

Im Unterschied zum Vorgehen bei Familienaufstellungen (Schäfer, 2000; von Schlippe & Schweitzer, 1998) findet in der Pesso-Psychotherapie eine Aufspaltung der Elternfiguren in Anteilsfiguren statt. Um eine Differenzierung der Gefühle den Eltern gegenüber zu ermöglichen und Verstrickungen aufgrund von Loyalitätsbündnissen und liebevollen Gefühlen zu vermeiden, werden nicht *die* Eltern dargestellt, sondern meistens deren als negativ erlebte Anteile, die „negativen Anteilsfiguren der realen Eltern“ (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 170). Es besteht außerdem die Möglichkeit, die geliebten Anteile – das sind solche, die als positiv erlebt wurden oder mit denen Mitleid empfunden wurde – neben die negativen Anteilsfiguren zu stellen (s. 1.3.3).

In dieser Hinsicht bietet die Pesso-Psychotherapie meiner Meinung nach eine Verfeinerung des bisherigen Vorgehens, beispielsweise im Rahmen von Familienaufstellungen.

In tiefenpsychologischem Vokabular ausgedrückt (etwa im Rahmen der Objektbeziehungstheorie) könnte man von einer externen Dar- bzw. Aufstellung verschiedener interner Objektrepräsentanzen sprechen (Mertens, 2000, S. 22/23).

1.2 Grundlegende theoretische Konzepte innerhalb der Pesso-Psychotherapie

1.2.1 Das Konzept der „interaktiven Energie“ und der Energiezyklus

Sowohl der Entwicklung des Ichs im engeren Sinne als auch Lern-, emotionalen und Lebensprozessen allgemein liegt in der Theorie nach Albert Pesso ein universelles energetisches Prinzip zu Grunde, das stets nach einem bestimmten Zyklus abläuft und nun erläutert werden soll:

Er nennt es:

„Energy (1) > Action (2) > Interaction (3) > Meaning (Internalisation) (4)“

(Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 133).

Zu Punkt „Energy“ (1): Jede Handlung, jeder psychische Prozess, jeder Entwicklungsvorgang des Lebens generell benötigt als Antriebsmotor Energie. Als Quelle der Energie nennt Pesso einerseits „den Kopf oder das Gehirn“ (Pesso, 1999, S. 103), andererseits wird immer wieder deutlich, dass damit auch die Energie gemeint ist, die physiologischen Prozessen zu Grunde liegt bzw. auch aus diesen resultiert.

Diese Konzeption erinnert an die der libidinösen Energie aus der psychoanalytischen Theorie (z. B. Hoffmann & Hochapfel, 1995, S. 29-30).

Ein Indiz für diese Annahme sind die ersten zwei Subsysteme der „interaktiven Energie“ (s. u.), „das System der Körper- und Gleichgewichtsreflexe“ und „das metabolisch-vegetative System“ (Pesso, 1999, S. 103). Pesso vertritt die Annahme, dass sich energetische Spannungen im Körper speichern und an der Körperoberfläche manifestieren können. „In einer Struktur beobachte ich den Körper des Patienten, um zu sehen, wo die interaktive Energie sich zeigt, ...“ (Pesso, 1999, S.103).

Diese Auffassung gehört auch zum klassischen Gedankengut der Körpertherapie (Kriz, 1994, S. 77-100; Lowen, 1979).

Pesso spezifiziert diese Annahme, indem er verschiedene Ausdrucksmöglichkeiten energetischer Blockaden in verschiedenen Bereichen des Körpers beschreibt (Pesso, 1999, S. 173-214, 1969, S. 1-16). Diesen werden „typische“ zu Grunde liegende emotionale Konflikte zugeordnet und entsprechende therapeutische Vorgehensweisen empfohlen.

Eine Zuordnung bestimmter emotionaler Konfliktkonstellationen zu bestimmten Körperbereichen halte ich für problematisch. Eine solche Zuordnung ist vergleichbar mit der Annahme einer psychosomatischen Konfliktspezifität wie nach Franz Alexander (Bräutigam et al., 1992, S. 53-59) und gilt aus Sicht der psychosomatischen Theorieforschung als überholt. Ich denke, dass sich diese Zuordnung aus Albert Pessos therapeutischem Erfahrungswissen begründet. Einen Einblick dazu gibt die Schilderung von Strukturarbeiten und zugehörigen Kommentaren in „Strukturen des Unbewussten“ (Moser & Pesso, 1998).

Bedeutsam an Pessos Konzeption der Energie ist ihr inhärenter interaktiver Bezug. Die interaktive Energie (1) soll im Verlauf des Energiezyklus in der folgenden Aktion (2) sowie der Interaktion (3) manifest werden. Sie ist auf ein Objekt oder eine Person gerichtet (Pesso, 1999, S. 113). Erst im Rahmen einer Interaktion kommt dieses Objekt im Energiezyklus dazu.

Der Objektbezug der interaktiven Energie gründet sich aber meiner Meinung nach nicht in Pessos Theorie, sondern erinnert an das Prinzip der „Objektbesetzung“ der psychoanalytischen Theoriekonzeption (Hoffmann & Hochapfel, 1995, S. 29; Mertens, 2000, S. 22-26).

