

Kleingruppen zum Thema „Leibpsychotherapeutische Einzelarbeit“

Erfahrungsprotokoll aus der Kleingruppe mit Hildegard Cha und Lena Heilmann

In der Kleingruppe hatten die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, Erfahrungen und Fragen aus der Einzelarbeit mit Kollegen zu diskutieren und die von Peter im Eröffnungsreferat angesprochenen Themen zu vertiefen.

Als wesentliche Diskussionspunkte kristallisierten sich dabei folgende Punkte heraus:

Hinführung zum leiblichen Spüren

Während in der leibpsychotherapeutischen Gruppe die Gruppenkultur das leibliche Spüren auch neuen TeilnehmerInnen als selbstverständliche „Arbeitsweise“ sehr schnell nahe bringt und als selbstverständlich erscheinen lässt, ist es in der Einzelarbeit die Aufgabe der Therapeutin/des Therapeuten, den Klienten an das leibliche Spüren heranzuführen und ihn auf die Arbeitsweise vorzubereiten. Von den Teilnehmern wurden dazu sehr unterschiedliche Erfahrungen und Arten des Umgangs mit diesem Thema berichtet. Die Zweiersonnenituation „verführt“ dabei leicht dazu, das Energetische hinter/neben dem Verbal-inhaltlichen aus dem Blick zu verlieren. Diskutiert wurde auch über die Schwierigkeit, von der verbalen Ebene auf die körperliche Ebene zu wechseln, bzw. diese beiden Ebenen miteinander zu verbinden. Hier spielt sowohl die Vorbereitung des Klienten als auch das (räumliche) Setting eine wesentliche Rolle.

Hilfreich sind manchmal auch vorgegebene strukturierte Übungen (auch für die Therapeutin), um den Fokus auf das Leibliche zu richten und sich leiblich zu Verankern.

Mit 2 Übungen versuchten wir auch in der Gruppe, den Übergang vom Gespräch zum leiblichen Spüren zu gestalten.

Hildegard leitete eine Partnerübung an, bei der sich die beiden Partner gegenseitig abklopfen. Durch diese Übung wird die Wahrnehmung ganz deutlich auf das leibliche Spüren gerichtet und lässt das Verbal-kognitive in den Hintergrund treten.

Lena leitete eine sehr ausführliche Körperwahrnehmungsübung an, die die Aufmerksamkeit auf die Tiefenwahrnehmung des Körpers lenkte. Infrage gestellt wurde anschließend, ob diese Erfahrung noch mit der, für das psychoenergetische Arbeiten elementaren, „leichten Trance“ bezeichnet werden kann.

Bei beiden Übungen ist die Rolle des Therapeuten deutlich aktiver und der Prozess wird nicht von der Energiespur des Klienten geleitet. Sie sollten auch verstanden werden als Möglichkeit, den Weg zur energetischen Spur zu ebnet, die bei vielen Klienten durch das Verhaftetsein im verbal-kognitiven oft etwas verborgen ist.

Die Besonderheiten der Übertragungssituation

Um den TeilnehmerInnen den Übergang von der Gruppensituation in die Zweiersonnenituation am eigenen Leib erfahrbar zu machen, sollten sie sich in Paaren mit wechselnden Rollen (Klient – Therap.) austauschen zu der Frage, inwiefern sich ihre Arbeit, ihr Leben durch die Leibpsychotherapie verändert habe.

Als wesentliche Erfahrung aus dieser Übung wurde von vielen TN die schnell hergestellte, große Intensität und Nähe zwischen TherapeutIn und KlientIn berichtet. Dies ist sicherlich ein realistisches Abbild der Einzeltherapiesituation, in der sich die Hoffnungen, Wünsche, aber auch Befürchtungen und Ängste auf den Therapeuten/die Therapeutin richten.

Auffallend erschien den TN auch, wie viele Ähnlichkeiten im Lebensweg sich bei den einzelnen Partnern zeigten.

Da diese Erfahrungen sicher die Voraussetzung für eine intensive Übertragungsbeziehung darstellen, weist sie jedoch auch auf die Gefahr der (gegenseitigen) Abhängigkeit hin, die in der Einzeltherapie viel größer ist als in der Gruppentherapie. Auf diesem Hintergrund entstand auch eine längere Diskussion über die Besonderheiten der Übertragungssituation in der Einzeltherapie. Hier äußerte besonders Almut Lang, die sich bereits intensiv (in ihrer Diplomarbeit?) mit dieser Fragestellung beschäftigt hat, Interesse daran, sich in einer Arbeitsgruppe weiter mit diesem Thema auseinanderzusetzen.

Einzelarbeit und Gruppe als fruchtbare Ergänzung

Konsens bestand darüber, dass zwischen Gruppe und Einzelarbeit kein Widerspruch besteht. Es sind hier die verschiedensten Kombinationen möglich. Hildegard betonte, dass es in ihrer Arbeit mit schwer traumatisierten Frauen zunächst oft notwendig ist, in der geschützten Zweiersituation, bei den Frauen das Vertrauen zu der Therapeutin, aber auch in sich selbst aufzubauen, um sich der Gruppensituation aussetzen zu können.

Auch im Hinblick auf die stärkere Abhängigkeit von der Therapeutin ist die Hinführung der Klientin zur Gruppe als ein weiterer Reifungsschritt zu sehen, der es ermöglicht, im geschützten Rahmen realistische Beziehungen zu anderen TN einzugehen und Erfahrungen mit Rivalität untereinander aber auch Unterstützung durch die anderen Gruppenmitglieder zu machen.

Gleich wertvoll kann jedoch auch der umgekehrte Weg sein. Dass nämlich die Frauen zunächst in der Gruppe die wichtige Erfahrung machen, nicht alleine zu sein mit ihrem Leid. Ihr Eigenes im Spiegel der Anderen vielleicht auch deutlicher wahrnehmen. Hierüber entsteht oft der Wunsch, den eigenen Prozess in der Einzelarbeit über einen längeren Zeitraum fortzusetzen.

Ideal ist es natürlich, wenn die Therapeutin sowohl Einzel- als auch Gruppenarbeit anbieten kann oder mit Kolleginnen zusammenarbeitet, die diese Kombination ermöglichen.

In bleibender Erinnerung blieb mir die lebendige, offene Atmosphäre in der dieser kollegiale Erfahrungsaustausch möglich war. Dafür möchte ich mich bei allen Beteiligten, die dazu beitrugen, ganz herzlich bedanken.