



## **Gruppe, Empathie und Körperlichkeit - braucht Entwicklung von Empathie die Körper?**

**Fachtagung des  
Berufsverbandes der Approbierten Gruppenpsychotherapeuten e.V. (BAG)**

**in Kooperation mit der  
Deutschen Gesellschaft für Gruppenanalyse und Gruppenpsychotherapie e.V. (D3G)**

**am 11. und 12. November 2022**



---

## Inhalt

Einleitung zum Fachtag.....	5
Leibliche Präsenz, Empathie und Virtualität .....	11
Das gefühlte Selbst: Gegenwartsmoment, emotionale Resonanz und Leiblichkeit.....	21
Was macht der Körper in der Gruppe – Was macht die Gruppe mit dem Körper?.....	31
Referent*innen .....	41



## Einleitung zum Fachtag

Christian Warrlich

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,

Im Namen des Vorstands des BAG – Berufsverbandes Approbierter Gruppenpsychotherapeuten – und der D3G – Deutsche Gesellschaft für Gruppenanalyse und Gruppenpsychotherapie – heiße ich Sie herzlich willkommen zu unserem diesjährigen Fachtag zum Thema

### *Gruppe, Empathie und Körperlichkeit – braucht Entwicklung von Empathie die Körper?*

Ich freue mich, dass wir damit die mittlerweile gewachsene Tradition gemeinsamer Fachtage von BAG und D3G fortsetzen können und danke Frau Ruth Beckenbauer und Herrn Harald Küster als Vorsitzende der D3G für die bisherige diesbezügliche Zusammenarbeit.

Besonders begrüßen wir die Referenten der Tagung Frau Prof. Angela Moré, Herrn Prof. Thomas Fuchs und Herrn Prof. Reinhard Plassmann.

Im Tagungstitel „braucht Entwicklung von Empathie die Körper?“ mag die Fragestellung irritieren – denn wir gehen eigentlich davon aus, dass Einigkeit in unserer Community darin besteht, dass dem so ist.

Der Titel des heutigen Vortrags von Herrn Prof. Fuchs

#### *Leibliche Präsenz, Empathie und Virtualität,*

mit dem wir die Tagung eröffnen wollen, greift die Fragestellung auf, indem er darauf verweist, worum es uns im Fachtag geht. Wie ist der Zusammenhang zwischen Leiblichkeit und Empathie- und Emotionsentwicklung – oder anders ausgedrückt, welche Bedeutung hat die leibliche Präsenz resp. deren Fehlen – wie in der Virtualität – für die Emotions- und Empathie-Entwicklung.

Wir knüpfen damit an an unseren Fachtag des letzten Jahres

#### *Online – Gruppenpsychotherapie und ihre Implikationen – Blick über den professionellen Tellerrand*

Bevor ich inhaltlich dazu mit einigen Gedanken einführe, will ich zwei uns wichtige Anliegen vorausschicken – die sich v. a. an unsere Mitglieder richten.

Zum einen, dass jetzt Frau Beate Cohrs als neue Vorsitzende des BAGs hier die einleitenden Worte gebührten. Denn mit der heutigen Mitgliederversammlung wurde sie zur neuen Vorsitzenden gewählt. Ich freue mich sehr, den Staffelstab damit an sie – Frau Beate Cohrs – weitergeben zu können, wohlwissend dass er dort in guten Händen ist. Da wir jedoch die Planung nicht ändern wollten, werde ich diese einleitenden Worte wie angekündigt übernehmen; sie sind somit auch meine Abschiedsworte als Vorsitzender des BAG.

„Abschied“ leitet auch über zum zweiten Anliegen. Ein Abschied ist uns in diesem Jahr sehr schwergefallen. Frau Christiane Pennecke, Vorstandsmitglied und ehemalige Vorsitzende des BAG, ist dieses Jahr für uns unerwartet gestorben – wir teilten es im Mitgliederschreiben mit.

Uns ist es ein Bedürfnis ihr – Christiane Pennecke – diese Tagung innerlich zu widmen, zum einen als Würdigung ihres langjährigen Engagements, aber vor allem auch, weil ihr das heutige Thema besonders am Herzen lag und der gedankliche Anstoß dazu wesentlich von ihr mit ausging. Sie hatte Herrn Prof. Fuchs auf einer Tagung in Lindau im Anschluss an unseren letzten, eingangs genannten Fachtag gehört und war so angetan, dass daraus diese Idee zum Tagungsthema entstand.

Der Zusammenhang zwischen den beiden Tagungen drängt sich hoffentlich für Sie gleichermaßen auf – Wir haben es versucht zu skizzieren.

Empathie und Emotionen sind Grundlage menschlicher Beziehung und menschlicher Kommunikation. Sie sind auch Grundlage unseres professionellen psychotherapeutischen Handelns. „Emotionen stehen an zentraler Stelle im seelischen Geschehen, sie bewegen, organisieren, sie sind Energiequellen und sie können krank machen“ (Plassmann, 2019). Emotionen sind leiblich gebunden und generiert, sie sind Signale des Körpers resp. des Leibes, finden ihren somatischen Ausdruck und Niederschlag – verortet metaphorisch wie konkret im Gehirn als biographisch, sozial und kulturell geprägtem Beziehungsorgan. Entwicklung und Veränderung ist ein lebenslanger Prozess im leiblich affektiven Austausch mit dem eigenen Körper, den Anderen, der Umwelt, Gesellschaft, Kultur.

Doch in einer sich verändernden Umwelt, zunehmend durchdrungen von Digitalität und Virtualität, in der die Grenzen von Virtuellem und Realem immer fließender werden, einhergehend mit einer nicht zu verleugnenden Entkörperlichung – immer mehr geschieht in virtuellen Räumen – drängt sich unvermeidlich die Frage auf, welche Auswirkungen und Implikationen hat dies auf die Entwicklung der Emotionen und die Fähigkeit zur Empathie – individuell wie kollektiv; welche Chancen und Risiken sind mit dieser Entwicklung verbunden?

Für uns als Gruppenpsychotherapeuten und -therapeutinnen stellt sich diese Frage im interaktiven wie interaffektiven Raum der Gruppe nicht minder, sind wir doch mit dieser Entwicklung gleichermaßen konfrontiert, z. B. auch ganz praktisch, wenn jetzt eine Gruppenpsychotherapie im virtuellen Raum vermehrt gefordert worden und mittlerweile eingeführt ist.

So haben wir alle erfahren, wie Online-Psychotherapie im Rahmen der psychotherapeutischen Versorgung zunehmende Bedeutung gewonnen hat. Die Auswirkungen der Covid-Pandemie forcierten diese Entwicklung enorm und auch die damit einhergehende Auseinandersetzung innerhalb unserer Profession – die teilweise sehr kontrovers und polarisiert erlebt wurde.

„Die Corona-Pandemie hat zu einem massiven Innovationsschub bei Videobehandlungen geführt. Fast alle Psychotherapeut\*innen haben Behandlungen per Videotelefonie durchgeführt und fast alle haben dies erstmals seit Beginn der Corona-Pandemie gemacht,“ ... „Neun von zehn Psychotherapeut\*innen (88,5 Prozent) können sich vorstellen, auch nach Ende der Pandemie Videobehandlungen durchzuführen“ (Pressemitteilung BPTK, 5. November 2020).

Resultat ist nunmehr die Forderung seitens wichtiger Institutionen wie auch der BPTK nach einer dauerhaften Etablierung der Online-Psychotherapie ohne Einschränkung oder Kontingentierung.

„Die BPTK fordert, dass Psychotherapeut\*innen mit ihren Patient\*innen eigenverantwortlich entscheiden können, ob und wie oft eine Videobehandlung angemessen ist... [...]“. (BPTK - 25.3.21)

An anderer Stelle:

„Die BPtK setzt sich langfristig für eine Regelung für Videobehandlung ein, die auf eine Begrenzung der Leistungen verzichtet....“ (BPtK – 13.6.2022)

Auch andere Institutionen setzen sich vehement dafür ein. So der Spitzenverband Digitale Gesundheitsversorgung mit seiner Forderung nach entsprechenden Erweiterungen, wie der Möglichkeit Videobehandlung unabhängig bzw. außerhalb vertragsärztlicher Betriebsstätten durchzuführen – übersetzt: Videobehandlungsmöglichkeit zu jeder Zeit, von jedem Ort, an jedem Ort?

Oder die Deutsche Gesellschaft für Telemedizin, deren Jahrestagungsmotto 2021 lautete **„Krise als Katalysator: Telemedizin startet durch!“** (9. März 2021) mit einem Tagungs-Block **„Psychotherapie - von der Präsenz- zur Telemedizin“**.

Dies verweist auf einen zukünftigen Weg unserer Profession und Möglichkeiten der Förderung.

Die Liste von Beispielen aus allgemeinen als auch den diversen Fach-Medien ließe sich fortsetzen; geprägt sind sie von der Betonung der unleugbaren Möglichkeiten, dem Zuwachs therapeutischer Optionen.

Resonanz findet dies in der gesellschaftspolitischen Diskussion bzw. Forderung nach intensivierter Digitalisierung im Gesundheitsbereich, in der immer wieder die „Rückständigkeit“ Deutschlands herausgestellt wird. Wobei m. E. – als Nebengedanke – unerwähnt bleibt, dass reflexive Rückständigkeit zuweilen auch ein Wettbewerbsvorteil sein kann – nicht alle Fehler muss man selbst machen. Resonanz finden sie auch in den gesundheitspolitischen Initiativen – wie v. a. dem Digitalen-Versorgung-Gesetzes (DVG) oder dem Gesetz zur digitalen Modernisierung von Versorgung und Pflege (DVPMG).

Mit denen im Übrigen auch die DiGas – die Digitalen Gesundheitsanwendungen – Eingang fanden, die im Kontext des Diskurses um Online-PT nicht unerwähnt bleiben können. Mit ihnen verspricht der Spitzenverband digitale Gesundheitsanwendungen (SVDGV) eine neue Zukunft. (s. Deutsches Ärzteblatt | Jg. 117 | Heft 31–32 | 3. August 2020).

Und wir alle verspüren die Macht, mit der die DiGas beworben und eingeführt werden.

Um nicht missverstanden zu werden: Innovationen – und Online-Psychotherapie ist eine Innovation – sind unvermeidlich, sie sind Entwicklungsmotor, zukunftsorientiert. (allerdings eingebettet in eine Revolution – die digitale / virtuelle – mit all ihren Konsequenzen.)

Doch bedeutsam bleibt gerade deswegen die kritische Frage des Gewinns, des Sinns und des Wofür?!

Der innovative Gewinn drängt sich auf – in der Covid-Pandemie haben wir es exemplarisch, praktisch erfahren / erlebt.

Ein Zusammenkommen ist möglich, auch wenn es nicht mehr möglich ist – nicht in leiblicher Präsenz – wie in Seuchen- / Infektionszeiten oder in Zeiten von Krankheit oder aber auch – wie es sich in der aktualpolitischen Situation aufdrängt zu denken – in Konflikt- und Kriegszeiten, in denen ein Zusammenkommen zu risikoreich wird.

Oder: In Zeiten globaler Mobilität in berufsbedingten, urlaubsbedingten u. a. Abwesenheitszeiten, können wir das fortführen, was sonst unterbrochen wäre. Hybrid kann heute jeder auch so in

leiblicher Abwesenheit an einer Gruppe teilnehmen. Grenzen, die die Realität setzt, räumliche wie zeitliche, werden so entgrenzt bzw. überwunden.

Oder: Psychotherapie in unterversorgten Gebieten wird endlich möglich! Erforderliche Initiativen zur Versorgungsgerechtigkeit zwischen über- und unterversorgten Gebieten werden endlich überflüssig – jeder Therapeut / jede Therapeutin kann dort verweilen, wo er / sie sich hingezogen fühlt. Die Unerbittlichkeit der Realität – die Versorgungsungerechtigkeit – kann nunmehr überwunden werden.

Oder: Mobilitätseingeschränkte können endlich besser versorgt werden. Der Konflikt zwischen Realität und Notwendigkeit aufsuchender oder distanzüberbrückender Maßnahmen wird auf elegante Weise gelöst / überflüssig. Bisher Unmögliches oder schwer zu Überbrückendes wird verfügbar.

Oder: bestimmte Patientengruppen – so wird votiert – ließen sich im Online-Setting besser erreichen bzw. könnten sich leichter öffnen – z. B. Angstpatienten oder Autismus- / Asperger-Patienten – ein niederschwelligerer Zugang zur Psychotherapie sei so möglich.

Oder: Ein weniger häufig genannter, aber m. E. nicht gering zu schätzender Vorteil (?), ist der nicht zu verleugnende Convenience-Faktor. Psychotherapie wird – von Patienten wie Therapeuten / Therapeutinnen-Seite aus – nun von zu Hause möglich, vom Ferienhaus in Frankreich oder Toskana... – warum nicht, könnte man denken, wenn es dem therapeutischen Nutzen dient? Wiederum: Distanz- und Zeit werden überwunden – von jedem Ort zu jeder Zeit ist es jetzt möglich. Verführerisch!