Zu Punkt „Action“ (2): Die Energie zieht im Normalfall eine Handlung nach sich. Sie verdichtet sich in einer Aktion. Auf der konkret-motorischen Ebene bedeutet dies, dass die Energie in eine Bewegung der Muskeln umgesetzt wird und eine Handlung folgt. „Die interaktive Energie ist wesentlich Bewegungsenergie...“ (Pesso, 1999, S. 113).

Das System des Körpers ist in der Theorie Pessos eng mit dem der Emotionen verknüpft. Daher bedeutet diese Konzeption im weiteren Sinne auch, dass (interaktive) Energie zu einer bestimmten (interaktiven) Emotion führen kann. Die Handlung in diesem Sinne ist Ausdrucksform dieser Emotion an der Körperoberfläche oder in einer konkreten Aktion. Zu dieser Verknüpfung schreibt Pesso: „Zwischenmenschliche interaktive Energie wird wirksam im affektiven Bewegungssystem ..., das die Menschen mit ihren Gefühlen und Impulsen in Übereinstimmung bringen sollte Das Bewegungssystem wird in Gang gesetzt von dem inneren Erlebnis-Zustand, und es richtet sich auf ein Objekt“ (Pesso, 1999, S.123).

Im nicht idealen Verlauf kann es allerdings an dieser Stelle zu Verschiebungen der Energie kommen. Sie kann auch auf andere als ursprünglich vorgesehene Objekte gerichtet werden, wenn diese Objekte nicht vorhanden sind. Anstatt eine Beziehung zu einem Objekt aufzubauen, wird die Energie in eine „Selbst-Selbst-Beziehung“ investiert (Moser & Pesso, 1998, S.

16). Dies ist beispielsweise der Fall bei den so genannten „selbst-reflexiven Berührungen“, die im therapeutischen Kontext besondere Berücksichtigung finden. Dabei richtet der Klient die ursprünglich auf eine andere Person bezogene interaktive Energie wieder auf sich selbst, weil die Person, für die sie ursprünglich „vorgesehen“ war, physisch oder psychisch abwesend war.

Zum Beispiel kann ein Klient in einem emotional sehr dichten Moment einer therapeutischen Sitzung beginnen, eine Hand mit der anderen zu streicheln, zu halten oder auch Ausdrucksformen einer aggressiveren Emotion wie Kratzen, Ineinanderkrallen etc. zeigen. Diese selbst-bezogenen Berührungen werden als Anhaltspunkt für weitere therapeutische Interventionen verwendet, z. B. als Indiz für die Altersstufe, auf die der Klient gerade regrediert ist oder als Hinweis für das zu Grunde liegende und unerfüllt gebliebene Bedürfnis.

Im Allgemeinen soll im therapeutischen Prozess die Energie auf das passende äußere Objekt gerichtet bzw. zurückgeführt werden (Pesso, 1999, S. 122).

Zu Punkt „Interaction“ (3): Im Idealfall findet die gerade beschriebene Aktion eine Interaktion, d. h. eine Antwort oder Reaktion, die zu der ausgeführten Handlung/Aktion passt.

Äußert z. B. ein Kind seine Angst (Energie) durch Schreien (Aktion), wäre eine beschützende Reaktion der Eltern (Interaktion) passend. Diese Passung ist in der Theorie Pessos von großer Wichtigkeit. Es wird betont, dass Aktion und Interaktion idealerweise wie ein Dia-Negativ und ein Dia-Positiv, also nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip zueinander passen sollen. Dieses Prinzip wird als „Shape-Countershape-Prinzip“ bezeichnet (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 160).

Sowohl der theoretische Ansatz als auch die Begrifflichkeiten entstammen der Theorie der Gestalttherapie (Walter, 1994, S. 27-28, S. 79-82). Albert Pesso verwendet dazu auch die klassischen Begriffe der Gestalttheorie. „*Jedes Bedürfnis hat seine eigene 'Gestalt' [= „Shape“]*“ und: „*Die Erfüllung jedes Bedürfnisses hat eine eigene 'Antwort-Gestalt' [= „Countershape“]*“ (Pesso, 1999, S. 225).

Eine ideale Passung kommt einerseits zustande durch den passenden Zeitpunkt der Bedürfnisbefriedigung innerhalb der psychischen Entwicklung, andererseits durch die passende Person, die das Bedürfnis befriedigt (s. 1.2.3).

Zu Punkt „Meaning“ (Internalisation) (4): Mit dem letzten Punkt dieses in sich geschlossenen Zyklus' wird die symbolische oder Integrationsebene angesprochen. Eine Handlung, ein psychischer Prozess oder ein Entwicklungsvorgang kommt zum Ende, indem ihre/seine Bedeutung (= „Meaning“) erfasst und abgespeichert (internalisiert) wird.

Dies ist wichtig, um, wiederum ausgedrückt in der Sprache der Gestalttheorie, „die Gestalt zu schließen“ und keine „offenen Geschäfte“ übrig zu behalten (Perls, 1981).

