

Schweizer Körperpsychotherapie im Spannungsfeld von Wirkung, Wissenschaftlichkeit und Politik

Judith Biberstein

Seit 2013 regelt in der Schweiz ein Psychologieberufegesetz die Vergabe des Berufstitels in Psychotherapie. In Anerkennung der Methodenvielfalt wurden auch humanistisch fundierte Curricula akkreditiert. Einige von ihnen, so auch die Integrative Körperpsychotherapie (IBP) nach Jack Lee Rosenberg, haben einen körperpsychotherapeutischen Hintergrund. Der Artikel gibt einen Einblick in den Akkreditierungsprozess von IBP. Im Hinblick auf das WBP-Gutachten in Deutschland und zukünftige Entwicklungen enthält der Beitrag Aspekte des politischen Beitrages der humanistischen Psychotherapie und die Notwendigkeit der Präzisierung einer der Psychotherapie angemessenen Forschungsmethodik.

Swiss Body Psychotherapy in the Field of Tension between Impact, Science and Politics

Since 2013, in Switzerland a law regulating psychological professions governs the awarding of the professional title in psychotherapy. In recognition of the diversity of methods, humanist-based curricula were also accredited. Some of them, including Integrative Body Psychotherapy (IBP) according to Jack Lee Rosenberg, have a body psychotherapeutic background. The article gives an insight into the accreditation process of IBP. Regarding the opinion of the WBP in Germany and future developments, the article highlights aspects of the political contribution of humanistic psychotherapy and the need to clarify research methodology appropriate to psychotherapy.

Anerkennen, was ist

Dieser Beitrag handelt vom Selbstverständnis der humanistischen Psychotherapie. Er ist aus jener Selbstverständlichkeit heraus formuliert, auf deren Basis sich in der Aufbruchsstimmung der 1970er Jahre in den USA hu-

manistische Therapiemethoden etablierten. Als dritte Kraft (neben der Psychoanalyse und dem Behaviorismus) wuchsen diese Methoden aus dem „Human Potential Movement“ heraus. Damals drängte es engagierte VordenkerInnen auf dem gelebten Hintergrund der

Schlüsselbegriffe

Berufspolitik Schweiz, humanistische Psychotherapie, Psychotherapieforschung, integrative Körperpsychotherapie

Key words

Swiss occupational policy, humanistic psychotherapy, psychotherapy research, integrative body psychotherapy

zwei Weltkriege, Wege aus dem Macht-Ohnmacht-Dilemma heraus in Selbst-Ermächtigung für die authentische Begegnung mit sich und anderen zu finden. Wie kann Psychotherapie überhaupt irgendetwas anderes sein als humanistisch?

Der Weg zur Schweizer Akkreditierung

In der Schweiz wurden kürzlich anlässlich umfangreicher Akkreditierungsprozesse durch das Bundesamt für Gesundheit auch die Curricula mehrerer humanistisch fundierter Psychotherapie-Ansätze, unter ihnen der Integrativen Körperpsychotherapie IBP (siehe Kasten) ordentlich anerkannt.

Was ist IBP?

IBP ist als relativ junge Psychotherapiemethode eine Fusion der innovativen, experimentellen und evidenzorientierten amerikanischen Arbeit Jack Lee Rosenbergs, eines Schülers von Fritz Perls und der umsichtig-fundierten Umsetzung von Markus Fischer und anderen. Neben dem Weiterbildungsgang für Psychotherapie bietet IBP ein Curriculum für körperorientiertes Coaching an. Dem IBP-Institut ist ein Ambulatorium angegliedert, in dem rund 25 ärztliche und psychologische PsychotherapeutInnen Leistungen der psychiatrischen Grundversorgung erbringen. Mehr Informationen zu Hintergründen und Methodik der Körperpsychotherapie IBP gibt es im „Lehrbuch der Integrativen Körperpsychotherapie IBP“ (xy) oder auf www.ibp-institut.ch.