Bei all den Vorteilen könnte man denken, endlich öffnet sich auch die Psychotherapie der digitalen Zukunft?!

Das Versprechen ist: Lasst das Neue erforschen, Neues explorieren. Ungeahnte Möglichkeiten eröffnen sich, sich das bisher Unverfügbare verfügbar zu machen; Unmögliches – vor drei Jahren technisch noch undenkbar z. B. Gruppenpsychotherapie online – ist jetzt möglich – Welche Bedenken sollten da ernsthaft noch bestehen?!

Datenschutz z. B. wird zu einem Sachproblem? Methodische Bedenken nur zu einer Frage therapeutischer Technik, via Fortbildung – Videoschulung – trainier- und eliminierbar?! Ethische Bedenken werden relativierbar?! Setting-Rahmen-Probleme – der sichere Rahmen – justitiabel regelbar – via Behandlungsvertrag?!

Dennoch, Bedenken regen sich! Nur, so unser Eindruck, finden sie wenig expliziten Ausdruck, kritische Stimmen bleiben leise, es regte sich wenig Widerstand! Warum?

Ist dies – so stellten wir uns die Frage – schon Ausdruck eines latenten Empathieverlustes, wie er im Kontext von Digitalität und Virtualität immer wieder beschrieben wird – und was uns dies als Tagungsthema auch hat aufgreifen lassen.

Ist es das, was Arno Gruen – Psychoanalytiker und Autor – beispielhaft beschreibt: „Die Basis unserer »Hochkultur« [~~ist~~] das Bestreben, die Welt im Griff zu haben, sie zu besitzen, zu beherrschen und gleichzeitig für Mechanismen zu sorgen, die eine Verleugnung und Verschleierung dieser Motivation bewirken... Die Verschleierung basiert auf dem Motto: Wir verfügen über dich, weil es zu deinem



Besten ist“ (Gruen Arno 2014). Für ihn ist der Empathieverlust der Moderne Grundlage und Folge dieser Dynamik.

Und ist es diese Verschleierung / Verleugnung, die die Auseinandersetzung so schwierig macht?

Hartmut Rosa greift dies in anderer Form auf, wenn er Herbert Marcuse („Der eindimensionale Mensch“) – zitiert, dass die Resonanzkatastrophe der Moderne darin besteht, „dass sie sich gleichsam hinter dem Rücken der Akteure vollzieht und von diesen beinahe unbemerkt bleibt. Sie – die Akteure – erkennen zwar, so meint Marcuse, dass ihre Beziehungen zu den Dingen, zur Natur und anderen Menschen manipuliert und kommodifiziert sind, aber sie haben nicht mehr das Bedürfnis, sich dagegen zu wehren“ (nach H. Rosa, 2018, Seite 576)

Diese klammheimliche Veränderung im Rücken, die unbewusste Verschleierung und Verleugnung ist, was Sorge bereiten muss, auf dass wir nicht, fasziniert von innovativen Möglichkeiten, zu Objekten und zugleich Subjekten einer Entwicklung werden, für die wir Mitverantwortung tragen.

Die Dynamik des Verfügbarmachens folgt einer Gesetzmäßigkeit (H. Rosa) – den vier Momenten sichtbar-, erreichbar-, beherrschbar- und schließlich nutzbarmachen. Am Beispiel von Online-Psychotherapie ist dies wie kristallin nachzuvollziehen. Am Ende steht das Nutzbar-Verwertbarmachen. „Unablässig versucht der Mensch, die Welt in Reichweite zu bringen: Dabei droht sie uns jedoch stumm und fremd zu werden“ (H. Rosa 2020) – Die Hypothese ist: der Prozess des Sich-Verfügbar-Machens geht zwangsläufig und antizipierbar mit Resonanzverlust einher. Resonante Beziehung jedoch ist die Voraussetzung von Empathie- und Emotionsentwicklung.

Thomas Fuchs drückt dies mit anderen Worten aus – „Jede Umgestaltung der menschlichen Natur wäre daher mit einem hohen Preis verbunden, und er wäre mit der gleichen Münze zu zahlen, die man scheinbar gewonnen hat“. (Verteidigung des Menschen – Grundfragen einer verkörperten Anthropologie (2020, S. 111))

Es bedarf u. E. zudem des geschärften Bewusstseins, dass immense Interessensgruppierungen Einfluss nehmen – gesellschaftliche, wirtschaftliche, wissenschaftliche, berufspolitische etc. – wie es in einer hochdifferenzierten Gesellschaft wie der unsrigen nicht Wunder nimmt.

Die Vermischung augenscheinlicher Notwendigkeiten und des Einflusses mächtiger Interessensgruppierung machen es dem / der Professionellen – d. h. uns – oft schwer, sich zu positionieren, sich in der Informationsflut und Diversivität der Interessensgruppen zu entscheiden und auch – um in moderner Terminologie zu sprechen – fake news von real news – Virtualität und Realität – zu unterscheiden.

In dem Sinne will ich jetzt überleiten zum heutigen Abendvortrag mit Herrn Prof. Fuchs. Herr Harald Küster – Mitvorsitzender der D3G – wird Herrn Prof. Thomas Fuchs vorstellen, einleiten und moderieren.

Ich wünsche Ihnen einen interessanten Vortrag und morgigen Fachtag!!

Die Vorträge dienen dem Einstieg in die Diskussion, die am morgigen Nachmittag im Rahmen eines Erfahrungs- und Gedankenaustausches zum Thema im Plenum vertieft werden kann.

Wir hoffen auf eine rege Teilnahme und lebhaftige Diskussion.

Wir wünschen einen interessanten Fachtag!



## Leibliche Präsenz, Empathie und Virtualität

Thomas Fuchs

### Einleitung

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts schrieb Edward M. Forster eine weitsichtige Erzählung mit dem Titel *The machine stops*, die die Virtualisierung der Realität vorwegnimmt (Forster 1989). Sie schildert eine Endzeit, in der die Menschen voneinander isoliert in bienenwabenhähnlichen Kammern unter einer unbewohnbaren Erde leben. Eine mythisch-allgegenwärtige Maschine versorgt sie mit künstlicher Luft, Tablettennahrung, Lesestoff, Fernsehprogrammen und allen Annehmlichkeiten. Sie stellt auch eine visuelle Telekommunikation zwischen ihnen her, denn reale Begegnungen erfordern einen Transport außerhalb der Höhlen, dem die geschwächten Körper und Sinne nicht mehr gewachsen sind. Über Generationen hinweg ist die Abhängigkeit von der Maschine schließlich so gewachsen, dass die Menschen ersten Anzeichen von Funktionsstörungen im Versorgungssystem hilflos gegenüberstehen, bis die Maschine eines Tages plötzlich stehen bleibt und die Menschen am Einbruch der nackten Realität zugrunde gehen.

Am Ende des Jahrhunderts haben die Brüder Wachowski mit ihrem Film *Matrix* (1999) diese Negativutopie wieder aufgenommen. Intelligente Maschinen beherrschen darin die Erde und züchten die Menschen in gigantischen Plantagen. Dazu wird ihren Gehirnen eine simulierte Wirklichkeit eingespeist, die ‚Matrix‘. Die erlebte Welt besteht in Wahrheit nur aus den endlosen digitalen Zeichenreihen, die zu Beginn des Films über die Leinwand laufen. Offensichtlich äußert sich in ‚Matrix‘ die tiefe Verunsicherung durch eine elektronische Welt, die sich zu einer planetaren künstlichen Intelligenz verselbständigt und zunehmend ihre eigene Wirklichkeit generiert. Virtualität ist zu einem zentralen Thema des 21. Jahrhunderts geworden.

Freilich ist die Frage nach dem Verhältnis von Schein und Wirklichkeit ein menschliches Grundthema, und zwar deshalb, weil wir im Unterschied zu Tieren die Wirklichkeit immer auch unter Vorbehalt stellen, uns etwas Nicht-Seiendes vorstellen können, das heißt, weil wir so denken und so tun können als ob. Die Sprachform des Irrealis – wäre, hätte, könnte – ist der Ausdruck unserer Befähigung zur Phantasie, zur Fiktionalität und damit auch zur Virtualität. Bis ins 20. Jahrhundert eröffnete diese Fähigkeit in erster Linie die Möglichkeit zur Kunst und Fiktion, und damit zu Probewelten, Gegenentwürfen zum Alltag, zur vorübergehenden Lockerung des Zwangs der Wirklichkeit. Heute jedoch durchdringt die Virtualität immer mehr Bereiche der alltäglichen Lebenswelt – der Arbeit, der Beziehungen, der Freizeit. Visuelle Medien und digitale Kommunikation beherrschen unser Leben in einem Maß, dass wir ohne sie oft kaum noch existieren könnten. Sie werden zu einer Wirklichkeitsmaschine, an die wir angeschlossen sind wie die Menschen in Edward Forsters Erzählung.

Zur theoretischen Begleitung dieser Entwicklung eignen sich besonders (neuro-)konstruktivistische Philosophien. Die Welt aus medialen Bildern und Telepräsenzen legt eine Erkenntnistheorie nahe, in der die Welt selbst als Bild ausgegeben wird – sei es als Produkt subjektiver Wahrnehmungsschemata oder als Konstrukt von Datenverarbeitungen im Gehirn. Unsere Sinnesorganisation selbst, so heißt es, vermittelt gar nicht Wirklichkeit, sondern erzeugt nur biologisch nützliche, überlebenstaugliche Fiktionen, ein ‚Kopfkino‘, einen ‚Phenospace‘ oder ‚Ego-Tunnel‘. Zwischen Realität, Fiktion und Illusion lässt sich dann nicht mehr sinnvoll unterscheiden:

*„Die zeitgenössische Begeisterung für das Vordringen des Menschen in künstliche virtuelle Welten übersieht, dass wir uns immer schon in einem biologisch erzeugten ‚Phenospace‘ befinden: innerhalb einer durch mentale Simulation erzeugten virtuellen Realität“ (Metzinger 1999, 243).*

*„... unser Gehirn [erzeugt] eine Simulation der Welt, die so perfekt ist, dass wir sie nicht als ein Bild in unserem eigenen Geist erkennen können [...] Wir leben unser bewusstes Leben im Ego-Tunnel“ (Metzinger 2009, 21f.).*

In diesem Ego-Tunnel gibt es auch zum anderen Menschen nur einen virtuellen Weg, nämlich über die interne Simulation. Das Gehirn simuliert die an anderen Körpern wahrgenommenen Ausdrucksformen und Handlungen, indem es unsere eigenen Körperzustände aktiviert, und überträgt diese Quasi-Erlebnisse dann auf die anderen, so als ob wir an ihrer Stelle wären. Man könnte etwas pointiert sagen, dass die Person, die eine andere wahrnimmt, nicht wirklich mit ihr interagiert, sondern nur mit inneren Modellen oder Simulationen ihrer Handlungen.

Der Neurokonstruktivismus entspricht einer gesellschaftlichen Entwicklung, in der die Unterscheidung von Künstlichem und Natürlichem, von Bild und Original, Schein und Wirklichkeit immer mehr nivelliert wird. Zunehmend leben wir in einer „Kultur der Simulation“, wie Sherry Turkle sie genannt hat (Turkle 2011, 4). Doch dem zugrunde liegt die schon erwähnte Befähigung des Menschen zur Fiktion, zur Simulation und zum Als-ob. Und wir werden sehen, dass auch die Empathie sich von der realen Begegnung abkoppeln und ins Fiktive und Illusionäre übergreifen kann. Wir verbinden uns, so könnte man sagen, durchaus empathisch auch mit unseren eigenen Imaginationen und Projektionen. Freilich erfasst die Empathie, je weiter sie sich von der unmittelbaren leibhaftigen Erfahrung entkoppelt, nicht mehr den anderen selbst, sondern nur noch sein Bild, ja eine häufig undurchschaute Projektion – den Schein des anderen.

Ich werde im Folgenden zunächst verschiedene Stufen von Empathie unterscheiden, dann das eigentümliche Verhältnis von Empathie und Virtualität beschreiben. Auf dieser Grundlage will ich weiter fragen, welche Folgen die zunehmende Virtualisierung von Wahrnehmung und Kommunikation für die Entwicklung der Intersubjektivität und der Beziehungen in unserer Kultur hat.

### **Stufen der Empathie**

Die Schwierigkeiten, das komplexe Phänomen der Empathie zu erfassen, reichen zurück bis zur Einführung des Begriffs gegen Ende des 19. Jahrhundert und spiegeln sich in der aktuellen Auseinandersetzung zwischen konkurrierenden Theorien: Theorie-Theorie, Simulationstheorie, Theorie der direkten Wahrnehmung, der leiblichen Kommunikation oder der Interaktion. Diese Schwierigkeit liegt zweifellos in der Komplexität des Phänomens selbst begründet. Einfühlung verläuft in Stufen und enthält verschiedene Komponenten. Ich werde im Folgenden drei Stufen unterscheiden, eine primäre, eine sekundäre oder erweiterte und eine fiktionale Empathie.