Dieser Punkt wird auch bei Entwicklungs-, Lern- und emotionalen Prozessen bedeutsam, besonders bezüglich der „Labeling-Prozesse“.

Eine wichtige Funktion, die innerhalb der kindlichen Entwicklung von den Eltern ausgefüllt werden sollte, ist die Wahrnehmung, Anerkennung, Wertschätzung und – besonders wichtig –

Benennung (= „Labeling“) der vom Kind ausgedrückten Gefühle oder gezeigten Persönlichkeitsanteile (Pesso, 1999, S. 128, 171).

Zum Beispiel kann im Kind eine Energie vorhanden sein, die auf der Körperoberfläche als ein Ausdruck von Wut sichtbar wird (= „Aktion“), etwa, indem sich das Gesicht des Kindes rötet und es die Fäuste ballt oder schreit. Eine im Sinne Pessos passende Interaktion seitens der Eltern könnte sein, dieses Gefühl schlicht wahrzunehmen, anzuerkennen und zu benennen („Du bist jetzt ganz schön wütend darüber, dass...“).

Diese Fähigkeit soll später vom Ich des Kindes übernommen und in Zukunft selbstständig ausgeführt werden. Letztlich sollen die Gefühle und Persönlichkeitsanteile vom Kind als zum eigenen Ich zugehörig integriert werden.

In der späteren Theorieentwicklung wird dieser Prozess von Albert Pesso auch als „ego-wrapping“ bezeichnet (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 167), also als „Einwickeln“ oder „Umhüllen“ dieses in der Interaktion neu erfahrenen Persönlichkeitsanteils durch das Ego. Dieser Anteil wird nun als zur Form (= „Shape“) der eigenen Seele zugehörig erlebt.

Bezogen auf das eben genannte Beispiel kann das Kind Wut als neu erlebtes Gefühl einordnen, abspeichern und zum eigenen Ich zugehörig integrieren.

Als Zusammenfassung zum energetischen Zyklus sei an dieser Stelle ein Zitat von Pesso angeführt: „In dieser Phase gilt die Formel: *‘Energie, die zu ‘Aktion’ drängt*, – der äußere Ausdruck innerlich empfundener Gefühle (Gestalt) – *sucht nach ‘Interaktion’* – mit dem richtigen Objekt, das diese Aktion befriedigen würde (‘Antwort-Gestalt’) –, *woraus ‘Sinn’, ‘Bedeutung’ resultiert* – der Lernprozess, der aus dem Ereignis erfolgt und dann in Form von Gedanken und Erinnerung verinnerlicht wird“ (Pesso, 1999, S. 245).

1.2.2 Das Ich

1.2.2.1 Definitionen zum Ich

Albert Pesso definiert das Ich als „Grenzschicht über dem Kern der interaktiven Energie..., die mit der Welt in Berührung kommt“ (Pesso, 1999, S.129). Somit stellt das Ich die Schnittstelle zwischen dem Innen und Außen dar. Es bildet die Schwelle, auf die die „interaktive Energie“ trifft und dort in eine Aktion umgesetzt wird.

An dieser Schwelle (dem Ich) wird mithilfe des so genannten „Piloten“ (der höchsten Form von Bewusstsein und Kontrolle (s. 1.2.3) entschieden, mit welchen Objekten/Personen aus der äußeren Welt in Kontakt getreten wird. Gleichzeitig ist das Ich Filterstelle für die aus der Außenwelt einströmenden Reize, die an dieser Schwelle sinnvoll begrenzt und differenziert werden sollten (Pesso, 1999, S. 129/130).

Das Konzept des Ichs ist in der Theorie Pessos eng mit dem der „interaktiven Energie“ verknüpft. Das Ich hat die innerpsychisch ablaufenden Prozesse ebenso im Blick wie die (energetischen) Vorgänge der äußeren Welt (Pesso, 1999, S. 146).

1.2.2.2 Funktionen des Ichs

Nach Pesso hat das Ich im Laufe des Lebens verschiedene Entwicklungsaufgaben zu leisten, die im Folgenden dargestellt werden sollen (Pesso, 1999, S.226 ff.):

1. Die Befriedigung der grundlegenden Bedürfnisse des Menschen
2. Die Integration der Polaritäten unseres biologischen und psychischen Seins
3. Die Entwicklung unseres Bewusstseins
4. Die Entwicklung unseres „Piloten“
5. Die Anerkennung unserer persönlichen Einzigartigkeit und Potentialität

Zu Punkt 1: Die Grundbedürfnisse des Menschen werden ausführlich dargestellt in 1.2.4.

Zu Punkt 2: Die Integration der Polaritäten unseres biologischen und psychischen Seins:

Albert Pesso postuliert, dass sich fast alle Phänomene des Lebens in Form von Polaritäten präsentieren oder beschreiben lassen.

Auch diese Annahme ist klassisches Gedankengut der Gestalttheorie und -therapie (Staemmler & Bock, 1998, S. 83-86).

In der Theorie Pessos findet sich in den Polaritäten das Prinzip „männlich – weiblich“ wieder, oder, um es in den archetypischen Kategorien C. G. Jungs auszudrücken: „Animus – Anima“ (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 105).

