Energie & Charakter, Zeitschr. f. Biosynthese u. Somatische Psychotherapie, Bd.9, Berlin 1994

ATEM-DIALOGE: MUSTER DES ATMENS ALS MUSTER DER SOZIALEN BINDUNG

von ***Andreas Wehowsky***, Jaderberg (Deutschland)

Editorische Notiz: Dieser Artikel wurde als Vortrag auf dem Kongreß der AFA, Arbeits- und Forschungsgemeinschaft für Atempflege e.V., unter dem Titel "Der eigene und der fremde Körper" in Wiesbaden am 30.Oktober 1993 gehalten.

In einem kürzlich erschienenen Aufsatz hat ***Carlos Briganti***, brasilianischer Psychiater und Gasttrainer für Psychosomatische Medizin bei den Biosynthese-Ausbildungen in Südamerika, die mythologische Figur des Narzissus beschrieben. Sein zentraler Satz lautet: "Narzissus atmete nicht. Seufzte nie. Sah sich selbst immer als vollkommen, ohne Raum, um Austausch zu erfahren." Briganti weist hin auf eine Skulptur von Benvenuto Cellini, die Narzissus als sich selbst umarmenden, erstickten Menschen darstellt. In diesen Beschreibungen ist Narzissus, der Archetyp radikaler Selbstbezogenheit, beides: ohne soziale Bindung - und ohne Atem.

In dieser verneinenden Zuspitzung und Übersteigerung wird die vermittelnde Rolle des Atmens zwischen Innen- und Außenwelt deutlich. Atem erlischt, wo keine Brücken geschlagen werden. Atmen bedeutet, Verbindungen herzustellen, zu kommunizieren, über Brücken zu gehen.

Der Reichtum des Atmens wird deutlich, wenn wir uns vergegenwärtigen, wieviele Welten er miteinander in Kontakt bringt. Da ist zunächst das Unbewußte und Bewußte. Atmen geschieht unwillkürlich und unaufhörlich, "es" atmet uns, solange wir leben. Gleichzeitig können wir unseren Atem willkürlich, willentlich beeinflussen, ihn bewußt gestalten. Des weiteren verbindet das Zwerchfell den oberen mit dem unteren Körper und den Rücken mit der Vorderseite. Auf diese Weise wandern Impulse zwischen Herz und Hara und zwischen Motorik und Empfindung hin und her, vorausgesetzt, wir geben ihnen die Erlaubnis dazu.

Und nicht zuletzt erinnert uns die Wortgeschichte des Griechischen, Lateinischen, Hebräischen und des Sanskrit an die Verflechtung von Atem, Leben und Psyche und an das Zusammenspiel von göttlichem, lebens***erschaffendem*** Geist und naturhaftem, lebens***erhaltendem*** Atem. Traditionell galt die Seele als Zwischenwelt zwischen dem Licht des Ursprungs einerseits und der sinnlichen Natur von Körpern andererseits. Atem galt als Träger des Geistes innerhalb der Natur, als Vermittler der Kommunikation zwischen den Welten.

Indem wir uns diese vermittelnde Natur des Atems vergegenwärtigen, wird auch deutlich, daß der Atem nicht nur seinerseits reguliert, sondern von den verschiedensten Einwirkungen reguliert wird. Beispielsweise zeigen Lehrbücher über den Atem auf eindrucksvollen Graphiken das dichte Netzwerk zwischen Atem und - wie mir scheint - sämtlichen anderen Körpersystemen. In der Regel sind diese Verbindungen keine Einbahnstraßen, sondern zweispurig: die Systeme regulieren sich in gegenseitiger Rückkopplung. Auf diese Weise erfahren wir viel über die Rolle des

Atems ***im*** Körper, was therapeutisch gesehen sicher wichtig und nützlich ist. Was jedoch auffällt, ist die relative Vernachlässigung der anderen Bezugssysteme des Atems, namentlich zur äußeren Natur und Umgebung, zur sozialen Umwelt und zur geistigen Welt. Ohne diese Bezüge scheint mir ein wirkliches Verständnis und eine tiefreichende Arbeit mit dem Atem nicht möglich zu sein. Die Aufgabe, die ich mir mit diesem Vortrag gestellt habe, ist, die soziale Dimension des Atems genauer zu betrachten.