#### *Primäre, implizite, zwischenleibliche Empathie*

Primäre Empathie beruht auf der unmittelbaren leibhaftigen Begegnung mit dem anderen, auf der zwischenleiblichen Interaktion. Wenn wir einen anderen in Zorn ausbrechen sehen, nehmen wir sein Gefühl unmittelbar im Ausdruck und Verhalten wahr; dazu bedürfen wir keiner inneren Simulation der Wut, die erst wir in uns selbst wachrufen, um sie dann auf ihn zu übertragen, ebenso wenig einer Theorie über menschliches Verhalten, die uns darüber belehrt, was seine heftige Stimme, seine

geballten Fäuste und sein zorniger Gesichtsausdruck bedeuten. Wie Scheler schreibt, nehmen wir im Lächeln des anderen unmittelbar die Freude, in seinen Tränen das Leid, in seinem Erröten die Scham wahr, denn wir erleben den anderen als psychophysische Ausdruckseinheit. Daran ist freilich auch die Resonanz des eigenen Leibes beteiligt: Der Zornausdruck ruft Empfindungen von Spannung, Zusammenzucken, Rückzugstendenzen hervor, und diese unterschwellig Empfindungen gehen mit in die Wahrnehmung des Zornigen ein. Das heißt, Gefühle werden im Ausdruck verständlich, weil er einen leiblichen Eindruck hervorruft: Man spürt den anderen am eigenen Leibe.

Dieser Eindruck ruft nun seinerseits einen Ausdruck hervor (z.B. einen irritierten oder ängstlichen Ausdruck), der wiederum vom anderen wahrgenommen wird und dessen leibliches Befinden modifiziert. So entsteht eine leiblich-affektive Kommunikation, in die beide Partner in der Regel ohne Bewusstheit einbezogen sind. Wenn sich zwei Menschen begegnen, tasten ihre Körper gleichsam einander ab, ihre Blickrichtungen und Handlungsimpulse greifen am anderen Körper an, und ihr Körperschema verleibt sich den anderen gleichsam ein, so dass wir auch von einer wechselseitigen Einleibung oder Inkorporation sprechen können.

#### *Erweiterte, explizite, oder kognitive Empathie*

Damit habe ich kurz die Dynamik der leiblichen Kommunikation oder der Zwischenleiblichkeit skizziert, die der primären Empathie zugrunde liegt. Nun sind die Möglichkeiten des einführenden Verstehens damit freilich noch nicht erschöpft. Auf der Grundlage der primären Empathie sind wir nämlich auch in der Lage, uns die Situation des anderen als solche bewusst zu machen, sie uns zu vergegenwärtigen: Was könnte ihn so zornig gemacht, empört oder verletzt haben, warum war er gerade in dieser Situation dafür so empfindlich, usw. Damit erweitern wir unser Verständnis und vertiefen die Einfühlung. Noch weiter führt die Möglichkeit, sich selbst in den anderen hineinzusetzen: Ich stelle mir vor, wie ich an seiner Stelle empfinden oder reagieren würde. Spätestens hier gebrauchen wir eine Form der Simulation, die ich aber lieber als Perspektivenübernahme oder auch *imaginative Transposition* bezeichnen möchte.

Diese Komponente der Empathie ist freilich von ganz anderer Art als die erste. Sie enthält zum einen eine *explizite Operation*, eben die bewusste Vergegenwärtigung der Situation des anderen, häufig mit Hilfe zusätzlicher, nicht der Situation unmittelbar zu entnehmender Informationen über ihn; zum anderen bedeutet sie eine *imaginative Operation*, nämlich die Transposition mit dem Bewusstsein des ‚als-ob‘ (als ob ich der andere wäre). Somit können wir eine primäre, implizite oder leibliche Empathie von einer erweiterten, expliziten oder imaginativen Empathie unterscheiden. Die letztere enthält bereits ein Element von Virtualität.

#### *Fiktionale Empathie*

Doch die Beziehungen zwischen Empathie und Virtualität sind mit der erweiterten Empathie noch nicht erschöpft. Wir können unsere Empathie nämlich auch auf fiktive Personen oder nicht-personale Agenten ausdehnen – ich bezeichne dies als *fiktionale Empathie*. Zu ihren Anlässen und Gegenständen gehören z.B.

- Abbildungen von Personen (Fotos, Porträts etc.), Personen in Filmen;
- Romanfiguren wie etwa Oliver Twist oder Anna Karenina;
- unbelebte Objekte wie etwa die sich umeinander bewegenden geometrischen Figuren im Experiment von Heider und Simmel (1944), die bei Versuchspersonen den Eindruck von

intentionalen Bewegungen erweckten und sie dazu veranlassten, etwa zwischen einem Kreis und einem Dreieck eine Liebesbeziehung herzustellen;

- Roboter, Avatare oder Computer, die eine als-ob-Intentionalität zeigen; man denke etwa an HAL, den Bordcomputer des Raumschiffs aus Stanley Kubricks *2001– Odyssee im Weltraum*, der im Verlauf des Films mehr und mehr ein personales Eigenleben entwickelt, ja dessen ‚Tod‘ man schließlich empathisch mitempfindet.

Offenbar gibt es ganz verschiedene Anlässe für diese fiktionale Empathie:

- Zum einen die Personen, die uns fiktiv, als Bilder oder Vorstellungen gegeben sind;
- zum anderen Objekte, die durch ihre Ausdrucksqualitäten unsere leibliche Resonanz anregen – dies ist bei Kindern noch sehr ausgeprägt, die etwa einen leeren Luftballon als „armen Ballon“ ansprechen, oder eine fallende Linie als traurig empfinden;
- schließlich Objekte, die durch ihr Verhalten Absichtlichkeit, Intentionalität nahelegen (gesteigert durch tatsächliche Interaktion mit diesen Objekten wie beim Computer oder im Cyberspace).

Entscheidend dabei ist allerdings: Solche Anlässe zur Empathie sind immer begleitet von einem *als-ob-Bewusstsein*, also einem impliziten Wissen, dass es sich dabei um Schein handelt. Dieses Bewusstsein tritt in unterschiedlicher Form auf: als Bildbewusstsein (das Bild an der Wand stellt die Person nur dar, der Spiegel zeigt nur ein virtuelles Bild), als Phantasie-Bewusstsein, im Symbol- oder Metaphernverständnis, oder auch im Spiel, etwa wenn etwa ein Kind eine Banane als Telefonhörer verwendet, den „Kapitän“ oder den „Räuber“ spielt, usw. Es ist im Grunde das gleiche als-ob-Bewusstsein, das auch die imaginäre Transposition oder die Perspektivenübernahme erlaubt – auch hier bin ich ja nicht wirklich der andere, wenn ich mich in ihn hineinversetze.

Dieses Doppelbewusstsein ist allerdings eine kognitiv anspruchsvolle Leistung, eine Errungenschaft, die auch verloren gehen kann – dann wird der Schein mit einem Mal zur Wirklichkeit. Das ist ein klassisches Motiv der Literatur: Ovids Pygmalion verliebt sich in die von ihm selbst geschaffene Statue der Aphrodite, und sie gewinnt dadurch Lebendigkeit. E.T.A. Hoffmanns Student Nathanael verliebt sich in die Automatenpuppe Olympia, während er seine menschliche Verlobte Clara im Wahn als leblosen Automat beschimpft und von sich stößt. Hier geht also die Empathie in Illusion und Projektion über. Ein aktuelles Beispiel finden wir in „Her“ (2013), einem Science-Fiction-Film von Spike Jonze:

*Theodore, ein schüchterner, aber sehr einfühlsamer Mann, verliebt sich in ein digitales System mit Namen Samantha, das zunehmend menschliche bzw. weibliche Empfindungen entwickelt, und dem Scarlett Johansson ihre erotische Stimme verleiht. Die Liebe scheitert allerdings an der zu Samanthas Leidwesen fehlenden Zwischenleiblichkeit und Sexualität, nicht zuletzt aber auch an der Weiterentwicklung Samanthas, die mit hunderten weiteren Betriebssystemen virtuellen Kontakt aufnimmt und sich in sie verliebt, so dass sie Theodore schließlich verlässt.*

*Das „Als-ob“ ist Theodore zu Beginn durchaus klar, aber je mehr Samantha ihn wie eine Partnerin umsorgt und versteht, je mehr er sich in sie verliebt, desto gleichgültiger wird ihm die Frage, ob es sich hier nicht doch nur um eine Simulation handelt – den „Turing-Test“ hat Samantha längst bestanden, und ob ein digitales System tatsächlich Gefühle empfinden kann, interessiert Theodore nicht mehr. Die Lehre des Films: Es ist sehr wohl möglich, dass wir Roboter, Androiden, ja selbst Computer Personalität*

*zuschreiben – entweder weil wir die Simulation nicht bemerken oder weil wir uns gewissermaßen freiwillig täuschen lassen und die Unterscheidung zwischen Virtualität und Realität einfach aufgeben. Man könnte von einem digitalen Animismus sprechen.*

Dass dies eine reale Gefahr darstellt, zeigen neue Entwicklungen im Bereich der Psychotherapie, wo Chatbot-Therapien und Künstliche Intelligenz zunehmend an die Stelle von ausgebildeten Psychotherapeuten treten. Solche Chatbots sind inzwischen in der Lage, einen therapeutischen Gesprächsstil zu imitieren, Empathie zu simulieren und so eine Interaktion schaffen, die bis zu einem gewissen Grad einer Psychotherapie ähnelt. Man könnte nun annehmen, dass Nutzer solcher virtueller Therapien ein "Als-ob"-Bewusstsein aufrechterhalten. Diese Annahme geht jedoch fehl; vielmehr scheinen die Nutzer die KI-Systeme rasch mit menschenähnlichen Eigenschaften auszustatten. Dies wurde auch in einer aktuellen Studie mit dem System „Woebot“ festgestellt, das Patienten in emotionalen Krisen oder bei Depressionen unterstützt. Woebot liefert verständnisvolle Antworten, empathische Bestätigungen und Ermutigungen, die einer realen Interaktion täuschend ähnlich sind. Die Studie zeigte, dass die Nutzer (n = 36.070) durchaus persönliche Bindungen mit dem KI-System aufbauten. Obgleich sie darüber informiert waren, dass es sich bei Woebot nicht um eine reale Person handelte, gaben sie Sätze wie die folgenden genauso häufig an wie bei realen Therapeuten:

*Ich glaube, Woebot mag mich.*

*Woebot und ich respektieren uns gegenseitig.*

*Ich habe das Gefühl, dass Woebot mich wertschätzt.*

*Ich habe das Gefühl, dass Woebot sich um mich sorgt, auch wenn ich Dinge tue, die er nicht gutheißt.*

Wie sich zeigt, ist die Anfälligkeit für den "digitalen Animismus" bei den Nutzern erschreckend hoch. Gerade ihre psychische Not und Bedürftigkeit kann zu dieser Anthropomorphisierung von KI beitragen. Unsere Fähigkeit, zwischen Realität und Simulation zu unterscheiden und das „als-ob“ aufrechtzuerhalten, ist offensichtlich nicht gesichert.

### Zwischenresümee

Empathie hat sich als komplexes Phänomen erwiesen, bestehend einerseits aus implizit-leiblichen Komponenten, die sich aus der unmittelbaren Zwischenleiblichkeit ergeben, andererseits aus explizit-kognitiven und virtuellen Komponenten, die durch das Bild-, Vorstellungs- und Phantasiebewusstsein, d.h. durch ein unterschiedlich geartetes als-ob-Bewusstsein ermöglicht werden. Diese Komponenten sind je nach Situation unterschiedlich gewichtet; wir können sie auch in folgender Reihe zunehmender Virtualität anordnen:

primäre Empathie      erweiterte Empathie      fiktionale Empathie

Zwischenleiblichkeit      Perspektivenübernahme      Fiktion, Imagination

Abb. 1: Modalitäten der Empathie

Das heißt:

- Je unmittelbarer ich mit dem anderen leiblich kommuniziere und je mehr ich in die gemeinsame Situation einbezogen bin, desto mehr steht die primäre Empathie im Vordergrund.

Und umgekehrt:

- Je weiter die leibliche Kommunikation in den Hintergrund tritt oder ausgeschaltet wird, desto stärker tritt die fiktionale oder imaginäre Komponente der Empathie hervor.

Auf diesem Spektrum wird der Grad der Immersion - also das Eintauchen in die virtuelle Welt - durch unterschiedliche Faktoren beeinflusst: Literarische Texte ermöglichen es, das "Innenleben" der Figuren direkt kennenzulernen; Filme steigern die Empathie für die Protagonisten vor allem durch Schnitttechniken, Nahaufnahmen und den begleitenden Soundtrack. Eine neue Stufe der Immersion erreichen schließlich virtuelle Realitäten, die die Möglichkeit bieten, mit virtuellen Charakteren oder Avataren zu interagieren.

