wird traurig und ertappt sich dabei, dass sie wahrscheinlich erneut vorschnell eine Beziehungsbegegnung beendet hätte. – Sie kennt dies aus ihrem Leben nur zu gut.

Es ist ihr wohl vertraut, zu schnell aufzuspringen in der Befürchtung, die Berührung, die Begegnung würde ihr genommen werden. Und ertappt sich diesmal bewusst, wenn sie sich so verhält, in der befürchteten Ohnmacht erneut keinen Einfluss auf die Berührung, die Begegnung zu haben. Dann wenigstens Einfluss auf die Beendigung der Berührung!

Es ist eine trügerische Selbstständigkeit, die ihr oft die Überraschung einer Berührung, die Berührung als Beziehungsgeschenk, versagt.

Ich bitte sie daher, in der Runde der KollegInnen sitzen zu bleiben, um in die Gesichter der anderen zu schauen, um das Ende unserer Berührung bewusst zu erleben. Und um mit diesem Berührungsgefühl Kontakt mit anderen Personen in der Gruppe aufzunehmen. Sich diesmal durch den Augenkontakt zu berühren.

Auch wenn zu Anfang die Kollegin von ihrer Schwierigkeit bei der spontanen, ungewollten Berührung durch die Klientin erzählt hatte, so wird jetzt deutlich, dass die eigentliche Schwierigkeit darin besteht, selbst eine bestimmte Berührung auszuwählen, sich dafür zu entscheiden und dabei zu bleiben.

Und vor allem diese Berührung zu wagen!

Literatur

- Bourdieu, P. (2009). *Entwurf einer Theorie der Praxis auf der ethnologischen Grundlage der kabyllischen Gesellschaft* (2. Aufl.). Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Geuter, U. (i. Vorb., ersch. vorauss. 2014). *Körperpsychotherapie* (Arbeitstitel). Heidelberg: Springer.
- Moser, T. (2000). *Vorsicht Berührung. Über Sexualisierung, Spaltung, NS-Erbe und Stasi-Angst*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Sollmann, U. (1993). *Worte sind Maske – Szenen männlicher Intimität*. Reinbek: Rowohlt.
- Sollmann, U. (1994). *Begierige Verbote – sexueller Missbrauch, Therapie, schamlose Beziehungen*. Zürich: Orell-Füssli.

Der Autor

Ulrich Sollmann, Bioenergetischer Analytiker/Körperpsychotherapeut in Bochum, Coach und Berater in Wirtschaft und Politik, Weiterbildung für Psychotherapeuten, Berater und Manager (auch transkulturell z.B. China); Vortrags- und Lehrtätigkeit; Buchautor und Publizist (aktuell: *Einführung in die Körpersprache und nonverbale Kommunikation*), Blogger und Kolumnist

Kontakt

Ulrich Sollmann

Höfestr. 87

44801 Bochum

E-Mail: info@sollmann-online.de

Internet: www.sollmann-online.de, www.body-languages.net