



UniversitätsKlinikum Heidelberg

Leib und Lebensraum: Das eingebettete Selbst in der Psychotherapie

Thomas Fuchs

Psychiatrische Universitätsklinik



Das verkörperte, eingebettete Selbst (*embodied, embedded, enactive self*)

- Alternative zu Dualismus und Reduktionismus
- Subjektivität als Manifestation von Lebensprozessen des Organismus in Verbindung mit seiner Umwelt
- Gehirn als Vermittlungs- und Beziehungsorgan



Das verkörperte, eingebettete Selbst (*embodied, embedded, enactive self*)

- „*existential*“ → Phänomenologische Anthropologie
- Leib, Raum, Intersubjektivität, In-der-Welt-Sein als grundlegende Modi der Existenz
- „Der Patient ist krank, das heißt, seine Welt ist krank“ (van den Berg 1972)
- Die Krankheit ist nicht „im Patienten“, sondern der Patient „in der Krankheit“.
- „Gelebter Raum“ - Lebensraum



Überblick

1. Die persönliche Welt und der Lebensraum
2. Psychopathologie als Einschränkung des gelebten Raums
3. Phänomenologie des Unbewussten
4. Das interaktive Feld der Psychotherapie



1. Die persönliche Welt und der Lebensraum

Phänomenologie erforscht die präreflexive Dimension der Erfahrung:

- gelebter Leib
 - gelebter Raum
 - gelebte Zeit
 - gelebte Beziehungen
- Welt als umfassender Bedeutungszusammenhang