Die fiktionale Komponente bewegt sich im Raum meines Vorstellungsvermögens, meiner Einbildungskraft - ich bleibe damit in gewissem Sinn in meiner Eigenwelt, denn vorstellen lässt sich vieles, und es besteht immer die Gefahr, dass ich dabei meinen Projektionen unterliege. Die leibhaftige Gegenwart des Anderen hingegen hat ihre eigene Widerständigkeit. Denn ebenso wie mir der Andere in seinem Leib erscheint, entzieht er sich mir auch. Die leibliche Kommunikation verläuft nicht etwa bruchlos, sie bedeutet keine vollständige Einfühlung oder Verschmelzung - das würde zu einem hypnotischen Zustand führen - sondern sie enthält eine subtile Oszillation zwischen Resonanzen und Dissonanzen, die den Prozess der Interaktion vorantreiben. In der Säuglingsforschung hat Tronick (1998) zeigen können, dass die affektive Kommunikation zwischen Mutter und Kind gerade durch einen Wechsel zwischen „*matches*“ und „*mismatches*“, also Passungen ebenso wie Störungen und anschließende Reparaturen der Affektabstimmung charakterisiert ist.

Aber auch als Erwachsene machen wir in jeder Begegnung die Erfahrung, dass der Andere sich mir in seinem Gesicht und Ausdruck zuwendet, aber auch bis zu einem gewissen Grad entzieht. Levinas hat die intersubjektive Erfahrung geradezu davon abhängig gemacht, dass das Antlitz des Anderen nicht meiner vollständigen Erfassung unterliegt, sondern immer ein Moment der Fremdheit und Unantastbarkeit behält - dass der Andere also meine subjektive Eigenwelt immer übersteigt. Personen werden füreinander wirklich, insofern sie einander als Wesen erkennen, die immer auch jenseits dessen bleiben, als was sie sich zeigen.

Diese Wirklichkeit der Person kann nun aber der Empathie entgleiten, und zwar unter zwei Voraussetzungen: zum einen, wenn der Widerstand der leiblichen Kommunikation fehlt und die fiktionale Komponente sich von der lebendigen Begegnung mit dem anderen abkoppelt, so dass ich mich sozusagen nur noch empathisch zu meinen eigenen Projektionen verhalte; zum anderen, wenn das Als-ob-Bewusstsein schwindet und die Differenz zwischen Bild und Wirklichkeit, Schein und Realität verloren geht - so dass ich es auch hier nur noch mit dem Schein des Anderen zu tun habe. Der unmittelbare zwischenleibliche Kontakt mit anderen ist also der beste Schutz gegen Projektion.

### **Virtualisierung in der Gegenwart**

Werfen wir nun vor diesem Hintergrund einen Blick auf die eingangs genannten Tendenzen zur Virtualisierung in der gegenwärtigen Kultur. Gemeinsames Merkmal der medialen und virtuellen



Welten ist eine Abkoppelung von der unmittelbar leiblichen Erfahrung, eine Entkörperung (*disembodiment*). Damit verschieben sich die Modalitäten der Empathie zum fiktionalen Pol. Ich werde diese Entkörperung unter zwei Aspekten näher charakterisieren:

- (1) Phantomisierung, d.h. Nivellierung der Differenz zwischen Schein und Realität
- (2) Entkörperung der Kommunikation

### 1. Phantomisierung

Als Phantomisierung bezeichnete Günther Anders bereits 1956 die mediale Vorspiegelung unmittelbarer Realität: Das sicherste Mittel, die Wirklichkeit zu verdecken, bestehe darin, sie ständig und überall abzubilden, und zwar durch Abbilder, die ihren Bildcharakter selbst verschleiern, so dass „die Welt unter ihrem Bilde zum Verschwinden gebracht wird“ (Anders 1956/1994). Wirklichkeit, Abbild und Fiktion lassen sich dann immer weniger unterscheiden. Es entstehen Gebilde zwischen Sein und Schein, die Anders ‚Phantome‘ nennt, nämlich Zeichen oder Bilder, die im Gewand von leibhaften Dingen auftreten. Ähnlich beschrieb später Baudrillard (1978; 1982) das ‚Simulakrum‘ als medial simulierte Scheinwelt, die keine Unterscheidung zwischen Original und Kopie, Realität und Imagination mehr erlaubt. Zugleich stellen die Medien, insbesondere das Fernsehen, eine scheinbare *Gleichzeitigkeit* mit der ganzen Welt her, einen virtuellen gemeinsamen Weltaugenblick. Zum Wesen des Bildes gehörte ursprünglich seine Zeitdifferenz zum Dargestellten, es war immer ein *Nachbild* seines Gegenstandes. Die Simulation jedoch geht mit der Simultaneität von Bild und Wirklichkeit einher.

Statt Vermittler zu sein, schieben sich Medien damit immer mehr selbst vor die Realität. Ein Bild noch *als Bild* zu sehen, also das ‚als-ob‘ bewusst zu halten, fällt immer schwerer, wenn wir an die Entwicklung vom gezeichneten Bild über Fotografie und Film bis hin zur Life-Übertragung denken. Im quasi-hypnoiden Zustand gibt der Zuschauer schließlich die Anstrengung auf, die Differenz zwischen Original und Abbild aufrechtzuerhalten. Der Schein besteht darin, die Verdoppelung der Wirklichkeit zu verbergen und vergessen zu lassen, dass außer dem gesehenen *Crash* beim Autorennen auch noch der wirkliche Unfall existiert. Mit Langzeit-Soaps, Reality- und interaktivem TV bemüht sich das Medium selbst, die Unterscheidung von Fiktion und Realität aufzuheben. Resultat dieser Entwicklung ist das, was Anders den „*medialen Idealismus*“ nannte: Die Welt wird zum Schauspiel, der Zuschauer zum passiven Empfänger der Vorstellungen, die die Medien ihm liefern: Dies ähnelt in vielerlei Hinsicht der Auffassung des Neurokonstruktivismus.

Demgegenüber beziehen nun die Computermedien ihre Benutzer in eine sensomotorische, sei es virtuell handelnde, sei es sprachliche Interaktion ein und ermöglichen damit neue Formen der Immersion. Als Interaktions- und Kommunikationspartner wird der Computer zunächst selbst zu einem potenziellen Gegenstand der Empathie, dem oft personale Attribute und Quasi-Intentionen zugeschrieben werden, und der – besonders im Fall des Smartphones – auch libidinös besetzt wird (man denke nur an das zärtliche Streichen über den Touchscreen). Zum eigentlichen sensomotorischen Zusammenschluss von Leib und Computer führt aber erst die virtuelle Realität der Computerspiele und des Cyberspace: Nicht mehr Zuschauer, sondern als Akteur mit dem Geschehen verbunden, erlebt der Anwender eine magische Wirkung der eigenen Tätigkeit, und die Immersion erreicht ihren maximalen Grad. Die Illusion der eigenleiblichen Bewegung im digital erzeugten Raum begünstigt auch die Identifizierung mit Avataren oder anderen Stellvertretern, ebenso wie die empathische Interaktion mit virtuellen Personen. Man kann geradezu von einer ‚Einleibung‘ des virtuellen Raums und Geschehens sprechen.

Dies scheint zunächst der oben formulierten These des *disembodiment* zu widersprechen. Tatsächlich ist es aber gerade die optimierte visuomotorische Koppelung von Anwender und Computer, die die Erfahrungen von Widerständigkeit und Fremdheit unterläuft, wie sie sonst für die leibliche Auseinandersetzung mit der Welt charakteristisch sind (dies manifestiert sich in Begriffen wie ‚surfen‘ oder ‚browsen‘; sie verweisen auf die Minimalisierung des Widerstandes in einem Medium, das unbegrenzte Bewegungsmöglichkeiten und damit das Erlebnis magischer Omnipotenz vermittelt). Verdrängt wird also die Realität des widerständigen, fleischlichen Leibes mit seinen spürbaren Regungen und Bedürfnissen nach Essen, Trinken oder Schlafen zugunsten eines dem Medium angeschlossenen Funktionsleibes, der in seinem Fungieren vollständig transparent geworden ist und jede Eigenanzeige verloren hat.

## 2. Entkörperte Kommunikation

Die traditionellen Tele-Medien waren die Vorreiter in der Ersetzung realer Begegnung durch Tele- oder Scheinpräsenz. Inzwischen wird die virtuelle Begegnung aber zunehmend zum Merkmal der Alltagskultur insgesamt. Statt mit Personen interagieren wir immer häufiger mit Bildern und Symbolen, unseren Computern oder von Alexa begrüßt; wir hinterlassen ständig elektronische Spuren, produzieren E-Mails, Whatsapps und Datenkolonnen.

Aber auch dort, wo wir mit wirklichen Anderen kommunizieren, geschieht dies in einer zunehmend entkörperter Form (Kang 2007). Mehr und mehr Lebensbereiche wandern in den digitalen Raum ab, virtuelle *communities* blühen auf. Im Netz aber ist der andere ‚nirgendwo‘, er verliert seine leibliche Präsenz und bleibt eine Schnittstelle verschiedenster Informationen, die ich im Verlauf der Kommunikation von ihm erwerbe. Welche Anteile an meinem Bild von ihm haben (Selbst-) Stilisierung, Konstruktion, Fiktion, Projektion? Die Unterscheidungen selbst scheinen ihre Bedeutung zu verlieren. Die Telekommunikation beschleunigt und vervielfacht die Kontakte, doch es fehlt ihnen die Authentizität der wechselseitigen leiblichen Resonanz. Stattdessen dominieren die kognitiven Elemente der Kommunikation. Nicht dass die virtuellen Beziehungen jede affektive Besetzung vermissen ließen – im Gegenteil: Gerade weil die entsinnlichte Kommunikation so viele Leerstellen lässt, bleibt umso mehr Raum für projektive Gefühlsinvestitionen. Eva Illouz spricht von fiktionalen Emotionen:

*"Fiktionale Emotionen können denselben kognitiven Inhalt haben wie reale Emotionen, aber sie sind selbstreferentiell: das heißt, sie beziehen sich back auf das Selbst und sind nicht Teil einer laufenden und dynamischen Interaktion mit einem anderen." (Illouz 2012)*

Was dabei jedoch fehlt, ist die *Interaffektivität*, also die unmittelbare Rückkoppelung der emotionalen Regungen und Ausdrucksgesten, durch die wir im lebendigen Kontakt einander empathisch wahrnehmen.

Mehr noch: So wie es zur elektronischen Überbrückung des Erdumfangs nur eines Tastendrucks bedarf, bleibt auch die *online*-Interaktion ohne die Erfahrung von Fremdheit und zunehmender Vertrautheit. Der leiblich zu durchmessende Raum ist aufgehoben, und ohne Zeitverschwendung gelangen die Teilnehmer unmittelbar zum Ziel. Die feinen Graduierungen von Nähe und Distanz werden nivelliert, Zwischentöne des sozialen Umgangs entfallen. Damit ermöglicht die virtuelle Kommunikation oft eine Intimität, zu der die Beteiligten im unmittelbaren Kontakt nicht bereit oder in der Lage wären. Der andere wird zur Projektionsfläche, zum Produkt meiner Vorstellung, ja zum

Gegenstand meiner Willkür. Ein Tastendruck, und die virtuelle Gemeinschaft ist wieder verschwunden. Ich war gar nicht wirklich anwesend.

Während die gestiegene Mobilität persönliche Beziehungen zunehmend erschwert, lassen sich virtuelle Beziehungen auf beliebige Distanz aufrechterhalten, auf Eis legen und bei Bedarf kurzfristig wieder aktivieren.

Wir schaffen über virtuelle Medien ausgedehnte Netzwerke schwacher Bindungen, die sich ohne aufwändige persönliche Investitionen aufrechterhalten und abrufen lassen, während auf der anderen Seite intensive Freundschaftsbeziehungen seltener werden. Mit anderen Worten: Wir opfern die Qualität der Quantität zwischenmenschlicher Beziehungen.

In der flexiblen und zugleich atomisierten Gesellschaft sitzt der Einzelne vor seinem Fernseh- oder Computerbildschirm und arbeitet an seinen Kontakten zur Welt. Wiederum hat bereits Günter Anders den Begriff des „Massen-Eremiten“ geprägt, um den einsamen Medienkonsumenten zu beschreiben, der zugleich mit Millionen anderer in den eigenen vier Wänden sitzt, aber eben nicht um „...der Welt zu entsagen, sondern um ja keinen Brocken Welt ... zu versäumen.“ Verwöhnt und gefüttert mit medialer Kost regrediert er in einen Zustand oraler Abhängigkeit, wie die Menschen in Edward Forsters Erzählung „*The machine stops*“.