In meiner Ausbildung in Biosynthese lehrte uns ***David Boadella*** etwas sehr Einfaches, bezogen auf die Wahrnehmung der Atmung des Klienten. ***Was immer unsere Intervention ist, vornehmlich jedoch bei Berührungen, werden wir drei mögliche Antwortsignale bekommen: ja, nein oder neutral. Diese Grundlage hat sich in meiner Arbeit sehr bewährt. Wenn die Atmung sich vertieft oder balanciert, werte ich dies als ein Ja. Wird sie dagegen flacher oder entfernt sich von meiner Berührung, signalisiert sie ein Nein. Geschieht keine Veränderung, bleibt sie neutral und signalisiert möglicherweise eine Kluft im Kontakt.*** Diese drei Möglichkeiten bilden Grundmuster der non-verbalen Kommunikation. Es ist immer wieder eine spannende Frage, inwieweit Klienten sich dieser Prozesse bewußt sind und sprachlich beschreiben können, was in ihnen vorgeht. Umgekehrt gilt dieselbe Frage natürlich auch für uns Therapeuten, reagiert unsere Atmung doch ebenfalls auf die Begegnung mit unseren Klienten. Die therapeutische Situation ist dabei übrigens nur ein Beispiel sozialer Begegnungen überhaupt: diesselben Grundmuster finden überall im alltäglichen Umgang zwischen Menschen statt, bleiben normalerweise jedoch viel häufiger unbeachtet und ungelesen.

Bevor ich im späteren Teil des Vortrages auf die praktischen Aspekte der Arbeit zurückkomme, möchte ich zunächst auf das Konzept der Bindungsmuster und der in ihnen jeweils vorherrschenden Atemmuster zu sprechen kommen.

Die ***Theorie der Bindungsmuster***, wie ich sie hier vorstellen möchte, erfüllt zwei wichtige Funktionen. Zum Einen bietet sie ein einfaches, aber gleichwohl umfassendes Entwicklungsmodell des aufwachsenden Menschen, zum Anderen beschreibt sie funktional vier Grundthemen unseres Menschseins, die uns ständig begleiten. Ich wende mich zunächst den Entwicklungsaspekten zu.

Die Entwicklung des Kindes ist, wie wir alle wissen, in den psychotherapeutischen und psychologisch-soziologischen Theorien dieses Jahrhunderts nach teilweise sehr unterschiedlichen Gesichtspunkten beschrieben worden. Eine Grundfrage dieser Theorien ist jene nach den Antriebskräften menschlicher Entwicklung: sind sie mehr im Biologischen oder mehr im Sozialen zu suchen? Die vielleicht sinnvollste und einfachste Antwort, nämlich "sowohl als auch" - ebenso wie die Berücksichtigung einer essentiellen, spirituellen Dimension - war offensichtlich keineswegs selbstverständlich. Freud sprach ausdrücklich von Stadien psychosexueller Entwicklung, von biologischen Trieben, denen die Gesellschaft durch den Konflikt Sozialität abverlangen muß.

Demgegenüber wurde in der Objektbeziehungstheorie die psychosoziale Dimension zentral: die Affekte des Kindes bergen das Bedürfnis nach sozialem Austausch als Primäres in sich, nicht der Konflikt ist zentral, sondern der Mangel an angemessenem Austausch, der zu Defiziten in der Ich-Entwicklung führt. Schon in den sprachlichen Bezeichnungen der Entwicklungsstadien kommt der Unterschied biologischer oder sozialer Orientierung zum Ausdruck: sprach ***Freud*** von Oralität, Analität und infantiler Genitalität, so ***Margaret Mahler*** von Autismus, Symbiose, Separation und Objektkonstanz.