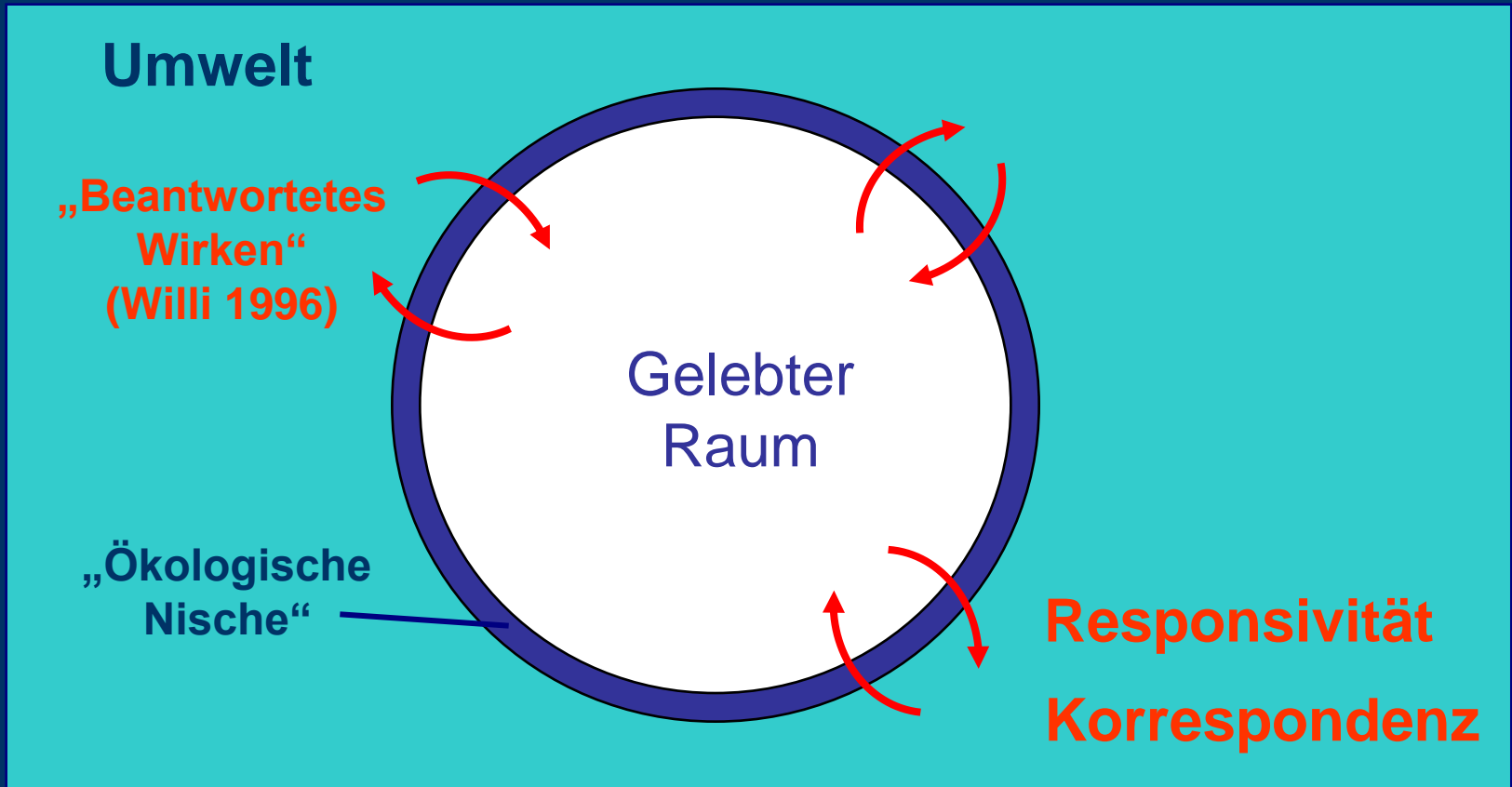
Lebensraum



- Kurt Lewin: Feldpsychologie (1926, 1934)
- zentriert um Person und Leib
- Qualitäten: Nähe/Ferne, Weite/Enge, Verbindung/Trennung, Erreichbarkeit/Unerreichbarkeit etc.
- strukturiert durch physische oder symbolische Grenzen
- durchzogen von „Feldkräften“, z.B. Attraktion/Repulsion, Elastizität, Widerstand
- „Valenzen“ für die Potenziale der Person
- „Gravitations-“, „Ausstrahlungswirkungen“, „Raumkrümmungen“



Gelebter Raum und ökologische Nische





2. Psychopathologie als Einschränkung des Lebensraums

- Einengung des Möglichkeitshorizonts
- Störung des „beantworteten Wirkens“
- reduzierte Responsivität

Beispiele:

- Typus Melancholicus: Rigidität des Lebensraums
- Borderline-Persönlichkeit: Fragmentierung des Lebensraums



3. Phänomenologie des Unbewussten

- Kritik des verdinglichten Unbewussten
- Alternative: Das implizite Unbewusste
- Merleau-Ponty: Trauma und leibliches Gedächtnis

„Die Traumaerfahrung wahrt ihren Bestand nicht in Gestalt einer Vorstellung des objektiven Bewusstseins und als datierbares Vorkommnis, vielmehr ist es ihr wesentlich, nur fortzuleben in einem Stil des Seins und in einem gewissen Grade von Allgemeinheit.“