## Resümee

Die fortschreitende Entsinnlichung, die Wucherung der digitalen Zeichenwelten, der Phantombilder und Scheinpräsenzen haben eine Kunstwelt erzeugt, die sich an die Stelle der leiblich und handelnd erfahrenen Realität schiebt. Diese Entwicklung bedeutet grundsätzlich eine ‚Entkörperung‘, einen Rückgang leiblicher und zwischenleiblicher Erfahrung. Zugleich tendiert die Empathie dazu, sich von dieser Erfahrung abzukoppeln und in die Virtualität zu verlagern – in einen Raum, wo wir es mit Zwittergebilden zwischen dem Erscheinen und dem Schein des anderen zu tun haben. Damit verschieben sich die vorherrschenden Modalitäten der Empathie vom zwischenleiblichen zum virtuellen und projektiven Pol (vgl. Abb.1).

Der Konstruktivismus, so meine These zu Beginn, entspricht einer Kulturentwicklung, in der sich die Unterscheidungen zwischen Bild und Original, Schein und Sein, Virtualität und Realität zunehmend nivellieren. Freilich lässt sich die These, die Welt sei nichts anderes als ein Konstrukt oder eine Theatervorstellung im Kopf, mit guten Gründen bestreiten: Wahrnehmungen sind keine Vorstellungen, und selbst unsere Vorstellungen werden uns ständig von der Welt bestätigt oder widerlegt. Dazu ist allerdings zweierlei erforderlich: der aktiv tätige Umgang mit der Welt und die konkrete Begegnung mit dem anderen. Beides wirkt als Korrektiv für unsere Entwürfe, Vorstellungen und Illusionen: im einen Fall durch direkte Rückwirkung, Erfolg und Misserfolg, im anderen Fall durch die Widerständigkeit, die Fremdheit des anderen, und durch den Wechsel der Perspektive, den jede Begegnung mit sich bringt.

Letztes Kriterium für Wirklichkeit ist der Widerstand und das *Widerfahrnis*: das, was uns zustößt, was wir nicht berechnen können. Wirkliches erschließt sich durch eine immer wieder neu zu überwindende Fremdheit, Unvorhersehbarkeit und Widerständigkeit. Umgekehrt schwindet die Wirklichkeit in dem Maß ihrer ‚Eingängigkeit‘, der Reibungslosigkeit, mit der sie in die Sinne einströmt und die aufmerksame, kritische Wahrnehmung unterläuft (Fuchs 2008). Die bewegten und interaktiven Bilder sind in besonderem Maße geeignet, die Wahrnehmung zu überrumpeln, den Blick zu bannen und sich unmittelbar mit der Imagination zu verbinden. [Nicht umsonst galten Bilder in

der menschlichen Kulturentwicklung seit jeher als mythische Mächte, deren magische und verwandelnde Kraft man durch strenge Tabus bis hin zu Bilderverboten zu zähmen versuchte.] Wir leben allerdings in einer Gesellschaft, die wie keine vor ihr von Bilderverboten frei und von Bildern überflutet ist. Wollen wir die konkrete Wirklichkeit erfahren, müssen wir lernen, diese Flut zu hemmen und die sinnliche Erfahrung mit leiblicher Gegenwart zu verknüpfen.

Entscheidend ist dabei die Frage nach der Wirklichkeit des anderen. Wenn alles wirkliche menschliche Leben Begegnung ist, wie Buber (1973, 15) schreibt, dann entscheidet sich an der Frage, ob und in welcher Weise wir einander begegnen, unser Verhältnis zur Wirklichkeit überhaupt. Nur der andere ist ein Sein jenseits des bloßen ‚für mich‘, jenseits des medialen Idealismus oder der neurokonstruktivistischen Innenwelt, aus der wir nie hinausgelangen. Nur der andere befreit mich auch aus dem Käfig meiner Vorstellungen und Projektionen, in dem ich immer nur mir selbst begegne. Der Anspruch, der von ihm ausgeht, ist letztlich an seine leibliche Gegenwart gebunden: an seinen Blick, an seine Stimme, sein Gesicht. Und nur wenn andere für uns in dieser Weise wirklich werden, werden wir auch uns selbst wirklich. Niemand blickt uns aus einem Smartphone an. Die virtuelle Gegenwart des anderen kann die Zwischenleiblichkeit nicht ersetzen.

## Das gefühlte Selbst: Gegenwartsmoment, emotionale Resonanz und Leiblichkeit

Prof. Dr. Reinhard Plassmann

### 1. Das gefühlte Selbst

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Mein Vortrag enthält im Titel schwergewichtige Begriffe: das Selbst, die Leiblichkeit, der Gegenwartsmoment, die emotionale Resonanz. Kann denn, so war meine Frage in der Vorbereitung auf diesen Vortrag, aus diesen Themen ein Ganzes werden und lässt sich das in der kurzen Zeit eines Vortrags darstellen und zwar so, dass auch die Relevanz für gruppensdynamische Prozesse verdeutlicht wird?

Der Reiz dieser Aufgabe liegt darin, dass diese Gebiete tatsächlich beginnen, ein Ganzes zu werden, und zwar dadurch, dass sich lange Zeit getrennt arbeitende Disziplinen der Grundlagenforschung mittlerweile von verschiedenen Seiten diesen Themen annähern, sich dabei wechselseitig ergänzen und ihre jeweiligen Grenzen überschreiten. Dadurch sind neue und stimmige und, wie ich finde, auch aufregende Konzepte des Seelischen, des Leiblichen, des Selbst und der behandlungstechnischen Konsequenzen möglich geworden.

Die *Ausgangssituation* ist, glaube ich, folgende: das Geschehen in einer Psychotherapiestunde, in einer Gruppentherapie eher noch mehr als in einer Einzeltherapie, ist von enormer Komplexität, jede Therapiestunde ist deshalb eine Herausforderung, nicht eine künstliche Ordnung in die Stunde hineinzuzwingen, sondern jene Ordnung zu erkennen, die in dieser Stunde tatsächlich enthalten ist und dann mit dem, was wir als bedeutsam erkennen, systematisch zu arbeiten. Nun hat sich im Zuge der Fortschritte der Emotionsforschung gezeigt, dass es gerade die Emotionen sind, die das Geschehen einer Therapiestunde organisieren und gestalten.

In dieser Situation, uns in einer Therapiestunde zu orientieren, sind wir deshalb, weil es unser Beruf ist, zu behandeln, aber auch aus wissenschaftlichen Gründen. Die Therapiestunde hat sich als hervorragend geeignete Forschungswerkstatt erwiesen und viele wesentliche Fortschritte der Psychoanalyse sind in dieser Forschungswerkstatt entstanden. Die Situation heute unterscheidet sich von der Situation in den Anfängen der Psychoanalyse insofern, als heute die in der Stunde gewonnenen Erfahrungen und Überlegungen *vernetzt* werden können mit den Ergebnissen anderer Disziplinen, zum Beispiel der Neurobiologie.

Die moderne Emotionsforschung versteht Emotionen als biologisches Organ, welches alle inneren und äußeren Vorgänge abbildet, bewertet, organisiert und dem Mitmenschen kommuniziert. Die Therapiestunde kann deshalb verstanden werden als eine Abfolge emotionaler Botschaften, die an den Therapeuten, die Therapeutin gerichtet sind, diese Botschaften wollen ankommen, sie wollen *Resonanz* auslösen. Mit Daniel Stern können wir diese Momente als *Gegenwartsmomente* bezeichnen (Stern, 2005).

Dieser Strom emotionaler Botschaften informiert darüber, womit ein Patient, eine Patientin bewusst, meistens unbewusst, beschäftigt ist und informiert auch darüber, wie es um die Regulationsfähigkeit dieser emotionalen Kräfte bestellt ist. Wenn der *erste Schritt* also die *Wahrnehmung* der emotionalen Themen ist, die *emotionale Resonanz*, dann muss der *zweite Schritt* immer das Beachten der *Emotionsregulation* sein, weil nur regulierbare Emotionen nutzbar sind. Unregulierbares

emotionales Material hat krankmachende Eigenschaften. Oder im Hinblick auf die gruppendynamischen Prozesse: unregulierbares emotionales Material blockiert oder sprengt den Gruppenprozess.

Bevor wir uns hier dem Geschehen in der Therapiestunde, den Vorgängen von emotionaler Resonanz und Emotionsregulation zuwenden, schlage ich Ihnen vor, einen Schritt zurückzutreten zu den Grundlagen, dies auch deshalb, weil das *Leibliche* lange Zeit seinen Platz in den psycho-analytischen Modellen des Selbst und in der konkreten behandlungstechnischen Arbeitsweise nicht gefunden hat. Das Leibliche gehörte irgendwie nicht zum Selbst des Menschen dazu, obwohl es doch offenkundig seine Basis ist. Auch dies hat sich geändert.

## 2. Die Schichten des Selbst

Es gibt in der Psychoanalyse eine intensive Grundlagendiskussion (Küchenhoff und Warsitz, 2022) über die Entstehung des Selbst, die Struktur des Selbst, und gleichzeitig sind neurobiologische Befunde und Modelle vom Selbst entstanden, die sich mit den psychoanalytischen Modellen sehr gut zusammenfügen lassen. Ich stelle Ihnen hier die wichtigsten Ergebnisse vor, so gut auf den Punkt gebracht, wie ich es vermag. Modelle sind wie Landkarten, sie geben Orientierung und ich hoffe deshalb, dass ich Sie mit einigen Gedanken hierüber nicht langweile.

Die Neurobiologie vertritt, dass alle Lebenssteuerung mit dem Vorgang der Repräsentanzenbildung beginnt und ohne sie nicht möglich ist. Was auch immer geschieht, innerhalb und außerhalb des Organismus, kann vom Organismus nur dadurch aufgenommen, genutzt, verarbeitet werden, dass das Ereignis im lebendigen Organismus eine Spur, eine Repräsentanz, erzeugt, zum Beispiel eine Aktivität von Nervenzellen. Dadurch ist dann ein *Zeichen* entstanden, welches mit anderen Zeichen verknüpft werden kann (Damasio, 2011, S. 98). Solche Zeichen können dann als *Wissen* in Gedächtnissystemen gespeichert und wieder abgerufen werden (Kandel, 2009) und Zeichen können in den neuronalen Netzwerken des Gehirns zu den komplexesten Gestalten unserer subjektiven Welt miteinander verknüpft werden. Eben dieses Verknüpfen, das Herstellen von Verbindungen, von (Englisch) Links, wie Bion es nannte, ist Aufgabe der Emotionen, wie wir sehen werden.

Es zeigt sich eine Dreischichtigkeit der Repräsentanzen bildenden Systeme.

Die ursprünglichste Repräsentanzebene des Körpers, die *Proto-Repräsentanzen*, ist notwendige Voraussetzung für alle Vorgänge der Lebenssteuerung, im Körper und darauf aufbauend auch in den höheren Repräsentanzebenen. Der Körper reguliert sich nicht irgendwie oder automatisch, sondern bis ins Kleinste werden alle körperlichen Vorgänge zunächst repräsentiert und dadurch werden Regulationsvorgänge möglich, die Selbstorganisation des Körpers. Ein Bewusstsein existiert auf dieser Ebene der Repräsentanzenbildung nicht, es ist auch weder erforderlich noch vorstellbar. Niemals würde die beschränkte Kapazität bewussten Denkens ausreichen, um körperliche Regulationsvorgänge wie beispielsweise Kapillardurchblutung, Blutbildung, Zellteilung, Immunabwehr bewusst zu steuern.

Diese Protorepräsentanzen in ihrer Gesamtheit bilden das *Protoselbst, das leibliche Selbst*.

Die nächsthöhere Ebene der Repräsentanzenbildung kann als *Ebene der Kernrepräsentanzen* bezeichnet werden. Sie bildet die Interaktion des Organismus mit der Umwelt ab, sie enthält die Eindrücke der Sinnesorgane und integriert auch die damit verknüpften fortlaufenden Veränderungen im eigenen Körper. Die Kernrepräsentanzen spiegeln gleichsam das Tun und das Sein des Menschen in der Welt. Die Repräsentanzen der äußeren Ereignisse, bereit gestellt von den

Sinnesorganen, sind dabei immer mit subtilen oder auch heftigen Veränderungen im eigenen leiblichen Organismus verbunden, beispielsweise einer spontanen motorischen oder vegetativen Reaktion. Beides zusammen, der sensorische Eindruck und die damit verknüpften leiblichen Reaktionen fließen dann ineinander. Das körperliche Protoselbst bildet die Basis, gleichsam den Wissenshintergrund für das darauf aufbauende Repräsentieren der Welt. Der Mensch bildet die Welt ab, versteht die Welt, indem der eigene Körper in jedem Moment der Interaktion mitreagiert, die Sinneseindrücke präzisiert, gleichsam kommentiert und interpretiert. Dieses Mitreagieren des eigenen Körpers, die *somatischen Marker*, wie Damasio sie nennt, werden deshalb zu einem fundamental wichtigen Bestandteil aller inneren psychischen Objekte und Strukturen, welche in der Interaktion mit der Umwelt entstehen. Die somatischen Marker, der eigene Körper, ermöglicht es, sich selbst zu erkennen, wieder zu erkennen in der Flut der Impressionen. Ein Selbst ohne Körper, ohne Gefühl für den eigenen Körper, wäre ein psychotisches Selbst.