Freuds psychosexuelle Orientierung wurde von seinem Schüler ***Wilhelm Reich*** zum Ausgangspunkt einer konsequenten Erforschung ***energetischer*** Prozesse genommen, in denen er die funktionale Identität von Psyche und Soma erkannte und erforschte. Seine Schüler ***Alexander Lowen*** und ***John Pierrakos*** haben ihre Lehre der Charakterstrukturen in enger Anlehnung an Reich entwickelt und unterscheiden fünf größere Bereiche pathologischer Entwicklung in zeitlicher Reihenfolge: die schizoide, orale, psychopathische, masochistische und rigide Struktur. Durch Lowen und Pierrakos von der Reichianischen Tradition stark beeinflußt wurde der amerikanische Therapeut ***Stanley Keleman***, dessen Arbeit u.a. auch auf der Individualpsychologie *Alfred Adlers* basierte und der vielschichtige Konzepte des formativen Zusammenwirkens tiefer biologischer und hochentfalteter kognitiver Prozesse entwickelte. In seinem Buch ***Bonding***, im deutschen *"Körperlicher Dialog"*, stellt er sein Konzept der Bindungsmuster vor.

Doch auch von der Objektbeziehungstheorie gibt es eine Traditionslinie zu einem ähnlichen Konzept. Der englische Psychotherapeut ***Frank Lake***, der unter ihrem Einfluß stand, entwickelte Modelle von Charakterformation während der pränatalen Periode, mit anderen Worten, er erforschte früheste Verschränkungen biologischer und sozialer Prozesse. Sowohl von ihm, als auch von Keleman beeinflußt, beschrieb ***David Boadella, der Begründer der Biosynthese***, vier Phasen von Bindung in der kindlichen Entwicklung. Eine Synthese seines und Kelemans Ansatzes, und damit die Zusammenfassung verschiedener Traditionslinien, wurde vom holländischen Psychotherapeuten ***Maarten Aalberse*** geleistet. Im Folgenden möchte ich einen kurzen Überblick über die vier grundlegenden Bindungsmuster geben.

In Aalberses Begrifflichkeit wird die Verbindung der biologisch-libidinösen mit der sozialen Sphäre sofort deutlich. Die vier Phasen sind: die taktile oder Geburtsphase, die orale oder nährende Phase, die anale oder Ermächtigungsphase, die genitale Phase oder die Suche nach Intimität und Einheit.

In der taktilen oder Geburtsphase geht es um den Aufbau einer grundlegenden Bindung oder Beziehung zwischen Mutter und Kind, um die Bejahung des sich formenden Wesens, sodaß die Leibwerdung durch die Erfahrung von Willkommensein und Dazugehörigkeit, d.h. in einem möglichst sicheren Raum, sich vollziehen kann. Es geht um eine grundlegende Verwurzelung in körperlicher und sozialer

Existenz, um Da-Sein und angemessenes Wahrgenommenwerden, was sich dem Kind insbesondere über die Empfindungen der Haut und der Sinne kundtut.

In der oralen oder nährenden Phase geht es um die Freude des Aufmehmens und Empfangens. Die organischen Abhängigkeiten und Bedürfnisse sorgen für einen dynamischen Kontakt, dessen motorisches Zentrum die Region des Mundes ist. Wie wird mit der empfindsamen Abhängigkeit des Kindes umgegangen? Ist der Kontakt, die Unterstützung, das Gehalten und Gelassen werden angemessen genug, um die Wahrnehmung und Äußerung von Bedürfnissen, aber auch den Umgang mit Frustrationen, erlernen zu können?

In der analen oder ermächtigenden Phase entwickelt das Kind immer mehr Fähigkeiten. Motorische und sprachliche Kompetenzen geben ihm mehr eigenen Willen und Unabhängigkeit. Die anale Thematik von Festhalten und Loslassen weitet sich aus in allgemeine Themen von Kontrolle und Loslösung und der Erprobung von Grenzen im Konflikt.