Überprüft wurde, ob die verschiedenen Weiterbildungen in Psychotherapie die Akkreditierungsziele des 2013 in Kraft getretenen Psychologieberufegesetzes erfüllen. Die Auseinandersetzung mit den in den Gesetzesverordnungen formulierten Qualitätsstandards stellte viele therapeutische Schulen vor große Herausforderungen. Vor allem die ganz klei-

nen Institute, die abseits vom Mainstream stehen, stießen an ihre personellen, strukturellen und finanziellen Grenzen. Der Aufwand war für viele der universitätsfernen Institute nur dank engagierter unentgeltlicher Arbeit der Verantwortlichen und dank der Unterstützung der Berufsverbände tragbar.

Auch wenn diese erste Akkreditierungsrunde in ihrem Prozedere sicher noch Verbesserungspotenzial aufweist, hat die Psychotherapie-Ausbildungsszene der Schweiz insgesamt einen Gewinn davongetragen. Sie ist dort geklärt, wo die Qualität der Weiterbildungsangebote und die heutigen Anforderungen des Psychotherapie-Berufes ineinandergreifen. Nun gelten für alle akkreditierten Curricula vergleichbare Standards. Dies schafft Klarheit für potenzielle AbsolventInnen sowie für die institutionellen Arbeitgeber. Vielleicht eröffnet die Bündelung Möglichkeiten für eine veränderte Wahrnehmung der Psychotherapie im gesellschaftlichen Gefüge. Was wäre, wenn sich unsere Profession sichtbarer machen und sich selbstbewusster präsentieren würde?

IBP ist eine junge Therapierichtung mit einem pragmatischen Selbstverständnis. Das Institut verfügt seit längerem über ein funktionierendes Qualitätsmanagement und strukturierte Prozessabläufe, weshalb die Vorgaben des Bundes uns keine tiefgreifenden Umwälzungen diktierten. Sie regten uns vielmehr an, die Weiterbildungsinhalte zu überprüfen und zu differenzieren. Für die Sicherung des momentanen Lehrverständnisses verfasste eine Gruppe von WeiterbildnerInnen ein Lehrbuch (Kaul / Fischer. 2016). Die Gestaltung des ordnungskonformen Curriculums forderte uns heraus, die verlangten methodenübergreifenden Weiterbildungsbestandteile sinnvoll einzubetten, ohne unsere Alleinstellungsmerkmale dabei zu vernachlässigen. Es scheint gelungen zu sein, denn unser Weiterbildungsangebot hat durch die Überarbeitung an Profil gewonnen und erfreut sich guter Nachfrage. Die bei IBP ausgebildeten Berufsleute finden

breite Akzeptanz in den Arbeitsfeldern der Psychiatrie und Psychotherapie.

Die Audits im Fremdevaluationsprozess erlebten wir als kollegialen und belebenden Fachaustausch. Die Rückmeldungen der ExpertInnen motivieren uns, unsere Grenzen realistisch anzuerkennen und gleichzeitig unsere Stärken auszubauen.

Nun ist IBP befugt, seinen AbsolventInnen den geschützten Titel „Eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin / Eidgenössisch anerkannter Psychotherapeut“ zu verleihen. Dies ist wenig und viel zugleich. Wenig ist es, weil weiterhin die psychologische Psychotherapie keine Grundversicherungsleistung ist (Komedal-Lutz 2017). KlientInnen, welche solche Leistungen in Anspruch nehmen, bezahlen ihre Rechnungen aus der eigenen Tasche, oder sie bekommen, falls sie eine private Zusatzversicherung abgeschlossen haben, aus dieser begrenzte Zuschüsse. Viel ist es, weil die politischen Kräfte offenbar willens sind, die Methodenvielfalt in der Schweizer Psychotherapie zu bewahren. Sie folgen also nicht der einseitigen Wissenschaftspolitik, die in Deutschland praktiziert wird. Damit wird jene umfangreiche naturalistische Forschung ernstgenommen, die zeigt, dass ein methodentreues Vorgehen in der Psychotherapie keinen Einfluss auf den Therapieerfolg hat. Trotzdem stärkt der Akkreditierungsprozess die Motivation, die anthropologischen Grundlagen der einzelnen Methoden zu schärfen.

