

Berührung

Touch

Felix Hohenau

Themenschwerpunkt Körperpsychologie

Zusammenfassung

In der Körperpsychotherapie können Berührung – als umfassende Metapher – und taktile Berührung nur als Einheit aufgefasst werden. In der Psychotherapie kann Berührung immer nur im Kontext der therapeutischen Beziehung gesehen werden. Dann werde ich ethische Aspekte der Berührung im Rahmen der Psychotherapie behandeln und zum Schluss gehe ich auf einige Forschungsergebnisse zum Thema ein.

Abstract

In Body-Psychotherapy, touch – as a comprehensive metaphor – and bodily contact is only to be understood as a unity. In Psychotherapy, touch can only be seen in the context of the therapeutic relationship. Following that, I will cover ethical aspects of touch and bodily contact within the framework of psychotherapy. Finally, I will discuss some relevant results of research.

Die Entwicklungspsychologin Heide Keller (2011, zitiert in Krglevic, 2011) beobachtet seit zwei Jahrzehnten weltweit wie Eltern mit ihren Kindern umgehen. Dafür hält sie in Videos typische Alltagssituationen fest. In Kamerun zeigte sie Frauen vom Stamm der Nso Videos von deutschen Müttern mit ihren Kindern. Keller wurde von den Frauen des Nso-Stammes mit folgender Frage konfrontiert: „Warum hassen deutsche Frauen ihre Kinder so?“ Ferner wollten sie jemanden nach Deutschland senden, um diese Kinder zu retten. Nso-Mütter tragen ihre Neugeborenen unentwegt am Körper, berühren sie ständig.

1. Der Begriff „Berührung“

Der Begriff Berührung ist nicht eindeutig definierbar. Menschen können sich verbal berühren, sie können sich von Musik berühren lassen oder sie können durch zwischenmenschliche Begegnungen berührt werden. Bilder, Kunstwerke, Stimmungen der Natur können uns ebenso berühren, wie wir im Geiste durch Erkenntnisse, Ideen und Theorien berührbar sind. So betrachtet ist Berührung eine umfassende Metapher (Busch, 2005).

Wird Berührung so umfassend verstanden, kann es zumindest keine tiefenpsychologisch orientierte Psychotherapie ohne Berührung geben. Berührt sein – im Inneren getroffen sein, innerlich bewegt sein – ist notwendig zur Veränderung, zum psychischen Wachstum im Sinne persönlicher Weiterentwicklung und Ausdifferenzierung in sozialen Kontexten. Das Besondere der Körperpsychotherapie besteht unter anderem darin, dass sie diese Berührung auch ganz konkret macht, im eingeschränkten Sinn des Wortes, als taktile Berührung, im Sinne eines unmittelbaren körperlichen Kontaktes (Busch, 2006).

Eine Schwierigkeit besteht darin, dass diese beiden Verständnisse von Berührung in der Körperpsychotherapie nicht trennbar sind und nicht getrennt werden sollen. Es geht in der Psychotherapie nicht oder nur in ganz seltenen Fällen um das Anfassen, um eine haptische Wahrnehmung beziehungsweise Erfahrung. Vielmehr ist die taktile Berührung immer eingebettet in die Ganzheit des Menschen, in ein Kontinuum von Soma und Psyche, von Leib und Seele, vom Selbst (Hohenau, 2006). Das wesentliche Paradigma der Körperpsychotherapie ist die Einheit von Körper und Psyche. Leib und Seele sind zwei Aspekte der Einheit des Menschen. Genau genommen ist der Leib der beseelte Körper. Menschliche Subjektivität ist verkörpert. Der Existenzphilosoph Maurice Merleau Ponty (1966) stellte fest, dass der Mensch nicht einen Körper hat, sondern sein Körper ist. Im Folgenden