Die genitale Phase oder die Suche nach Intimität und Einheit schließlich beschreibt das wachsende Bewußtsein geschlechtlicher Identität in einem wechselvollen sozialen Rahmen. Respektvolle Anerkennung und Begegnung gehen allzuleicht in Zurückweisung oder Mißbrauch verloren. Gelingt jedoch die Kommunikation in ausreichender Weise, so wird eine Grundlage gelegt für eine Integration von Kopf, Herz und Geschlechtlichkeit und den ausgewogenen Austausch von Impulsen und Kreativität.

Wie sie sehen, beschreiben diese vier grundlegenden Bindungsmuster schlaglichtartig vier grundlegende Themen. Sie tun dies jedoch, ohne auf die genannten Stichworte reduzieren zu wollen. Die Stärke dieses Ansatzes besteht im Gegenteil in der Möglichkeit, Schwerpunkte anderer entwicklungstheoretischer Ansätze integrieren zu können. So können und sollten die Stadien senso-motorischer, sprachlich-kognitiver und affektiv-moralischer Entwicklung zu ihrer Präzisierung noch erheblich beitragen können. Und nicht zuletzt, und damit komme ich zurück auf mein Thema, die Prägung des Atems im Spannungsfeld von biologischem und sozialem Wachstum.

Ich betrachte es nun nicht als meine Aufgabe, gewissermaßen klischeehaft einen Überblick über typische Atemmuster und ihre soziale Bedeutung zu geben. Schon deswegen nicht, da eine solche Rezeptküche über die tatsächliche Komplexität der Möglichkeiten hinwegginge und es ja auch nicht darum gehen kann, Atem zu interpretieren, sondern seine Bedeutung und Funktion mit dem Klienten zu erforschen. Stattdessen möchte ich direkt auf die therapeutische Arbeit mit dem Atem in den vier Bindungsmustern zu sprechen kommen.

Das Kernthema des *ersten* Bindungsmusters lautet: gegenwärtig sein, da sein, Präsenz. Präsenz setzt ein Willkommensein der Existenz, des Vorhandenseins voraus. Als Therapeut gilt meine Aufmerksamkeit der Frage, wie die Klientin da

ist, im Kontakt mit sich selbst und im Kontakt mit mir. Atmung ist hierfür ein wichtiges Medium. Oft kommen Klienten in verschiedenen Graden des Außer-Atem-seins in den Therapieraum, in unklarem Kontakt zu sich selbst. Meine Aufgabe kann es sein, ihnen zu einem bewußteren Selbst-Kontakt zu verhelfen, sie zu unterstützen, ihren Atem zu finden. Innerhalb dieses Bindungsmusters steht also der Kontakt der Klientin zu mir nicht im Vordergrund, ich stelle an ihn keine Ansprüche, vielmehr versuche ich, eine gute soziale Umgebung zu sein, in der die Klientin zu sich selbst finden kann.