Psychotherapie humanistisch verorten

„... und was spüren sie gerade im Moment in ihrem Körper?“ Nicht selten antworten PatientInnen auf diese Frage zunächst: „Ich spüre nichts, alles ist gut, danke, mir tut nichts weh“. Solange nichts schmerzt, sind sie funktional integrierte Mitglieder der Gesellschaft. Oft bekommen sie es erst dann mit sich selbst

zu tun, wenn sie körperliche oder psychische Symptome entwickeln und ihre Leistung nicht mehr genügt. In diesem Fall gibt es Aufmerksamkeit, denn der Ausfall von Arbeitskräften kommt die Wirtschaft bekanntlich teuer zu stehen. Und während zuweilen die Schwächlichkeit der heutigen Gesellschaft beklagt wird, gerät aus dem Blick, dass es doch gerade die Objektivierung des Menschen ist, die schwächt, ausbrennt oder krank macht.

Die humanistische Psychologie propagiert alternativ dazu, Menschen als Subjekte zu sehen. Sie sind mehr als die Summe ihrer Teile (Bugental 1964) und auch mehr als ihre Leistung. Nicht die Exzellenz Einzelner, sondern die Vielfalt des Kollektivs macht die Gesellschaft in der Lösung der sich ihr präsentierenden Probleme erfolgreich. Existenzberechtigt sind nicht nur jene, welche bezüglich der Anpassung an die äußeren Anforderungen „the fittest“ sind. Daseinsberechtigung ergibt sich aus unserem Da-Sein, aus unserem Selbst. Daraus entfalten wir, intrinsisch motiviert, unsere Beiträge an die Gesellschaft. Ich kann mir nicht vorstellen, vor dem Hintergrund eines anderen Menschenbildes therapeutisch zu arbeiten. Ruth Cohn (1990) formulierte dies als „zu wissen, dass wir zählen“.

Cohn, die Begründerin der Themenzentrierten Interaktion, war eine einflussreiche Vertreterin der humanistischen Psychologie. Sie wurde nicht müde, darauf hinzuweisen, dass die Berufung auf humanistische Axiome gleichzeitig eine politische Haltung ist. Diese fußt darauf, dass Menschen nicht der Illusion verfallen, allmächtig zu sein, so wie es auch nicht wahr ist, dass wir ohnmächtig sind. Im Sinn des Empowerment-Begriffes sind wir teilmächtig. So gesehen ist humanistische Psychotherapie ein Geschehen, welches in der Verantwortung der TherapeutInnen mit dem Ziel der Stärkung der Teilmächtigkeit der Hilfesuchenden gemeinsam gestaltet wird.

Nun ist es gut möglich, dass es gesellschaftliche Kräfte gibt, die eine solche Selbster-

mächtigung nicht begrüßen. Es könnte politische und marktwirtschaftliche Vorteile haben, wenn Menschen vorwiegend extrinsisch orientiert und damit beeinflussbar bleiben. Mich motiviert unter diesem Blickwinkel das humanistische Menschenbild, das sich nicht damit begnügt, mittels Behandlungsplänen menschliches Verhalten zu optimieren. Es motiviert mich für berufspolitische Arbeit und für die Zusammenarbeit über die Landesgrenzen hinaus mit dem Ziel, humanistische Psychotherapie auch als politische Stimme hörbar zu machen.

Forschen als Haltung

Die achtsame Innenwendung bildet in der Integrativen Körperpsychotherapie IBP die Basis zur Differenzierung der Selbstfunktionen. Die Erlebens-Ebenen der körperlichen Phänomene (Spüren) werden mit den dazugehörigen emotionalen Tönungen (Fühlen) sowie mit kognitiven Komponenten (Denken) zu einem Ganzen verbunden. Die individuelle Erfahrungsbreite kennt keine Qualitätsstandards. Es ist die Distanzierung zu den Phänomenen, und seien sie auch leidensverursachend, die therapieaufsuchenden Menschen Erfahrungs- und vielleicht auch Handlungsspielraum bieten kann.