Ziel einer „gelungenen“ Ich-Entwicklung soll sein, diese Polaritäten auf folgenden Ebenen möglichst umfassend zu integrieren:

- Genetisch: Anerkennung von Vorgeschichte und genetischer Anlage von Mutter und Vater sowie positiver Identifikation damit.
- Neurologisch: Anstrengung von Harmonie und guter Kommunikation zwischen linker und rechter Gehirnhälfte. Es sollen möglichst alle geistigen und emotionalen Fähigkeiten beider Gehirnhälften entwickelt werden, um ihre größtmögliche Nutzung zu gewährleisten.
- Sensomotorisch: Zufriedenheit und Fähigkeit zum Umgang mit jeder Form von Wahrnehmung und Handeln. Es sollen möglichst umfassende Möglichkeiten der Bewegung erlaubt sein, um Kindern möglichst viele Gelegenheiten zum Beobachtungslernen zur Verfügung zu stellen.
- Verhalten: Entwicklung eines natürlichen Verhältnisses zu allen Körperöffnungen, die am „Abgeben“ und „Aufnehmen“ von Stoffen beteiligt sind und ein problemloser Umgang mit ihnen im täglichen Leben.
- Symbolisch: Entwicklung eines ungezwungenen Verhältnisses gegenüber der metaphorischen Androgynität unserer „Männlichkeit/Weiblichkeit“ (Animus und Anima) bei gleichzeitiger Identifikation mit dem eigenen biologischen Geschlecht. „Typisch männliche und weibliche“ Eigenschaften sollen möglichst umfassend erfahren und integriert werden. Zu problematischen Entwicklungen (z. B. zur Entwicklung von „Omnipotenzphantasien“) kann es kommen, wenn ein Elternteil als Rollenvorbild real oder psychisch nicht präsent ist (s. 1.2.6).

(Pesso, 1999, S. 228–232)

Zu Punkt 3: Die Entwicklung unseres Bewusstseins:

Im Rahmen der Entwicklung unseres Bewusstseins sollen wir als Menschen die Fähigkeit entwickeln, gleichzeitig „subjektiv im Zentrum des Erlebens zu stehen“ und „... zurückzutreten und uns wie Objekte in der Welt zu betrachten“ (Pesso, 1999, S.233).

Die Etablierung dieser Fähigkeit, ein Geschehen subjektiv zu erleben und gleichzeitig als Objekt des Erlebten reflektierend zu betrachten, ist von besonderer Wichtigkeit für das therapeutische Vorgehen innerhalb des Pesso-Ansatzes. Sie ist notwendig für das Arbeitsbündnis zwischen Klient und Therapeut sowie für die Integration des therapeutischen Ergebnisses auf mehreren Ebenen.

Innerhalb des therapeutischen Prozesses ist ein Teil des Ichs Subjekt eines symbolischen Geschehens, der andere Teil – der „Pilot“ – reflektiert und internalisiert das Geschehen und betrachtet den therapeutisch involvierten Teil des Ichs als Objekt (s. 1.4).

Demzufolge findet das Geschehen gleichzeitig auf verschiedenen inneren Bühnen statt (Bachg, 2004, S. 4-5).

Zu Punkt 4: Das Konzept des „Piloten“ wird dargestellt in 1.2.3.

Zu Punkt 5: Die Anerkennung unserer persönlichen Einzigartigkeit und Potentialität:

„Wir sollen zur ‚Blüte‘ kommen, heranreifen und die wertvolle ‚Frucht‘ unserer Existenz in die Welt einbringen“ (Pesso, 1999, S. 236). So formuliert Pesso die höchste Ich-Funktion.

Das Ziel, möglichst all unsere Fähigkeiten und Potentiale zu entdecken und zu entfalten, soll nach Pesso nicht nur aus Gründen der individuellen Selbstwerdung angestrebt werden. Der Beitrag unserer Talente zum Pool menschlicher Möglichkeiten hat seiner Meinung nach vielmehr auch einen originär evolutionären Sinn. So empfinden wir, laut Pesso, auch einen biologisch-genetischen „Drive“, unsere persönlichen Fähigkeiten in die Welt einzubringen. Es ist gleichsam unsere Pflicht, den genetisch-biologisch in uns angelegten Ressourcen zum Ausdruck zu verhelfen (Pesso, 1999, S. 236-237).

Auf einer etwas abstrakteren, auch spirituellen Ebene, definiert Pesso einen Zustand, in dem lediglich die Entfaltung einiger unserer Möglichkeiten machbar ist, als leidvollen und sinnleer erlebten Zustand. Er schreibt, dass vermutlich nur wenige Menschen in ihrer Erziehung das Glück und die Gelegenheit hatten, all diese Potentiale gleichrangig und umfassend zu entwickeln, sieht aber die prinzipielle Möglichkeit, diesen Prozess im Laufe des Lebens nachzuholen (Pesso, 1999, S. 237). Nicht zuletzt soll der therapeutische Rahmen eine Option für diese Art der „Nachreifung“ bieten.