Als Körperpsychotherapeut benutze ich gerne die Arbeit mit Körperpositionen und Berührungen, um den Selbstkontakt zu fördern. Da es zunächst um Loslassen und zur Ruhe kommen, um Zentrierung, geht, bieten sich für die Klientin Positionen im Liegen an, auf dem Rücken, dem Bauch oder auf der Seite. Manche möchten sich eher zusammenziehen, andere sich lieber ausdehnen. Nachdem eine Ausgangsposition gewählt und direkte Berührung akzeptiert wurde, versuche ich mit meinen Händen einen respektvollen Kontakt zu der gewählten Form des Körpers herzustellen. Hierbei geht es zuallererst um bejahenden Kontakt, um Berühren, Verweilen, um Halten. Die Reaktionen des Atems im Sinne der oben genannten Signale, ja, nein oder neutral, weisen mir den Weg für ein weiteres Fortschreiten. Scheint der Kontakt bejaht zu werden, sind langsame Bewegungen des Körpers oder einzelner Bereiche möglich, um nach einer Vertiefung des Atems zu suchen. Für manche kann eine weitere Zusammenführung oder Beugung des Körpers nach innen hilfreich sein, für andere eine allmähliche Öffnung und Streckung. Die Intensivierung des Kontaktes zu sich selbst kann sich fortsetzen in eine Vertiefung von vorhandenen Gefühlen, von Bewegungsimpulsen und der Kontaktaufnahme zu mir, non-verbal wie verbal. Alte Themen traumatisierender Ablehnungserfahrungen können auftauchen, erfahren und integriert werden. Unabhängig von den jeweiligen Inhalten ist jedoch die Pulsation zwischen Einfaltung und Entfaltung der rote Faden, an dem sich der Selbstkontakt entwickelt.

Die kontaktvolle und akzeptierende Haltung des Therapeuten kann es hierbei sogar erforderlich machen, dem Klienten in einen Prozeß des Nicht-Atmens zu folgen. Kürzlich entwickelte ein Klient von mir die Vorstellung, am liebsten in einem Schwebezustand im Wasser zu verweilen. Ihn erinnerte dies an einen vorgeburtlichen Zustand, in dem er nicht über die Lungen atmen würde. Nach anfänglichem Zögern, sich auf diesen ungeborenen Teil von ihm einzulassen, konnte er der Vorstellung folgen. Sein Atem verschwand für Minuten auf ein kaum sichtbares Minimum. Doch indem er diesen Prozeß zuließ, kehrten die Impulse von einer tieferen Ebene des Körpers zurück. Er beschrieb später, wie sich alle Energie auf den Solar Plexus zubewegt hatte, um aus der dortigen Sammlung heraus sich unwillkürlich umzukehren und den Körper mit einer tiefen Atemwelle und Wärmeempfindungen ausdehnend zu durchströmen. Die Botschaft dieser Erfahrung war für diesen Mann eindeutig: er erkannte die Tiefe seiner Erschöpfung, in der, wie er sagte, "nichts mehr ging", kein willentliches Tun, sondern nur noch ein tiefes

Geschehenlassen und Sein, um dem Körper die Chance zur balancierenden Selbstregulierung zurückzugeben.

Das Kernthema des *zweiten* Bindungsmusters ist der Umgang mit Bedürfnissen. Da die Atmung den Körper mit Energie versorgt, stehen in diesem Bindungsmuster die Zyklen von Auf- und Entladung, von Aufnehmen und Umsetzung von Energie, im Vordergrund. Eine zu flache, zu geringe Atmung mag den Organismus in Zuständen von Unterversorgung oder Unterladung halten und der Entfaltung von Impulsen die Grundlage entziehen. Hier kann es meine Aufgabe sein, die Funktion dieses niedrigen Energieniveaus und Möglichkeiten intensiverer Energetisierung zu erforschen. Der frühe Zusammenhang von Saugen und Einverleibung, von Saugen und Atmung kann ein prototypischer Ausgangspunkt sein. Entsprechend ist in der energetischen Arbeit mit dem Klienten die Impulsierung der Einatmung im Kontakt zentral. In der Berührungsarbeit kann ich als Therapeut die Einatmung durch einen etwas stärkeren, sozusagen saugenden Druck versuchen zu stimulieren. In der Biosynthese nennen wir diese Koordination von Berührung und Atmung die Luftberührung, die in den vielfältigsten Variationen ausgeführt werden kann.