Während meines Studiums in Psychologie beeindruckte mich bei den Grundlagen der Psychologie die Sichtweise des amerikanischen Psychologen Kelly (1905–1966), der in seiner Persönlichkeitskonstrukttheorie (Perlin, 2000, 332–375) den Aspekt betonte, dass jeder Mensch ein Wissenschaftler ist, der auf dem Hintergrund seiner Erfahrungen inneres Wissen über sich selbst erschafft. Im guten Fall wird er, wenn die Erkenntnisse nicht mehr passen, sie der sich ständig neuen Wirklichkeitserfahrung anpassen. Ich habe noch heute viel Sympathie für diese konstruktivistische, selbstbestimmte Sichtweise des Menschen. Therapie geschieht, wenn Menschen dem

Wahrhaften begegnen, jenseits des Wertens, wenngleich das Vorgefundene nicht immer dem Erwarteten entsprechen mag. Das Auffinden des Eigenen ist in der humanistisch fundierten Arbeit zentrales Momentum. Ist in diesem Sinne Psychotherapie überhaupt etwas anderes als Forschung?

Schon Jahre vor dem Start des Akkreditierungsprozesses stellte sich für das IBP-Institut die Frage, wie die wissenschaftliche Fundierung der körperpsychotherapeutischen Methode nachgewiesen werden könnte. Inmitten des Wandels von einer pioniergeprägten Institution zu einer stetig wachsenden Organisation mit einem Ambulatorium zur lokalen psychiatrischen Grundversorgung war weder Geld noch Kapazität für Forschung vorhanden. Als die Assoziation der Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (ASP) in Zusammenarbeit mit der Universität Köln und der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) zwischen 2006 und 2013 eine umfangreiche Praxisstudie durchführte, beteiligte sich das IBP-Institut als eine von neun Therapierichtungen mit 20 TherapeutInnen und 82 Therapieverläufen daran (von Wyl et al. 2016). Wie erwartet zeigten die Resultate auch in dieser Studie in puncto Therapie-Outcome keine relevanten Unterschiede zwischen den verschiedenen Therapiemethoden. Viel interessanter ist der Blick auf die therapeutische Fachperson, ihre methodische Fundierung sowie die Art und Weise ihrer Intervention. Die Auswertungen von Koemeda-Lutz et al. (2016) geben relevante Hinweise auf die schon früher im Text erwähnten Gründe für die anthropologische Fundierung der einzelnen Psychotherapie-Methoden. Die Passung zwischen Fachperson und Methode ist offenbar von Bedeutung als Quelle von Identität. Für Methodenvielfalt spricht, dass TherapeutInnen davon profitieren, wenn sie eine methodische Heimat haben, der sie sich zugehörig fühlen, selbst dann, wenn sie nicht notwendigerweise in der dort vorgeschlagenen Weise intervenieren.

Die Feldstudie wurde wegen ihres Differenzierungsgrades international beachtet. Finanziert wurde sie von einem anonymen Geldgeber, nachdem die Bemühungen für den Zugang zu nationalen Forschungsgeldern gescheitert waren. In der Fachwelt schieden sich nämlich die Geister an der Frage, ob es statthaft war, die Daten im realen Alltag der Psychotherapie zu generieren. Selbst wenn die Gesetzesverordnung zur Akkreditierung lediglich festlegt, dass die Wirksamkeit der Methoden empirisch belegt sein soll, flammt die Diskussion um das Wissenschaftsverständnis der Psychotherapie-Forschung immer wieder auf. Der Verdacht taucht auf, dass das Festhalten am Konstrukt, das Feld der Psychotherapie lasse sich abschließend quantitativ beschreiben, eine Möglichkeit der Machtausübung darstellt.

In diesem Zusammenhang lässt uns die Nachricht aus Deutschland von der Rückweisung der Forschungsnachweise der AGHPT durch den deutschen Wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie (WBP) aufhorchen. Wir sind aufgefordert, das Forschungsverständnis des WBP zu kritisieren. Nicht nur aus Solidarität mit unseren deutschen KollegInnen, die ihre Arbeit humanistisch fundieren, sondern auch in unserem ureigenen Interesse.