1.2.3 Der „Pilot“

Der „Pilot“ wird von Albert Pesso definiert als „die Instanz, die alle Aspekte unseres Seins bewusst organisiert und koordiniert“, als „Name für die höchste Form von Bewusstsein und Kontrolle“ sowie als „derjenige Teil, der ‚das Kommando hat‘, Entscheidungen trifft und diese umsetzt“ (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 123-124). Zusammenfassend lässt sich sagen,

dass der „Pilot“ für folgende psychischen Funktionen verantwortlich ist: Selbstregulation, Kontrolle, Urteilsbildung und Entscheidungsfindung sowie -umsetzung.

Er bildet ein Zentrum, in dem Informationen sowohl aus dem Innern des Menschen (kognitiver, emotionaler oder propriozeptiver Art) als auch aus der äußeren Welt (alle durch Wahrnehmung möglichen Informationen) gesammelt und koordiniert werden (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 123-125). Nach Abgleich und Auswertung dieser verschiedenen Informationsquellen ist der „Pilot“ verantwortlich für die Bereiche des Planens, Entscheidens und des Umsetzens von Entscheidungen. Pesso bezeichnet die Instanz des „Piloten“ auch im neuronalen Sinne als höchste Ebene (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 123).

Die Entwicklung der Instanz des „Piloten“ ist ein wichtiger Bestandteil in der Ich- und Autonomieentwicklung des Kindes. Das Ziel dieses Prozesses beschreibt Pesso in folgendem Bild: „Damit nehmen wir unseren rechtmäßigen Platz als ‘Präsident’ unserer eigenen ‘vereinigten Staaten/Bereiche des Bewusstseins’ ein“ (Pesso, 1999, S. 235).

Ein Erziehungsstil, der Erfahrungen in dieser Hinsicht ermöglicht und das Streben des Kindes nach dieser Art von Selbststeuerung und Autonomie respektiert, soll förderlich für die Etablierung des „Piloten“ sein. Ein stark restriktiver Erziehungsstil, der Initiativen des Kindes in dieser Richtung einschränkt oder verhindert, soll dagegen zu mangelhafter Ausbildung dieser Instanz führen (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 129-130).

Unter therapeutischen Gesichtspunkten betrachtet soll diese Instanz während des gesamten Prozesses einer „Struktur“ hindurch aktiv bleiben. Allgemein ausgedrückt handelt es sich dabei um die Instanz, mit der das therapeutische Arbeitsbündnis zwischen Klient und Therapeut eingegangen wird (s. 1.4). Diese Betonung ergibt sich aus dem zu Grunde liegenden Menschenbild: Es sollen keine neuen Einsichten von außen aufkotroyiert werden, sondern stattdessen eine Erfahrung mit wachem Bewusstsein und kritischem Verstand gemacht werden.

1.2.4 Die Grundbedürfnisse des Menschen nach Albert Pesso

Nach Albert Pesso gibt es fünf menschliche Grundbedürfnisse, die seiner Auffassung nach universell, also nicht interindividuell unterschiedlich sind und sich evolutionsbiologisch begründen lassen. Andere Bedürfnisse sollen sich auf diese fünf zurückführen lassen oder darin ihren Ursprung finden.

Es handelt sich dabei um das Bedürfnis nach:

1. Platz oder Raum
2. Nahrung und Fürsorge
3. Unterstützung und Halt
4. Schutz
5. Grenzen oder Begrenzung

(Pesso, 1999, S. 93-102; Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 64-82)

Allen Bedürfnissen ist gemeinsam, dass sie zunächst ganz konkreter oder materieller Art sind und später auch auf symbolisch-abstrakter Ebene bestehen. Damit kein Mangel entsteht, müssen die Bedürfnisse auf jeder Ebene gestillt werden. In einem idealen Entwicklungsverlauf soll jeder Mensch im Erwachsenenalter in der Lage sein, sich diese Bedürfnisse selbst zu erfüllen, ohne auf eine andere Person angewiesen zu sein (Pesso, 1999, S. 227/228).

Zu den Bedürfnissen im Einzelnen:

Zu 1. Platz oder Raum: Damit ist zunächst das Bedürfnis nach einem Platz in der Welt, nach ausreichend Raum im physischen Sinne gemeint. Außerdem soll es das Bedürfnis nach einem Platz zunächst „in den Augen“, also dem Blick, der Aufmerksamkeit, der Obhut der Eltern geben, später auch auf kognitiver Ebene „im Gedächtnis“ und auf emotionaler Ebene „im Herzen“ der Eltern.

Zu 2. Nahrung und Fürsorge: Zunächst wird damit das Bedürfnis nach Ernährung und Versorgung im physiologischen Sinne bezeichnet. Später bezieht es sich auch auf „emotionale Nahrung“, wie z. B. emotionale Zuwendung und Aufmerksamkeit für die Gefühlszustände des Kindes.

Zu 3. Unterstützung und Halt: Im konkret-physischen Sinne sind damit z. B. bestimmte Formen, ein Kind zu halten oder tragen, gemeint oder die Unterstützung des Kindes beim Laufen lernen. Im späteren symbolischen Sinne handelt es sich z. B. um die Zusicherung emotionaler Unterstützung durch die Eltern, um das Gewähren von Halt in kritischen Situationen.