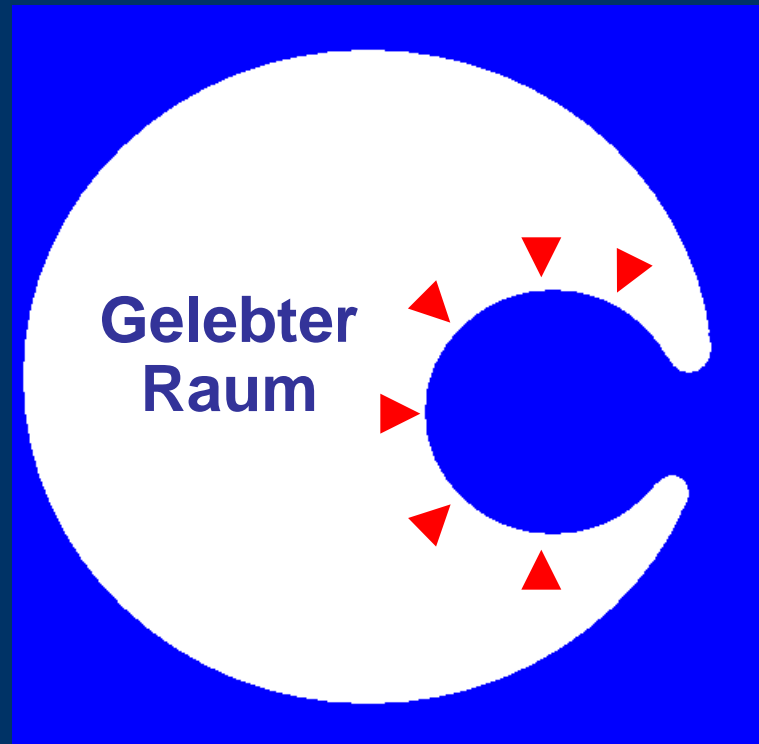
3. Phänomenologie des Unbewussten

- Implizites Unbewusstes: habituelle Weisen des Verhaltens und Vermeidens
- erkennbar für andere als „blinde Flecken“ im gelebten Raum
- nicht realisierte Möglichkeiten

„Dieses Unbewusste ist nicht in unserem Innersten zu suchen, hinter dem Rücken unseres ‚Bewusstseins‘, sondern vor uns als Gliederung unseres Feldes. Es ist Unbewusstes dadurch, daß