„Wer schweigt, hat immer Unrecht. Und bereitet den Boden dafür vor, dass es auch bei uns so kommen kann wie im nördlichen Nachbarland“. Dies schreibt Peter Schulthess in der aktuellen Publikation des Psychotherapie-Berufsverbandes ASP zur Situation der humanistischen Psychotherapie in Deutschland (Schulthess 2018, 18). Denn weiterhin ist die Frage unbeantwortet, nach welchen Kriterien in der Schweiz künftig die, wie behauptet wird, knappen Gelder im Krankenkassen-Milliardengeschäft verteilt werden sollen, so es denn dazu kommen könnte. Seit Jahren ist beim Bundesamt für Gesundheit die Einführung eines Anordnungsmodelles für psychologische Psychotherapie hängig, welches es den AbsolventInnen von akkreditierten Weiterbildungen

ermöglichen würde, aus der selbstverantwortlichen Praxis heraus über die Grundversicherung abzurechnen. Es ist denkbar, dass uns in der nächsten Akkreditierungsrunde in sieben Jahren ein kalter Wind entgegenweht, weil es politisch darum gehen könnte, den Markt der Psychotherapie-Weiterbildungsanbieter zu beschränken. Es ist zu befürchten, dass das Konstrukt der ausschließlichen Wissenschaftlichkeit den meist universitätsfernen, humanistisch fundierten Anbietern von Psychotherapie-Weiterbildungen im Verdrängungskampf das Überleben schwer machen wird.

Da kommt bei mir der Wunsch auf, dass taenduristische ForscherInnen sich in den nach den Akkreditierungsprozessen entstandenen Freiräumen kreative Untersuchungsdesigns ausdenken, deren Umsetzung von SpenderInnen finanziert werden. Und es ist kein Wunsch, sondern eine Notwendigkeit, dass wir im methodenübergreifenden Diskurs einen praxisrelevanten Psychotherapie-Wissenschaftsbegriff formulieren, der sich den echten Fragen der Profession zuwendet.

Literatur

- Bugental, J. F. T. (1964): The third force in psychology. *Journal of Humanistic Psychology* 4 (1), 19–26, <https://doi.org/10.1177/002216786400400102>
- Cohn, R. (1990): Zu wissen, dass wir zählen. Zytglogge, Basel
- Kaul, E., Fischer, M. (2016): Lehrbuch der Integrativen Körperpsychotherapie IBP. Hogrefe, Göttingen
- Koemeda-Lutz, M. (2017): Körperpsychotherapie in der Schweiz. *körper – tanz – bewegung* 5 (1), 43–50, <https://doi.org/10.2378/ktb2017.arto6d>
- Koemeda-Lutz, M., Cramer, A., Tschuschke, V., Schulthess, P., von Wyl, A. (2016): *International Body Psychotherapy Journal* 15 (2), 37–65
- Pervin, L. A. (2000): *Persönlichkeitstheorien*. Ernst Reinhardt Verlag, München
- Schulthess, P. (2018): Gutachten des deutschen Wissenschaftlichen Beirates zur Humanistischen Psychotherapie. *à jour* 1, 16–18

von Wyl, A., Tschuschke, V., Cramer, A., Koemedalutz, M., Schulthess, P. (Hrsg.) (2016): Was wirkt in der Psychotherapie? Ergebnisse der Praxisstudie ambulante Psychotherapie zu 10 unterschiedlichen Verfahren. Psychosozial, Gießen



Judith Biberstein

Psychologin, eidg. anerkannte Psychotherapeutin in freier Praxis, Erwachsenenbildnerin, Supervisorin, Lehrbeauftragte

IBP. Mitglied der Kommission für Qualitätssicherung des Berufsverbandes ASP.



Judith Biberstein
Gutenbergstrasse 31 | CH-3011 Bern
www.inneremraumgeben.ch
www.ibp-institut.ch