Zu 4. Schutz: Der Schutz soll vorwiegend vor Bedrohungen gewährleistet werden, die aus der „äußeren Welt“ auf das Kind zukommen könnten (z. B. Kälte/Hitze, Gefahren durch physische Angriffe), aber auch auf symbolischer Ebene vor Reizüberflutung, unbegrenztem Einströmen von Informationen etc..

Zu 5. Grenzen oder Begrenzung: Dies bezieht sich einerseits auf eher physische Begrenzungen, z. B. dem Kind einen begrenzten Raum zur Verfügung zu stellen, wie ein eigenes Zimmer oder es nicht auf die Straße laufen zu lassen.

Der symbolische Aspekt ist ein innerhalb der Pesso-Psychotherapie sehr spezifischer und bedeutender: Die Eltern sollen dem Kind Begrenzungen in Bezug auf eigene übermächtig erscheinende Impulse aufzeigen, z. B. bei einem Wutanfall. Sie sollen also Grenzen setzen gegen Bedrohungen, die im „Innen“ des Kindes entstehen können (im Gegensatz zu Bedrohungen aus dem „Außen“ wie unter 4.). Wenn das Kind empfindet, von eigenen Affekten wie „vernichtender Aggression“ überflutet zu werden, sollten die Eltern ihm signalisieren, dass diese Gefühle doch begrenzt sind, dass z. B. die Aggression des Kindes niemanden tötet.

Die Eltern sollen in diesem Sinne eine Vorbildfunktion zur Affektregulierung übernehmen, um einer Entwicklung von Omnipotenzphantasien vorzubeugen (s. 1.3.2.4).

Die passende Befriedigung aller Grundbedürfnisse geschieht laut Pesso nach dem „Shape-Countershape-Modell“ (s. 1.2.1, Punkt 3). Das Bedürfnis des Kindes stellt die Form dar, die

Antwort des Erwachsenen darauf, also die Befriedigung, die Gegenform (Pesso, 1999, S. 225).

Dabei gibt es nach Pesso zwei wichtige, evolutionär begründete Bedingungen für die optimale Passung: Die Person, die das Bedürfnis erfüllt (Pesso, 1999, S. 225) und die Altersstufe, zu der das Bedürfnis auftritt und die Befriedigung erfolgen soll (Pesso, 1999, S.225).

Wenn die Bedingungen in idealer Weise gegeben sind, ist das Bedürfnis gestillt und kann „ad acta“ gelegt werden. In der Sprache der Gestalttherapie ausgedrückt: „Die Gestalt ist geschlossen“ (Perls, 1981). In diesem Zusammenhang spricht Pesso vom „click of closure“, womit das befriedigende psychische Erleben dieses Abschließens einer Gestalt bezeichnet werden soll.

Wenn die vollständige und idealtypische Erfüllung der Bedürfnisse nicht gelingt, produzieren diese Spannung und wollen weiterhin erfüllt werden. Da eine Befriedigung nicht oder nur unzureichend erfolgt ist, werden die Bedürfnisse auf andere Personen gerichtet oder in spätere Altersstufen mitgenommen. Nach Pesso geschieht dies bis ins Erwachsenenalter und tritt besonders innerhalb von Paarbeziehungen auf.

Zum Beispiel kann sich ein als Mädchen unerfülltes Bedürfnis nach väterlicher Unterstützung in einer Paarbeziehung von der Frau an den Mann richten.

Pesso spricht damit die Thematik von tiefenpsychologisch verankerten Phänomenen an, wie Übertragung und Projektion (Hoffmann & Hochapfel, 1995, S. 62, S. 329-330) sowie der Ausbildung bestimmter psychischer Störungen abhängig vom frustrierten Bedürfnisbereich bzw. Alter, zu dem die Frustration stattgefunden hat (Hoffmann & Hochapfel, 1994, S. 31-54).

So sollen z. B. suizidale Tendenzen unter anderem auf eine mangelhafte Erfüllung des Bedürfnisses nach Platz zurückgehen (Pesso & Crandell, 1991, S. 199-204).

1.2.5 Das Traumaverständnis

Vorausschickend muss gesagt werden, dass es nach Pesso drei Arten von „tiers“ (= Lagen, Ebenen) geben kann, d. h. negativen Ereignissen innerhalb der psychischen Entwicklung oder „Schicksalen“ (persönliche Mitteilung im Rahmen der PBSP-Fortbildungsgruppe Osnabrück, April 2004)³. Diese sollen drei verschiedene Ausgangsbedingungen bzw. Ansatzpunkte für therapeutisches Arbeiten bilden (z. B. Perquin & Pesso, 2005):

1. Die ausgebliebene oder mangelhafte Befriedigung der Grundbedürfnisse wie unter 1.2.4 beschrieben. Dieses „Schicksal“ wird als „Entwicklungsdefizit“ bezeichnet. Die zu Grunde liegende Situation wird charakterisiert als: „Es gibt zu wenig von etwas.“
2. Ein „Schicksal“ in Form eines traumatischen Erlebnisses. Dieses wird als „Trauma“ im engeren Sinne bezeichnet. Die zu Grunde liegende Situation lässt sich beschreiben als: „Zu viel von etwas gelangt nach innen.“

³ Einige neuere Konzepte der Pesso-Psychotherapie liegen noch nicht in geschriebener Form vor. Ich beziehe mich auf vermittelte Inhalte im Rahmen der PBSP-Fortbildungsgruppe Osnabrück.