es nicht *Objekt* ist, sondern ... es ist die Konstellation, aus der unsere Zukunft ablesbar ist.“ (Merleau-Ponty 1986)



Das implizite Unbewusste: Vermeidung und Widerstand





Das implizite Unbewusste: Wiederholungszwang



**Gelebter
Raum**

**„Attraktiver
Raum“**



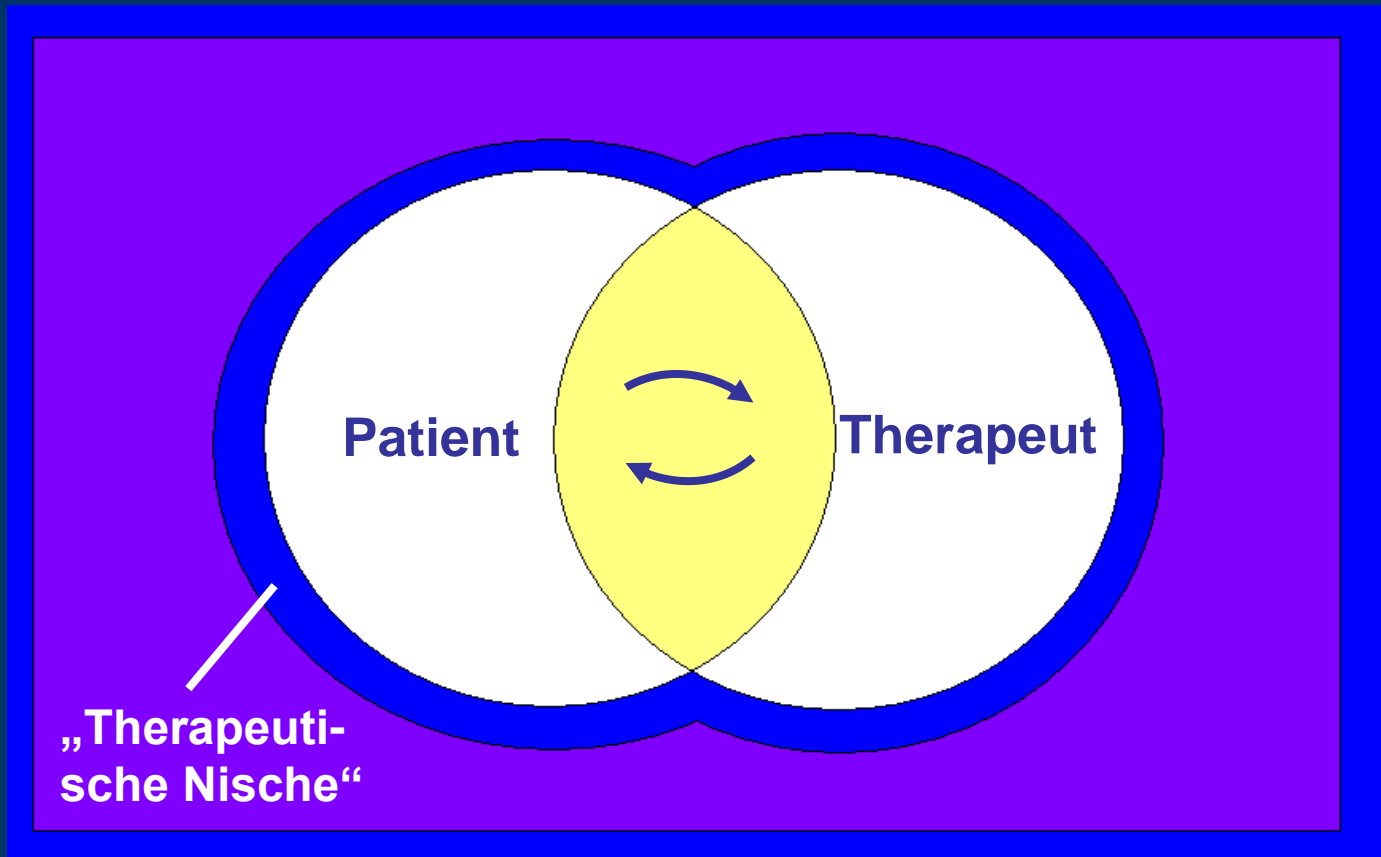
→ Unbewusstes nicht in der „vertikalen“,
sondern in der „horizontalen Dimension“
des Lebens- und Beziehungsraums