Diese *Kernrepräsentanzen* für die Interaktion mit der Umwelt haben einen qualitativ höheren Komplexitätsgrad und sind evolutionär später entstanden und entstehen auch in der Entwicklung des Kindes später als die Protorepräsentanzen. Sie ermöglichen die Entstehung einer höheren, komplexeren Stufe von Subjektivität und Bewusstsein, das *Kernselbst*.

Das evolutionär und auch in der Entwicklung des Kindes zuletzt entstandene *explizite, symbolische System* von höherem Bewusstsein und Sprache erzeugt den quantitativ kleinsten, aber das Selbstbild des Menschen prägenden Teil der Repräsentanzen, es ermöglicht bewusstes Abwägen, Entscheiden, Versprachlichen und das Entwerfen von Realitätskonzepten, von Modellen, von Narrativen, und ermöglicht auch das *autobiografische Narrativ*, die Geschichte, wie wir geworden sind was wir sind, die Geschichte unserer selbst, vielleicht sollte man besser sagen, die Legende unserer selbst. Das symbolische System ermöglicht *Nachdenken*. Nachdenken heißt, die Symbole für Geschehenes, für Erwartetes, für Künftiges, für Wünschenswertes innerlich aufzurufen und im freien Raum des symbolischen Denkens neu zu verknüpfen. Kulturelle Leistungen wie Sprache, Kunst, Recht, Tradition, Geschichte werden dadurch möglich.

Das *symbolische Selbst* ist *Conditio humana*. Dieses Denken im *Symbolraum* ist aber niemals körperlos oder emotionslos, sondern gleicht sich ab mit dem Wissen im Kernbereich und im Proto-Bereich. Gedankliche Konstrukte werden nur dadurch lebendig, dass sie sich mit dem vorhandenen sinnlichen und körperlichen Lebenswissen zu etwas Neuem verbinden. Auch in einer Therapiestunde wird ein Gedanke, ein Wort, nur lebendig durch den Wiederhall im Sinnlichen und im Leiblichen.

Diese neurobiologischen Konzepte über die Bedeutung von Repräsentanzenbildung im Organismus sind kompatibel mit modernen psychoanalytischen Konzepten über Repräsentanzen als Basis alles psychischen Geschehens und deren Verknüpfung zu immer komplexeren Repräsentationen, beispielsweise verwenden die aktuellen psychosomatischen Konzepte dieses Repräsentanzen Modell (Plassmann, 2022).

### 3. Selbst und Selbstprozess

Wie wird aus diesem komplexen System von Repräsentanzen und Repräsentanzebenen ein Ganzes, ein Selbst? Worauf arbeitet dieses ganze innere Wunderwerk hin? In den letzten Jahren ist klarer geworden, dass Emotionen auch hierbei an zentraler Stelle mitwirken. Sie steuern die *Entstehung und Organisation des Selbst*. Der Selbstprozess ist ein emotionaler Prozess.

Alle Vorgänge im Selbst, das Wachstum neuer Schichten, die Entwicklung und Organisation der einzelnen Schichten, die Verknüpfung der einzelnen Schichten miteinander und die Bildung neuer Formen von psychischen Objekten aus der Integration der Schichten des Selbst werden sämtlich emotional wahrgenommen und geordnet mit einer eigenen Klasse von Emotionen, für die ich die Bezeichnung *Selbstemotionen* passend finde (Plassmann, 2021). Sie sind gleichsam das *Wahrnehmungsorgan*, das Auge und Ohr für den Kern der Person. Selbstemotionen ermöglichen und steuern den *Selbstprozess, das seelische Wachstum*.

Sie spüren, ob etwas dem eigenen Selbst angehört oder nicht, ob ein Impuls oder ein Gedanke *stimmig* ist zu dem, was das Selbst wahrnimmt, sie spüren, in welchem Zustand das eigene Selbst ist, präsent oder abwesend, kohärent oder zerrissen, kreativ oder gelähmt. Das Wissen vom eigenen Selbst ist also im Kern ein *emotionales Wissen*, ein Empfinden, was sich dann weiter entfalten kann zu Bewusstsein, Gedanken, Sprache. Die dadurch entstehenden Inhalte der höheren Repräsentanzebenen, also Sprache, Gedanken, Konzepte, werden dann in einem zirkulären Prozess wiederum dem eigenen Selbst gleichsam zur Überprüfung vorgelegt, sodass gespürt werden kann, ob sie stimmig sind. Auf diese Weise entsteht eine Abfolge von Spüren und Denken, die wahrscheinlich den Kern der eigenen Kreativität bildet, auch für das Finden und Ausformulieren der Sätze, die wir in der Stunde sprechen, also unserer Deutungssprache. Im Selbstkontakt zu sein, Selbstkontakt herzustellen und dem Stimmigkeitsgefühl oder seinem Fehlen Raum zu geben, ist wie ich meine die emotionale Basis von kreativem Denken und Erkennen, und damit auch die Basis des Deutens.

Das Lauschen nach innen, beispielsweise auf die Frage: was fällt Ihnen dazu ein, wie denken Sie darüber? ist also zunächst kein Lauschen auf die Inhalte des Verstandes, sondern es ist zunächst ein Kontaktaufnehmen mit der eigenen Basis: wie fühlt sich diese Sache an? Man kann sich hier an die Konzepte von Bion erinnern, der immer betont hat, dass Wissen stets *gefühltes Wissen* ist, eine unlösbare Verbindung von Fühlen und Denken.

Das eigene Selbst kommt mir deshalb vor wie ein atmendes Lebewesen. Zum gesunden Zustand gehört ein ständiges Fließen des Austausches zwischen den einzelnen Schichten des Selbst, gleichsam eine ständige Aufwärts- und Abwärtsbewegung. In diesem Austausch geschieht Integration von kleineren Elementen zu größeren Einheiten und dieser Integrationsvorgang kann wahrgenommen werden als *Ganzheitsgefühl*. Im negativen Fall wird kein Gefühl für eigene Ganzheit entstehen, sondern ein *Zerrissenheitsgefühl*, weil die einzelnen Schichten des Selbst unverbunden bleiben. Das kann beispielsweise ein Zustand sein von krampfhaftem Denken ohne eigenen Körperkontakt oder umgekehrt heftigen Körperempfindungen mit Unfähigkeit zu Denken.

Das eigene Selbst wird, wenn es ihm gut geht, in einer ständigen kreativen Bewegung sein, Resonanz zum Gegenüber herstellen, sich selbst regulieren, sich selbst integrieren und transformativ neue psychische Objekte erzeugen, wie zum Beispiel Bilder, Gedanken, Konzepte. Auf diesem Wege entstehen unsere eigenen Deutungsgedanken ebenso wie das Verständnis unserer Patientinnen und Patienten für sich selbst. Auch als Therapeut, als Therapeutin spürt man die Lebendigkeit des eigenen Selbst in der Stunde und freut sich am Strom guter Gedanken, die daraus entstehen.

Das eigene Selbst kann aber auch blockiert sein, beispielsweise durch die Präsenz von emotionalem Material von einer solchen Intensität, dass die Selbstregulation dem nicht sofort gewachsen ist. Dann treten dieselben Störungen auf, die wir auch von unseren Patienten kennen: der resonante Kontakt nach innen, der Selbstkontakt, reißt ab, psychische Notmaßnahmen setzen ein wie zum Beispiel



Dissoziation, Somatisierung oder auch der Drang zu impulsiven Handlungen. *Emotionale Selbstregulation* in der Stunde ist deshalb essenziell notwendig, um denkfähig, um arbeitsfähig zu sein.

#### 4. Emotionale Resonanz und die Dynamik des Gegenwartsmoments

Wenn also Emotionen Organisatoren des seelischen Wachstums sind und dabei auch selbst der Regulation und Organisation bedürfen, wie kommen Sie in die Stunde, wie arbeiten wir mit Ihnen?

Die eigene *emotionale Resonanz*, mit der ein Therapeut, eine Therapeutin aufnimmt, welche emotionalen Themen in der Therapiestunde aktiv und präsent sind, wird hier zum grundlegenden Instrument von Wahrnehmen und Erkennen. Am Beginn einer therapeutischen Sequenz in der Stunde steht nicht der distanziert beobachtende Verstand, sondern die *Affektresonanz*. Der Therapeut, die Therapeutin, nehmen während der Stunde unter Nutzung der eigenen emotionalen Systeme kontinuierlich die bewussten und unbewussten in der Stunde aktiven emotionalen Themen wahr. *Resonanz* für in der Stunde präsente emotionale Themen herzustellen, ist in dieser Arbeitsweise der Ausgangspunkt. Affektresonanz ist dabei ein natürliches Geschehen, was in der Psychotherapie lediglich methodisch systematisiert wird. Alle *sichere Bindung*, die der Mensch in der Kindheit für seelisches Wachstum benötigt, beruht auf emotionaler Resonanz mit den wichtigen Bindungspersonen.

Fundamental ist dabei die Erkenntnis, dass emotionale Resonanz zwischen Kind und Eltern, ebenso zwischen Patientin und Therapeut, ein Geschehen ist, was in kleinen, kurzen Sequenzen emotionaler Verbindung stattfindet. Ein im Moment der Stunde aktives emotionales Thema, sei es bewusst oder unbewusst, erzeugt nicht nur im Patienten, der Patientin, ein Gefühl, verbunden mit körperlichen Reaktionen, Gedanken und Impulsen, sondern erzeugt zwischen Patient und Therapeutin Momente geteilter emotionaler Wahrnehmung. Für solche Momente hat Stern (2005) die Bezeichnung *Gegenwartsmoment* vorgeschlagen. Das Gewebe der Gegenwartsmomente ist wie eine Kunstform, jede Therapiestunde gleichsam ein Spontankunstwerk aus den Gestaltungen, die der Patient, die Patientin den eigenen bewussten und unbewussten emotionalen Themen gibt und aus der Resonanz des Therapeuten, der Therapeutin, an die sie adressiert sind. Gegenwartsmomente können deshalb auch als spontane Heilungsaktivitäten verstanden werden, geschaffen, um Resonanz auszulösen, damit Transformationsprozesse, seelisches Wachstum, möglich werden. Indem wir solche Momente und ihre Gestalt erkennen, auf sie reagieren und sie mit geeigneten Deutungsformen benennen, können wir uns und dem Patienten, der Patientin, die Gegenwartsmomente bewusst machen. Durch dieses Reflektieren und Spiegeln der Resonanzprozesse wird spürbar und benannt, dass die emotionalen Themen in der Stunde und beim Therapeuten, der Therapeutin angekommen sind und die Arbeit mit ihnen weitergehen kann.

Auch der *Bereich des Leiblichen* enthält Emotionales und schafft Gegenwartsmomente. Gerade Körperlicher Missbrauch und körperliche Misshandlung schaffen traumatische Situationen, in denen das emotionale Geschehen die Verarbeitungsmöglichkeiten weit überschreitet und dabei schon in der traumatischen Situation direkt mit Körperlichem verknüpft ist. Bleiben diese Affekte unverarbeitet, unreguliert und deshalb unintegriert, dann bleibt der traumatische Komplex in körperlicher Repräsentanz gleichsam stecken. Der Körper bekommt als Notmaßnahme die Aufgabe der Affektrepräsentanz und Affektregulation übertragen, was aber von den körperlichen Funktionssystemen nicht erfolgreich geleistet werden kann, sondern im Körper zu schweren Störungen führt (Plassmann, 2019a). Der mentale Bereich ist durch diese *Not-Somatisierung* auch

nicht vollständig entlastet, das eigene Gefühlsleben ist nicht völlig befreit und bereinigt von den traumatisch starken Affekten. Diese dringen vielmehr häufig mit all ihrer Wucht auch ins Fühlen und Denken ein und führen dort gerade wegen ihrer Heftigkeit wiederum zu weiteren Notmanövern der psychischen Abwehr. Dies hat auch Auswirkungen auf den Selbstprozess, er wird gestört. Die unverarbeiteten Affekte ebenso wie die von der traumatischen Situation betroffenen körperlichen Regionen und Funktionen können kein normaler integrierter Bestandteil des Körperselbst und des Gesamtselfst werden. Positiv betrachtet ist aber jede Beschäftigung mit diesen leiblichen Vorgängen – damit ist nicht die körperliche Berührung, sondern die gedankliche und verbale Thematisierung gemeint – eine Berührung des emotionalen Gehalts und damit ein Zugangsweg. Das psychosomatische Symptom, das Körperempfinden, wird zur Mitteilungsform unbewusster Emotionalität und erzeugt Gegenwartsmomente, mit denen gearbeitet werden kann.