3. Ein „Schicksal“ in Form einer „Holes-in-Roles“-Thematik (s. 1.2.6). Die Situation bei einer solchen Thematik wird beschrieben als: „Zu viel von etwas gelangt zu früh nach draußen.“ Ein Kind übernimmt dabei, kurz gesagt, die Rolle eines Elternteils, die von diesem nicht oder unzureichend ausgefüllt wird. Da dieser Prozess altersmäßig zu früh stattfindet, führt diese Rollenübernahme dazu, dass sich das Kind weniger um eigene altersgerechte Bedürfnisse kümmern kann oder sogar will, was auf tragische Weise wieder einen Mangel in der Befriedigung der Grundbedürfnisse, also ein Schicksal in Form eines Entwicklungsdefizites (1.) nach sich zieht.

Es ist möglich, dass mehrere Arten von „Schicksalen“ zugleich vorliegen, die demzufolge gravierendere Beeinträchtigungen der psychischen Entwicklung hinterlassen.

Ein Beispiel dafür sind vernachlässigte oder misshandelte Säuglinge oder Kinder. Pessos Konzeption folgend leiden diese Kinder einerseits unter einem „Entwicklungsdefizit“ (1.), etwa durch die nicht befriedigten Bedürfnisse nach Schutz, Grenzen oder Nahrung. Andererseits liegt ein „Trauma“ (2.) vor, weil sie zusätzlich Verletzungen auf mehreren Ebenen erlitten haben.

Nach Pessa ist es hilfreich, wenn der Therapeut zu Beginn der therapeutischen Arbeit ermittelt, mit welcher Art von „Schicksal“ er es zu tun hat.

Zu Punkt 2. Das Traumverständnis:

Ein „Schicksal“ in Form eines Traumas soll besonders desaströse Folgen haben, weil dadurch nicht nur Verletzungen auf emotionaler, kognitiver und möglicherweise physischer Ebene entstehen, sondern durch die Überflutung auch die Instanz des „Piloten“ zerstört oder nachhaltig geschädigt werden kann.

Pesso beschreibt vier Reaktionsmöglichkeiten auf eine solche Form eines traumatischen „Angriffs“, die der evolutionsbiologischen Theorie entnommen sind (Bräutigam et al., 1992, S. 67 ff.):

1. Den Kampf aufnehmen („Fight“):

Dies ist allerdings in einer traumatischen Situation nicht oder nur unzureichend möglich oder nur eine gewisse Zeit lang erfolgreich.

2. Aus der Situation fliehen oder „das Feld verlassen“ („Flight“):

Wenn dies auf konkreter oder realer Ebene nicht möglich ist, kann dies auf emotionaler oder kognitiver Ebene geschehen. Damit ist der Bereich der psychischen Dissoziation bezeichnet.

3. Sich tot stellen („Freeze“):

In der evolutionsbiologischen Betrachtungsweise ist damit ein biologischer Sinn verbunden, nämlich der, dem Angreifer – fälschlicherweise – zu signalisieren, dass er seine Attacken einstellen kann, weil er gewonnen hat.

Auf psychologischer Ebene stellt diese Reaktionsweise eine Form des Selbstschutzes dar, bei der wiederum weite oder alle Teile des Gesamt-Selbst dissoziieren.

4. Aufgeben:

Dies ist die Möglichkeit, wenn kein weiterer Ausweg gesehen wird, alle anderen Reaktionsmöglichkeiten sich als nicht wirksam erweisen oder konkret bzw. psychisch nicht zur Verfügung stehen.

In psychologischer Hinsicht wird diese Möglichkeit natürlich die katastrophalsten Schäden hinterlassen, weil die anderen Reaktionsweisen noch eine gewisse Initiative, Gegenwehr oder Intention beinhalten.

Therapeutisch kann es dementsprechend passend sein, in der „Antidote-Szene“ (s. 1.4.3) eine alternative Reaktionsform auf die traumatische Situation selbst zu entwickeln, anstatt eine Situation zu kreieren, in der kein Trauma stattgefunden hätte und die Grundbedürfnisse erfüllt worden wären.

5. Beschwichtigen („Appease“):

Diese Reaktionsform fügt Pesso den traditionell evolutionsbiologischen hinzu. Sie soll den Versuch einer Beschwichtigung oder Besänftigung des Angreifers beschreiben, indem sich das Opfer vermeintlich anbietet oder wehrlos gibt. Diese Möglichkeit wird von Pesso besonders im Zusammenhang mit Betroffenen von sexuellem Missbrauch erwähnt.