4. Das interaktive Feld der Psychotherapie



„Horizontverschmelzung“





Kritik des klassischen Übertragungskonzepts

- Subjekt-Objekt-Trennung
- verdinglichte, individualisierende Konzeption von Gefühlen
- Übertragung als Anachronismus
- Übertragung und Gegenübertragung bleiben im Individuum



Konzepte der Säuglingsforschung

- dyadische Interaktionsschemata
- multimodale Speicherung im impliziten Gedächtnis
- „Implizites Beziehungswissen“ (D. Stern)
- „schemes-of-being-with“, affektiv-leibliche Interaktionsmuster („Zwischenleiblichkeit“)

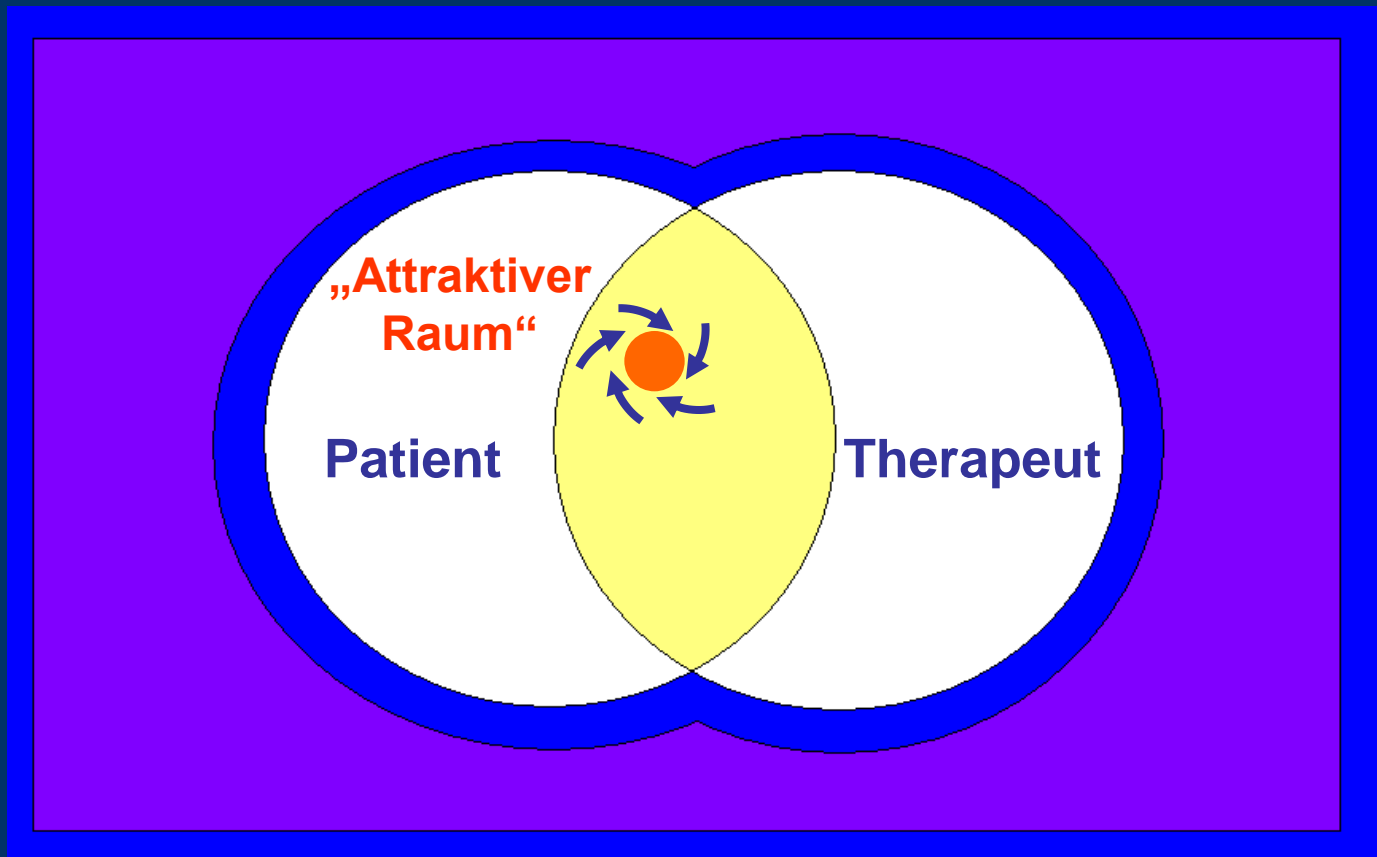


Konsequenzen

- Die implizite Vergangenheit ist eher als die explizite im Fokus des therapeutischen Prozesses.
- Implizite Beziehungsmuster werden im interaktiven Feld sichtbar („Gegenwartsunbewusstes“)
- Phänomenologische Einstellung
- Vermeidung der „attraktiven Muster“ des Patienten