In vielen Situationen bleibt jedoch die Reaktion auf die Impulsierung von außen, vom Therapeuten, zu schwach. Hier kann es notwendig sein, der Klientin Vorschläge zu eigener Aktivität zu machen. Sie kann zum Beispiel durch die eigene Aktivierung von vornehmlich Händen, Armen und Kiefer während der Einatmung die Erfahrung willentlichen Ausgreifens und bewußter Artikulation von Bedürfnissen durchleben. Zum Beispiel kann der Vorschlag lauten, mit den Händen die Hände oder Arme des Therapeuten zu greifen und an ihnen mit der Einatmung etwas zu drücken, zu saugen oder zu ziehen. Bildhafte Vorstellungen des Anzapfens einer Lebensquelle können hierbei unterstützend sein. Wie schwierig es sein kann, in dieser Weise mit eigenen Bedürfnissen in Kontakt zu kommen und sie körperlich und sprachlich auszudrücken, kommt in dieser Arbeit in den unterschiedlichsten Variationen zum Vorschein. Die Pulsation verbindet innen und außen, sie belebt die kontaktfähige Peripherie des Körpers, um die potentiell nährende Außenwelt tief in sich aufzunehmen, zu verwandeln und wieder loszulassen.

Das Kernthema des *dritten* Bindungsmusters ist Loslösung und Eigenständigkeit. Dies erfordert Grenzen gegen das, was ich nicht will, und die Erlangung von Kompetenzen für das, was ich will. Die Entwicklungsschritte des Kindes beinhalten in dieser Phase so wichtige Errungenschaften wie Spracherwerb und Laufenlernen. Wille und Fähigkeiten entwickeln sich schnell und Machtauseinandersetzung um Kontrollen, Einfluß und Beherrschungen nehmen zu. Für die Atemarbeit in diesem Bindungsmuster drängen sich insbesondere zwei Themen auf: die Ausgewogenheit von Grenzen und die Angemessenheit von Ausdruck. Energetisch spielen jetzt die Koordinationen der Atmung mit der kraftvollen Motorik des Rückens, der Arme und Beine und möglicherwiese den Gefühlen von Angst und Ärger, Scham und Schuld eine besondere Rolle. Die Arbeit mit dem Klienten bewegt sich dabei vorwiegend in aufrechten Positionen. Die Auffindung der eigenen Impulse, die

Aneignung unterstützender Strukturen für den Umgang mit Angst und Ärger und die Kommunikation in Konfliktsituationen sind zentral.

Angst hat häufig zu tun mit der Schwierigkeit sich abzugrenzen. Als sehr hilfreich erweist es sich hier, mit der Klientin die Koordination von Einatmung und körperlicher Ausdehnung bzw. abgrenzenden, sich selbst verteidigenden Gesten zu erarbeiten. Wie behaupte ich meinen Raum gegen eine Bedrohung? In der therapeutischen Arbeit kann dies sowohl in unmittelbarer, stemmend wegdrückender Berührung geschehen wie auch im entfernteren Kontakt im Raum, durch deutlich artikulierte Stopsignale gegenüber jeglichem Eindringen in den eigenen Raum.

Im Gegenteil hierzu arbeiten wir in der Unterstützung des Ausdrucks mit der Ausatmung in Koordination mit Bewegung, Stimme und Augen. Das Spektrum der Möglichkeiten reicht von sanft entspannendem Loslassen festgehaltener Kontrolle bis hin zu kathartischen Entladungen von Gefühlen und vegetativen Prozessen. Das zentrale Thema der Pulsation in diesem Bindungsmuster ist der Zusammenhang von Atmung und Selbstbehauptung, die vom Atem getragene und differenzierte Integrität im Rahmen von Sozialität.