1.2.6 „Holes in Roles“

Dieses in den letzten Jahren von Albert Pesso entwickelte Konzept (Pesso, 2003a) beschreibt die Thematik der Übernahme einer Elternrolle durch das Kind, die entwicklungsmäßig zu früh stattfindet.

Üblicherweise ist die Internalisierung der Elternrollen und der damit verbundenen Fähigkeiten ein angestrebter Schritt in der Ich-Entwicklung, der aber erst zu einem späteren Zeitpunkt in der Entwicklung erfolgen sollte, etwa beginnend in der Adoleszenz.

Pesso bezeichnet diese Aufgabe etwas allgemeiner als „Integration der symbolischen Polaritäten“ von Weiblichkeit und Männlichkeit (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S.106). Im „normalen“ Entwicklungsverlauf soll das Kind aus realen Erfahrungen mit den Eltern „typisch männliche und weibliche“ Rolleneigenschaften ableiten. Diese sollen allmählich internalisiert, als zum eigenen Selbst zugehörig integriert und auf symbolischer Ebene miteinander verbunden werden (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S.106).

Wenn ein Elternteil aber entweder real nicht präsent (wie bei frühem Verlust eines Elternteils) oder psychisch bzw. emotional für das Kind nicht erreichbar ist (wie beispielsweise bei psychischer oder physischer Krankheit eines Elternteils), entsteht eine Lücke/ein Loch („Hole“) in den zu leistenden Rollenaufgaben des Elternteils.

Diese Lücke versucht das Kind zu füllen, indem es dem Elternteil zugeschriebene Eigenschaften und Fähigkeiten übernimmt und sich selbst „innere Mutter“ oder „innerer Vater“ wird.

Zusätzlich versucht das Kind, für das betreffende Elternteil zu sorgen, indem es ihm die Aufmerksamkeit und Zuwendung zukommen lässt, die es seiner Meinung nach benötigt. Laut

Pesso haben Kinder bereits dieses angeborene Wissen oder Gespür dafür, was das Elternteil in seiner Kindheit vermisst hat und dazu geführt haben soll, jetzt die Rollenaufgaben nicht voll erfüllen zu können (Pesso 2003a). Das Kind versucht, auch diese entstandene Lücke nachträglich zu schließen.

Da das Kind die zugeschriebenen Rolleneigenschaften nicht aus seinen konkreten Erfahrungen ableiten kann, sondern seinen ungestillten Bedürfnissen gemäß entwickelt (analog der späteren Modellierung der „idealen Eltern“ im therapeutischen Kontext, s. 1.3.4), prägt es diese in besonders akzentuierter Form oder überhöhter Weise aus. Es erfährt im Rahmen seiner Entwicklung keine natürliche Begrenzung der übernommenen Rolleneigenschaften. Die übersteigert übernommenen Fähigkeiten erhalten für das Kind den Charakter von „Als-ob-Realitäten“ (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S.108).

Eine „klassische“ Folge dieser intensivierten Ausprägung der übernommenen Rolleneigenschaften ist die Entwicklung von Omnipotenzphantasien bezüglich der eigenen Fähigkeiten (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 81).

Im therapeutischen Kontext soll sich das Phänomen der Omnipotenzphantasien zeigen, wenn es beim Klienten einen Widerstand gibt, die Figuren der „idealen Eltern“ mit in die Szene aufzunehmen. Da der Klient diese Funktionen jahrelang in „magisch“ überhöhter Weise ausgeführt hat (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S.108), erscheint ihm die Möglichkeit, dass „ideale Eltern“ auf symbolischer Ebene diesen Platz einnehmen könnten, unvorstellbar. Es kann deshalb notwendig sein, zunächst den auf die betreffenden Eigenschaften und Fähigkeiten entwickelten Omnipotenzphantasien therapeutische Aufmerksamkeit zu schenken, etwa mithilfe von „Begrenzungsfiguren“ (s.1.3.2.4).

Eine derart ausgeprägte „Holes-in Roles-Thematik“ soll weitere Folgen für die gesamte Persönlichkeitsentwicklung haben.

So soll sie z. B. zu einem Widerstand führen, „typisch“ weibliche Eigenschaften zu entwickeln oder zu leben, wenn das Kind (durch die Abwesenheit eines väterlichen Rollenvorbildes) jahrelang „klassisch“ männliche Eigenschaften in betonter Form entwickelt hat.

Weiterhin können sich diese Rollenübernahmen auch in späteren Paarbeziehungen auswirken und zu möglichen Konflikten mit dem Partner führen.

Eine weitere Folge kann die Ausprägung eines stark in Richtung Autonomie ausgeprägten Persönlichkeitsstils sein. Eine solche Person wäre der Auffassung, im späteren Leben wenig auf Hilfe oder Unterstützung anderer Menschen (Freunde, Familie, Partner) „im Außen“ angewiesen zu sein, weil sie sich selbst „im Innen“ genügt und sich – auf ihrer „Landkarte“ (Pesso & Boyden-Pesso, 1994, S. 210 und S. 213) – diese Haltung in der persönlichen Vergangenheit bewährt hat.