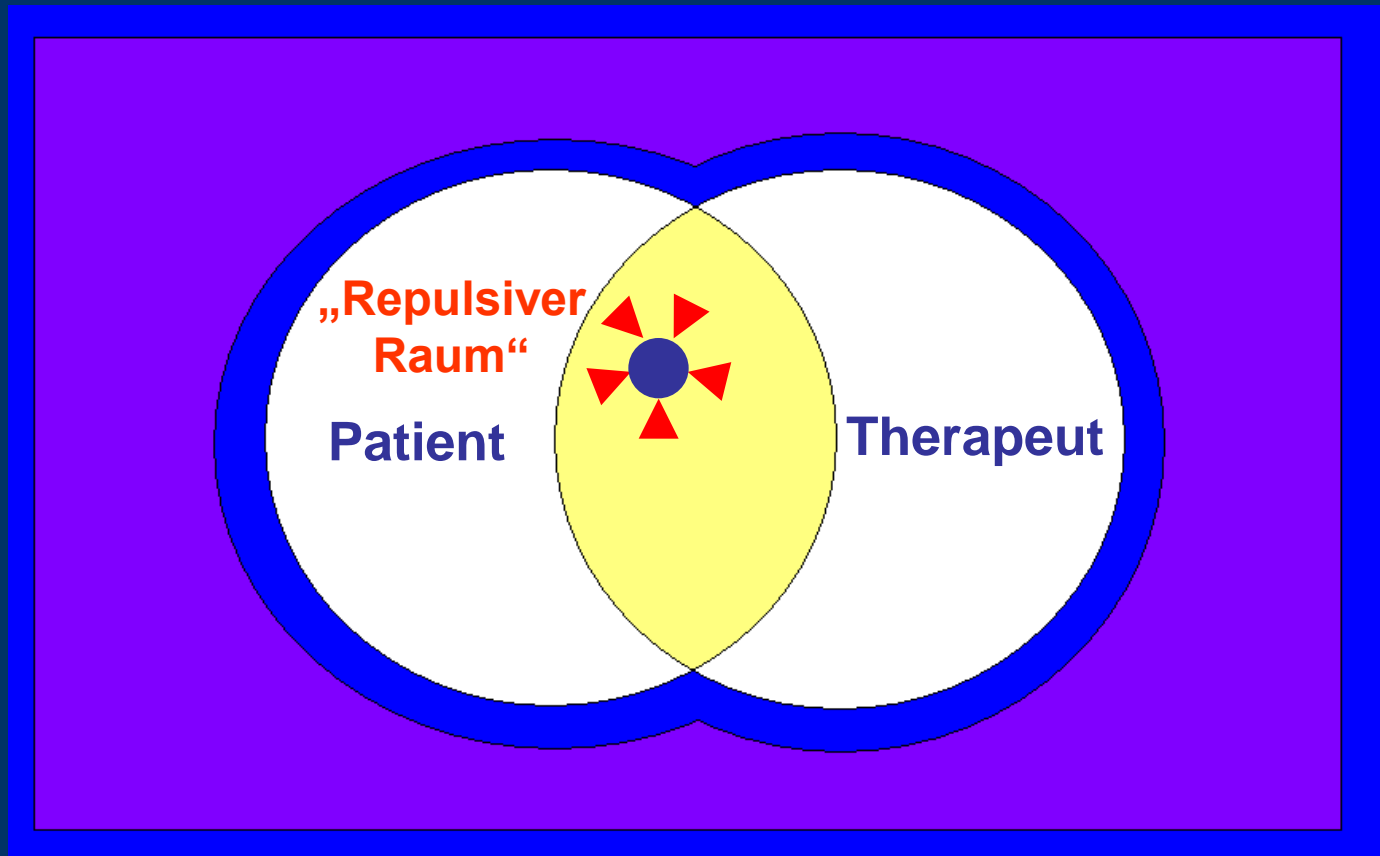


(1) Wiederholungsmuster in der Psychotherapie





(2) Vermeidungsmuster in der Psychotherapie





Resümee

- 1) Phänomenologie ist die Wissenschaft der Subjektivität, doch jedes Subjekt ist zugleich eine Welt. Subjektive Erfahrungen sind phänomenologisch nicht im Innern einer Seele oder eines Gehirns zu finden, sondern erstrecken sich über den Leib und den gelebten Raum einer Person.
- 2) Auch psychisches Kranksein ist kein Zustand im Kopf. Es lässt sich als eine Einschränkung des gelebten Raums eines Menschen auffassen, als eine Störung seiner Responsivität und seines Austauschs mit der Umwelt.



Resümee

- 3) Die Aufgabe der Psychotherapie besteht darin, den Lebensraum des Patienten zunächst gemeinsam mit ihm zu erkunden und zu verstehen, um dann seinen Horizont von Möglichkeiten zu öffnen und zu erweitern. Das vorrangige Mittel zu diesem Zweck ist das interaktive Feld zwischen Therapeut und Patient.

- 4) Die Phänomenologie als Wissenschaft der subjektiven Erfahrung kann einen konzeptuellen Rahmen bereitstellen, um diese Prozesse etwa in Begriffen von Leiblichkeit, Räumlichkeit, Zeitlichkeit und Intersubjektivität zu erfassen.



Resümee

- 5) Es wäre nicht sinnvoll, von einer „phänomenologischen Psychotherapie“ im Sinne einer eigenen Schule zu sprechen. Die Phänomenologie vermittelt vielmehr Grundlagen und Methoden für eine Haltung der Unvoreingenommenheit, Achtsamkeit und Neugier gegenüber der subjektiven Erfahrung, die jeder Therapeut immer wieder gewinnen sollte.



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Ausblick

Deutsche Gesellschaft für phänomenologische Anthropologie,
Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP):

Kongress „Das leidende Subjekt. Phänomenologie als
Wissenschaft der Psyche.“

Heidelberg, 12./13. April 2013

www.phaenomenologie-kongress-2013.unitt.de