Das Kernthema des *vierten* Bindungsmusters lautet Begegnung und Kommunikation. Es bezieht Geschlechtlichkeit ein, bewegt sich darüberhinaus jedoch in grundsätzliche Bereiche menschlicher Verbundenheit und Sinngebung. In der therapeutischen Situation geht es sowohl um die innere Integration von Kopf, Herz und Sexualität wie auch um die Erfahrung eines menschlichen Gegenübers, mit dem verschiedene Grade von Nähe, allerdings ohne sexuelle Grenzüberschreitungen, erprobt werden können. Je vollständiger und offener sich zwei Menschen mit ihren Kontaktmöglichkeiten von Blicken, stimmlichem und gestisch-motorischem Ausdruck berühren, desto offensichtlicher werden die Probleme von Scham einerseits und die Impulse der Verführung und Annäherung andererseits. Wie kann es gelingen, den Fluß innerer Empfindungsintensität mit den Möglichkeiten respektvoller Grenzen im Kontakt in Übereinstimmung zu bringen? Auch hier gibt die Atmung ein breites Spektrum von Anzeichen für Schwierigkeiten und weist den Weg zu alten biographischen Problemen. Denn in der Atmung wird zu sehen sein, inwieweit die Intensität der Erfahrung toleriert und gezeigt werden kann oder nicht. Die Aufgabe des Therapeuten ist hier besonders anspruchsvoll, muß er sich doch einerseits selbst auf die Symmetrie und Intensität der Begegnung, auf seine eigene Atmung, einlassen und andererseits wach genug bleiben, um den auftretenden Schwierigkeiten zur Sprache zu verhelfen. Und dies, ohne in die vielfältigen Möglichkeiten von Kränkungen und Demütigungen durch eigenes Einfrieren oder umgekehrt, durch eigene Übergriffe, hineinzutappen.

Doch Begegnung und Intimität ist nicht auf die geschlechtliche Identität beschränkt. Die Erfahrung tiefster menschlicher Gefühle, wie z.B. Dankbarkeit, Mitgefühl, Vergebung, Liebe, Freude und Glück, ebenso wie mitunter zutiefst berührende spirituelle Erfahrungen, können mit einer großen Verletzlichkeit und Schüchternheit umgeben sein. Solche Erfahrungen gehen oft mit den stärksten

Atemwellen einher, wenn sie von einer vertrauensvollen Beziehung getragen sind. Der Atem des Herzens bildet den tiefsten Grund unseres Seins.

Lassen Sie mich zum Abschluß sagen, daß dieser Überblick über die Arbeit mit den Bindungsmustern natürlich nur Ausschnitte beleuchtet. Sie können jedoch deutlich machen, wie die Vergegenwärtigung der vier grundlegenden Themen den Umgang mit Übertragung und Gegenübertragung vereinfachen hilft. Sie beschreiben das Spektrum der Themen und Strategien, denen ein Körperpsychotherapeut gewachsen sein sollte, um den Bedürfnissen des Klienten angemessen begegnen zu können. Hierzu braucht es nicht nur Wissen, Kontaktfähigkeit und Erfahrung, sondern auch die fortlaufende Rechtschaffenheit über eigene Schwächen oder Vorlieben im Rahmen dieser Themen, aus denen heraus wir den Klienten begegnen. Es sind nicht zuletzt unsere Klienten, die uns durch ihr spezifisches menschliches Sein hierzu herausfordern.

* * * * *

Andreas Wehowksy ist Körperpsychotherapeut und Ausbilder am Biosynthese-Institut in Zürich. Sie erreichen ihn unter Hakenweg 17, 2933 Jaderberg, Tel.Deutschland/(0)4454-8272.

Literatur

Briganti, Carlos, *Der atmende Körper*, in: *Energie & Charakter*, Bd.24, Nr.7, Juni 1993.

Keleman, Stanley, *Bonding*, Center Press, Berkely, 1987.

Boadella, David, *Somatische Psychotherapie: Ihre Wurzeln und Traditionen*, in: *Energie & Charakter*, Bd.21, Nr.1, August 1990.

Boadella, David, *Stress and Character Structure*, in: ***Boadella, David & Smith, David***, *Maps of Character*, Weymouth.

Aalberse, Maarten, *One-ness, Duality and Unity*, in: ***Jacob Stattman u.a.***, *Unitive Body-Psychotherapy - Collected Papers*, Vol.1, AFRA Publishers, Frankfurt 1989.