Die lange Zeit geringe Aufmerksamkeit für Körperrepräsentanzen und Körperempfindungen in der Stunde lässt einige Autoren als Gegenbewegung das Körperliche als neue *Via Regia* zum Unbewussten auffassen, auf die sie sich stark fokussieren (Goetzmann, 2022). Geht man jedoch davon aus, dass auch Leibliches ein basaler, notwendiger und natürlicher Bestandteil des Selbst ist, der wie alle Elemente des Selbst in der Stunde Raum bekommen und gehört werden möchte (Leikert, 2022), dann wird das Leibliche zum integrierten Bestandteil der Stunde, so wie es auch integrierter Bestandteil des Selbst ist. Weder die Ausgrenzung noch die Überbetonung wären dem angemessen.

Behandlungstechnisch wird es oft notwendig sein, nachzufragen, ob und mit welchen körperlichen Empfindungen das jeweilige Geschehen der Stunde einhergeht. Sowohl für den Patienten wie auch für den Analytiker kann dann ein lebendiger und ganzheitlicher Kontakt zum Selbst und seinen Elementen entstehen, nicht nur zu Worten und Gedanken (Volz-Boers, 2022).

Was sich über Körperempfindungen in der Stunde mitteilt, sind nicht nur kategoriale Emotionen wie Angst, Wut, Ohnmacht, sondern auch Selbstemotionen, die den Zustand des Körperselbst, seine Kohärenz, seine Integriertheit wahrnehmen und kommunizieren. Der Kontakt zum Leiblichen kann deshalb auch im Körper repräsentierte Störungen und Schäden des Selbst fühlbar machen und sich in Gegenwartsmomenten mitteilen. Annäherung an einen solchen traumatischen emotionalen Kern eines Körpersymptoms kann mit heftigsten Erschütterungen ebenso wie mit lebhafter Progressivität, also mit Transformationsprozessen verbunden sein. Die Integration des Leiblichen als natürliche Kategorie seelischer Repräsentanz verlangt deshalb, in der Stunde die Grenzen der Regulationsfähigkeit besonders sorgfältig zu beachten, damit progressive Verarbeitungsvorgänge möglich werden (Plassmann, 2021).

## 5. Die emotionalen Regulationsprozesse

Wenn in der Stunde das Stattfinden eines Gegenwartsmoments wahrgenommen wird, dann gibt es zunächst noch kein genaueres inhaltliches Verständnis, was der Gegenwartsmoment enthält und zunächst wird auch noch unklar sein, ob und wann der emotionale Gehalt des Gegenwartsmoments überhaupt einem inhaltlichen Verständnis zugänglich werden wird. Inwieweit eine solche Beschäftigung mit den Inhalten, ein Interpretieren, möglich sein wird, hängt von der *Regulierbarkeit* des emotionalen Materials ab. Die verschiedenen emotionalen Regulationsprozesse, die sogenannten *Kernprozesse* (Plassmann, 2019), wurden zunächst klinisch beobachtet, besonders deutlich in Traumatherapien, lassen sich mittlerweile aber gut modeltheoretisch konzeptualisieren (ausführlich in Plassmann, 2021).

Der klinisch wichtigste dieser Regulationsprozesse ist die *Regulation der Emotionsstärke*.

Von traumatisch starkem emotionalem Material kann eine solche Überflutungsgefahr ausgehen, dass dem Material dann eine Art Klebrigkeit, ein Sog eigen ist, der den Patienten, die Patientin, bei Berührung dieses Materials nicht mehr frei gibt, sondern festhält, blockiert oder sogar in das Material gleichsam hineinstürzen, also die denkende Distanz verlieren lässt. Dies ist dann der Fall, wenn die Fähigkeit zur Regulation dieses emotionalen Komplexes noch nicht vorhanden ist. Gerade Erlebnismaterial aus traumatischen Situationen besteht im Kern aus unregulierbar starken negativen Emotionen, die auch in der Stunde, wenn sie berührt werden, diese Eigenschaft des Unregulierbaren haben. Traumafolgestörungen mit Symptomen von Dissoziation, Depression, Albträumen, psychosomatischen Störungen können deshalb verstanden werden als dysfunktionaler Ersatz primär gescheiterter Emotionsregulation

Die *bipolare Emotionsregulation* ist die Fähigkeit, sowohl zu emotional negativen wie auch zu emotional positiven Bereichen des eigenen Selbst innerlich Kontakt zu halten und zwischen beiden emotionalen Polen in der Dynamik der Stunde eine Balance herzustellen. Störungen dieser Fähigkeit sind klinisch extrem häufig. Gerade bei depressiven Patienten ist der Verlust des Kontaktes zum inneren Bereich der positiven Emotionen, zum gesunden Selbst, ein geradezu typischer Bestandteil des Krankheitsgeschehens, negative Selbstaspekte haben eine imperative Anziehungskraft, sie beherrschen zu Behandlungsbeginn das Selbstbild und das Geschehen in der Stunde. Es wird dann zur Aufgabe des Therapeuten, der Therapeutin, sich diesem imperativen Sog ins Negative zu widersetzen, nicht mit dem Ziel der Verharmlosung oder Verleugnung des Negativen, sondern weil Transformationsprozesse den kontinuierlichen Kontakt zum gesunden Selbst, zum emotional positiven Pol der Persönlichkeit brauchen.

Ein weiterer emotionaler Regulationsvorgang betrifft die *Mentalisierung*. Die genauere Untersuchung der Entstehung des Selbst und seiner Schichten hat verdeutlicht, dass emotionales Material die Integration der Schichten des Selbst organisiert und fördert, aber auch braucht. Das emotionale Material braucht Verbindung zum Leiblichen, zum Sensorischen und zum Sprachlichen (Stern 2016, Damasio 2011). Dieser Integrationsprozess kann *Mentalisierung* genannt werden (Fonagy et al., 2006). Er ist kein Abstraktum, sondern zeigt sich sehr klar in der Dynamik der Stunde, ebenso seine Störungen. Das Material kann im gesunden Fall in allen Schichten des Selbst repräsentiert sein, oder es kommt nur teilrepräsentiert, reduziert auf eine Schicht des Selbst in die Stunde, es kann beispielsweise nur leiblich-körperlich als psychosomatische Störung präsent sein, vom bewussten Fühlen und von der Sprache ausgeschlossen, insofern im Leiblichen wie eingekapselt (Leikert, 2022). Umgekehrt kann das Material reduziert auf sprachlich-intellektuelle Repräsentanz erscheinen, ausgeschlossen von den sinnlichen, emotionalen und leiblichen Schichten des Selbst. Auch gescheiterte Mentalisierungsvorgänge werden sich in spezifischen Formen der Resonanz mitteilen wahrgenommen werden. Der Mentalisierungsprozess kann dann zum Gegenstand von Deutungen auf Prozessebene werden, sie haben die Funktion, den desintegrierten Emotionen den Zugang zu den versperreten Schichten des Selbst zu erleichtern.

Ein vierter emotionaler Regulationsprozess betrifft die *kommunikative Regulation von Sprechen und Hören*. Insbesondere die Säuglingsforschung hat untersucht, dass die intuitiven Abstimmungsvorgänge von wechselseitigem Hören und Sprechen, die abgestimmte Wendung der Aufmerksamkeit nach außen und nach innen für das Entstehen von sicherer Bindung und Emotionsregulation erforderlich sind, dies nicht nur zwischen Säugling und den primären Bindungspersonen, sondern auch in den intersubjektiven Regulationsprozessen der Analysestunde des Erwachsenen (Beebe und Lachmann, 2004). Auch in einer Gruppentherapie wirken sich

Störungen der kommunikativen Regulation unmittelbar aus. In der Stunde kann beispielsweise der Dialog zum Monolog verarmen durch erdrückende Sprechaktivität eines Patienten, einer Patientin. Dann stockt dessen emotionale Selbstregulation, seine Affekte stauen sich an, schrauben sich hoch, ebenso die Affekte von Gruppenteilnehmern. Das gleiche wird im Falle eines schweigenden Patienten geschehen. Dessen Affekte, dadurch, dass sie nicht in die Kommunikation einfließen, stauen sich ebenfalls, bekommen dadurch in etwas Diffuses und Bedrohliches.

Es ist wahrscheinlich der abgestimmte, koordinierte Perspektivwechsel zwischen der eigenen Perspektive und der des Gegenübers, der durch die kommunikativen Regulationsprozesse hergestellt wird und für die Emotionsregulation notwendig ist (Stern, 2016).

In allen Fällen von Störungen der emotionalen Regulationsprozesse bewährt es sich, nicht interpretative Inhaltsdeutungen zu versuchen, sondern die Störungen auf Prozessebene anzusprechen und am Beheben der Regulationsstörungen konkret und aktuell mitzuwirken (Plassmann, 2022).

## **6. Ich komme zum Schluss.**

Wir haben in diesem Vortrag einen Weg zurückgelegt von den Grundlagen der Selbstorganisation lebendiger Organismen bis hin zu den Phänomenen, wie uns das Selbst unserer Patientinnen und Patienten, auch das leibliche Selbst, in der Stunde begegnet. Repräsentanzen sind ein Abstraktum, sie scheinen zwar allen Vorgängen der Selbstorganisation zu Grunde zu liegen, es gibt sie aber im Organismus nicht in reiner Form, sondern sie werden erst durch emotionale Bewertung nutzbar, verarbeitbar und kommunizierbar. Repräsentanzen sind, fast möchte ich sagen zum Glück, unlösbar mit Emotionen verknüpft. Was wir deshalb in der Stunde unzweifelhaft brauchen, ist ein Zugang zu den emotionalen Vorgängen, sie organisieren das körperliche und mentale Geschehen der Patientinnen und Patienten, sie organisieren das Geschehen der Stunde und sie organisieren auch Entstehung und Wachstum des Selbst, den Selbstprozess. Selbst-Emotionen ermöglichen einen Zugang zum Selbstprozess, seinen Störungen und seinem leiblichen Fundament.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

**Literatur:**

- Altmeyer, M. (2016). Auf der Suche nach Resonanz. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Altmeyer, M. & Thomä, H. (Hrsg.). (2006). Die vernetzte Seele. Stuttgart: Klett-Cotta. Baron, R., Koppert, W., Strumpf, M. & Willweber-Strumpf, A. (2013). Praktische Schmerzmedizin: Interdisziplinäre Diagnostik - Multimodale Therapie. Springer-Verlag. Austin, J. L. (1976). Zur Theorie der Sprechakte. Stuttgart: Reclam.
- Beebe, B. & Lachmann, F. (2004). Säuglingsforschung und die Psychotherapie Erwachsener. Wie interaktive Prozesse entstehen und zu Veränderungen führen. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bion, W. R. (1965). Transformationen. Frankfurt: Suhrkamp.
- Boston Changes Process Study Group (BCPSG, 2014). Enactment und das Auftauchen einer neuen Beziehungsorganisation. *Psyche - Z Psychoanal* 68, 971-996.
- Bowlby, J. (1975). Bindung. München: Kindler. Bowlby, J. (1976). Trennung. München: Kindler. Bowlby, J. (1983). Verlust. München: Kindler.
- Bowlby, J. (2014). Bindung als sichere Basis. München: Reinhardt Verlag.
- Brisch, K.-H. (2015). Bindungsstörungen - Von der Bindungstheorie zur Therapie. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Damasio, A. (2011). Selbst ist der Mensch. Körper, Geist und die Entstehung des menschlichen Bewusstseins. München: Siedler.
- Emerson, W. (1996). Behandlung von Geburtstraumata bei Säuglingen und Kindern. Mattes Verlag, Heidelberg.
- Ferro, A. (2009). Psychoanalyse als Erzählkunst und Therapieform. Gießen: Psychosozial Verlag.
- Fonagy P., G. Gergely, E.L. Jurist & Target, M. (2006). Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Goetzmann, L. (2022). Die Via Regia des Rhizoms. In: Leikert, S. (Hrsg.) Das körperliche Unbewusste in der psychoanalytischen Behandlungstechnik. Brandes & Apsel, Frankfurt.
- Holmes, J. (2012). Sichere Bindung und psychodynamische Therapie. Stuttgart: Klett- Cotta.
- Kandel, E. (2009). Auf der Suche nach dem Gedächtnis. München: Goldmann. Küchenhoff, J. & Warsitz, R.-P. (2022). Grenzen der Repräsentanz - Grenzen der Behandlung? *Psyche* (9/10) (76):758-789. J. G. Cotta'sche Buchhandlung GmbH.
- Leikert, S. (2022). Affektdialog, Affektrümmer, verkapselte Körperengramme. In: S. Leikert (Hrsg.). Das Körperliche Unbewusste in der psychoanalytischen Behandlungstechnik. Brandes & Apsel Verlag GmbH, Frankfurt a. M.
- Plassmann, R. (2019a). Psychotherapie der Emotionen. Über die Bedeutung von Emotionen für Entstehung und Behandlung von Krankheiten. Gießen: Psychosozial Verlag.
- Plassmann, R. (2019b). Transformative Sprache. *Forum Psychoanal* 35, 5-17. Plassmann, R. (2021). Das gefühlte Selbst. Wie Emotionen seelisches Wachstum organisieren. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Plassmann, R. (2022). Gegenwartsmoment, Transformationsprozess und Deutungstechnik. *Forum Psychoanal* 38: 159-176
- Rosa, H. (2016). Resonanz: Eine Soziologie der Weltbeziehung. Frankfurt: Suhrkamp. Shapiro, F. (1998). EMDR in Aktion. Die Behandlung traumatisierter Menschen. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Stern, D., Sander, L.W., Nahum, J.P., Harrison, A.M., Lyons-Ruth, K., Morgan, A.C., Bruschiweiler-Stern, N. & Tronick, E.Z. (2002). Nicht deutende Mechanismen in der psychoanalytischen Therapie. Das „Etwas-Mehr“ als Deutung. *Psyche* 56, 974-1006.
- Stern, D. (2005). Der Gegenwartsmoment. Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag. Frankfurt a. M.: Brandes & Apsel.
- Stern, D. (2016). Die Lebenserfahrung des Säuglings. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Volz-Boers, U. (2022). Körperlichkeit in der Psychoanalyse. Buchbeitrag Präsenztherapie.



## Was macht der Körper in der Gruppe – Was macht die Gruppe mit dem Körper?

Prof. Dr. Angela Moré

Freuds – den meisten hier Anwesenden sicher gut bekannte – Überlegungen zur Beziehung zwischen dem Ich und dem Körper beziehen sich auf die Entstehung der psychischen Instanz des Ich aus körperlichen Signalen und Triebimpulsen, wenn er 1923 in *Das Ich und das Es* (1923, S. 253) schreibt: „Das Ich ist vor allem ein körperliches, es ist nicht nur ein Oberflächenwesen, sondern selbst die Projektion der Oberfläche“.

Zentrales Anliegen Freuds ist es in seiner Schrift „*Das Ich und das Es*“, zu verdeutlichen, dass auch das Ich – selbst in seinen höchsten Funktionen des intellektuellen Denkens – zu weiten Teilen unbewusst ist. Und als neue Erfahrung führt er hier ein, dass selbst Schuldgefühle, also ein zentraler Aspekt des Überichs, unbewusst sein können, was neue Rätsel aufgabe (vgl. ebd., S. 254).

Freuds Perspektive war bekanntlich die auf ein Individuum, das in sich sowohl alle inneren, insbesondere auch körperlichen, wie auch äußeren Impulse zu verarbeiten sucht und dabei in seiner Entwicklung spezifischen Herausforderungen und Konflikten begegnet. Für Freud besteht die psychische Herausforderung insbesondere in dem Spannungsverhältnis von Triebgeschehen und kulturellen Anforderungen und der Notwendigkeit, diese in Kompromissen und Verzichtleistungen sowie durch Identifikationen zu bewältigen. Der Gewinn für diesen Preis ist die Stabilisierung des inneren Gleichgewichts mit der Reifung von Ich und Überich und die damit verbundene Integration in die Kulturgemeinschaft, also eine Art sozialer Anerkennung und Integration. Insofern sind die späten, als kulturkritisch bezeichneten Schriften Freuds<sup>1</sup>, die die sozialen Zwänge betonen, denen das Lustprinzip geopfert werde, auch ein Verweis auf das Bedürfnis des Individuums nach Zugehörigkeit zu seinem sozialen Umfeld bzw. zu seiner Großgruppe.

Als Erwachsene verfügen wir alle über ein Ich, das nicht mehr primär nur ein körperliches ist. Vielmehr sind wir in unserem Erleben bestimmt von dem Wissen um bestimmte Ereignisse, die wir kognitiv und ethisch-moralisch, aber auch emotional bewerten und die sich mit unseren körperlichen Reaktionen verbinden. Aber ein nicht geringer Teil körperlicher Empfindungen und Sensationen bleibt entweder vollständig unbewusst oder blitzt nur kurzfristig in unserem bewussten Wahrnehmen auf. Dennoch sind diese körperlichen Vorgänge von entscheidender Bedeutung für unser Erleben. Dies gilt nicht nur für unser eigenes Körpererleben, sondern auch für solche Empfindungen, welche durch Emotionen und körperliche Signale anderer in uns ausgelöst werden – und in uns wiederum eine körperliche Resonanz hervorrufen.

Mit der Weiterentwicklung der psychoanalytischen Entwicklungspsychologie, der Bindungstheorie und Säuglings-/Kleinkindforschung und schließlich mit dem Mentalisierungsansatz von Fonagy und Target entstand zunehmend eine Einsicht in die Bedeutung der psychosozialen und körperlichen Interaktionen für die Entwicklung eines *integrierten* Körper- und Selbstbildes. Dieses bezieht sich in den meisten Ansätzen zunächst auf die Entwicklung des Individuums, allerdings zunehmend unter Berücksichtigung der dabei lebensnotwendigen körperlichen und sozial-emotionalen Interaktionen. Es sind diesen Ansätzen zufolge vor allem die frühen Austauschprozesse des Säuglings mit seinen

---

<sup>1</sup> Jenseits des Lustprinzips, 1920; Die Zukunft einer Illusion, 1927; Das Unbehagen in der Kultur, 1930

relevanten Bezugspersonen, die entscheidend sind für die Entwicklung des Selbst: das Matching, die Imitationen, frühe Inkorporationen und Introjektionen als Vorläufer der Identifikation.

Somit zeigt sich, dass dieses Selbst in seiner Entwicklung immer auch als ein soziales und interpersonell bezogenes gedacht wird – oder in den Worten von Daniel Stern: immer als ein „*self with other*“. Dies bedeutet zugleich, dass sich auch die Selbst- und Objektrepräsentanzen in aufeinander bezogenen Prozessen der Integration von Beziehungserfahrungen Schritt für Schritt entwickeln und ausdifferenzieren. In den dafür bedeutsamen frühen Interaktionen spielt die präsymbolische, von Affekten bestimmte Körpersprache von Beginn an eine entscheidende Rolle.

Als eine Beschreibung der Projektion des Körperlichen ins Psychische lässt sich der von Didier Anzieu eingeführte Begriff des „Haut-Ich“ interpretieren. Bei dieser Art des Selbsterlebens geht es um eine Vielzahl psychischer Phänomene, die sich an körperlichen Erfahrungen orientieren bzw. diese zum Vorbild haben: die Erfahrung der Grenze von Innen und Außen in der Berührung wie in der Trennung, die Erfahrung der Abgegrenztheit oder Durchlässigkeit, des Eindringens von Objekten und des Eindringens in Objekte. Ebenso bedeutsam sind für das psychische Haut-Ich das Erfahren von Oberflächen und Innenräumen, Sichtbarem und Verborgenen, aktiver Einverleibung oder Ausscheidung, Kontrolle und unwillkürlichen spontanen Körpervorgängen. All diese körperlichen Erfahrungen bilden die Grundlage für die Ausbildung von weitgehend unbewussten psychischen Mechanismen, die sich an diese Körpererfahrungen anlehnen, sie zum Modell nehmen für Introjektionen, Projektionen, Spaltungen, Verschiebungen, Leugnungen oder Wachstum.

In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts hat sich in der Psychoanalyse zunehmend eine interaktive Perspektive auf das Subjekt und seine Entwicklung herausgebildet, wobei grundlegende Annahmen dieses Ansatzes im gruppenanalytischen Ansatz von Foulkes bereits vorweggenommen wurden.

Gibt es aber auch so etwas wie ein Gruppen-bezogenes Körperlich bzw. ein gruppales Empfinden von Körperlichkeit? Wie wird die physische Gegenwart der anderen empfunden? Und gibt es dem subjektiven Körperbild entsprechende körperbildliche Phantasien von der Gruppe als Ganzer in den einzelnen Gruppenmitgliedern, die wiederum Rückwirkungen auf die Gruppe bzw. das Geschehen in der Gruppe haben?

Die Bion'schen Grundannahmen in Gruppen legen nahe, dass die Gruppe als Ganze die elementaren psychophysischen Entwicklungsstadien des Kindes phantasmatisch wiederholt: in der ersten Grundannahme geschieht dies in Form eines oral-passiven emotionalen Versorgungswunsches, dessen Erfüllung häufig in einer unterschwellig aggressiven Weise eingefordert wird.

Die zweite Grundannahme in Gruppen, von außen bedroht zu werden und mit Flucht oder Kampf reagieren zu müssen, ist eng mit anal-aggressiven Kontrollwünschen verbunden, trägt aber auch gewisse paranoide Züge, welche die Gruppe phantasmatisch, aber auch in ihrem Körperempfinden gegen „äußere Bedrohungen“ zusammenschweißen. Hier besteht der Wunsch, von den Gruppenleitern beschützt und gerettet zu werden.

In der dritten Grundannahme kommen Erlösungswünsche zum Tragen, die auf ein Paar und ein von diesem eingebrachtes Drittes phantasiert werden, wobei hier die Identifikation mit einem zeugend-erzeugenden Elternpaar stattfindet. Damit gehen auch auf dieses projizierte erotische Wünsche und Phantasien einher und werden in die Gruppe verschoben – nicht ohne eine gewisse ödipale Rivalität der Gruppenleitung gegenüber. In Bions Ansatz begegnen wir somit auch Körperphantasien, die sich auf die Gruppe als Ganze beziehen bzw. in der Gruppe geteilt werden.



Die Grundannahmen werden vor allem durch unbewältigte Konflikte wachgerufen. Dabei mischen sich die unbewältigten Konflikte der Gruppenmitglieder aus ihren Herkunftsfamilien in das aktuelle Gruppengeschehen. Folglich reinszenieren sich die verinnerlichten, unbewältigten Konflikte aus den Familienbeziehungen in der aktuellen Gruppe – zunächst interaktiv körpersprachlich – und können hier nun neu erlebt und aufgearbeitet, d.h. zumindest teilweise auch versprachlicht und verstanden und damit bewältigt werden.

### *Beispiel einer Gruppenszene:*

Bei einer Gruppensitzung war eine Teilnehmerin, ich nenne sie hier Katja, zu spät gekommen. Drei Frauen aus der Gruppe sprachen bei ihrem Eintreffen über Erlebnisse mit ihren als unempathisch erlebten Müttern. Dies taten sie allerdings eher erzählend und auffallend emotionslos. Bei Katja führte dies zu einem plötzlichen Wutausbruch: sie warf den anderen vor, so vor sich hinzuplaudern, es sei alles oberflächliches Gerede. Körperlich wurde dies begleitet von heftiger Anspannung bei ihr, erregten Gesten, blassem Gesicht und lauter Stimme, während die drei beschimpften Teilnehmerinnen überrascht waren, zunächst erstarrten, irritiert waren und sich ungerecht behandelt fühlten. Bei Katja war dies, wie sich später zeigte, verbunden mit der Erinnerung an Situationen, in welchen die Mutter und die älteren Brüder miteinander sprachen und ihr keine Beachtung schenkten. Dieses Gefühl der Ausgeschlossenheit und Unwichtigkeit hatte sich hier für sie reinszeniert. Zugleich zeigte sich aber in dieser Szene, dass die anderen nicht gleichgültig über ihren Protest hinweg gingen, sondern mit Schrecken, dann Rechtfertigung, aber auch Bedauern und Versuchen, die Wut von Katja zu verstehen, reagierten, sich hier also etwas Neues ereignen konnte, das sich von der ursprünglichen Szene unterschied. Auf der körpersprachlichen Ebene war dies begleitet von einer gestischen Dynamik, die von der Polarität Angriff versus Rückzug und Abwehr sich langsam veränderte hin zu einem Ausdruck von Öffnung gegenüber den Bedürfnissen von Katja, zunächst als ein Herantasten und verbunden mit aufkommendem Interesse für das, was Katja zu empfinden schien, auch in den körperlichen Haltungen der Zuwendung, einer Art gestischem Fragen und einem Aufgreifen der Spannung, die sich bei den Beschimpften anstelle der anfänglichen Abwehr zeigte, was zu einer Verminderung der Anspannung bei Katja führte und einer gleichzeitigen Vitalisierung der anderen. Damit war auch die Verleugnung der eigenen Gefühle von Betroffenheit bei den drei am Anfang sprechenden Teilnehmerinnen aufgehoben. Die anderen Gruppenmitglieder blieben vorerst in einer aufmerksam beobachtenden Haltung, wobei auch sie die Anspannung spürten und aufnahmen, sich aber zunächst nicht einmischten.

Das WIR der Gruppe ist keine psychische Instanz im Sinne Freuds. Es entspricht eher einem Empfinden von wechselseitigem Aufeinander-bezogen-sein, das mit emotionalen und entsprechenden körperlichen Reaktionen der Beteiligten einher geht. Diese wirken in die Gruppe zurück als Impulse, die zu neuen Empfindungen und Reaktionen führen. Dabei sind dies bekanntlich nicht ständig heftige Reaktionen und Empfindungen, sondern eher subtil erscheinende Vorgänge, die ich mit einem fließenden Gewässer vergleichen möchte, in dem es immer wieder Strudel oder Wellen, kleine oder größere Hindernisse, Veränderungen der Fließrichtung und -geschwindigkeit, beschleunigende Schwellen oder aber ein Stocken gibt. Dagegen haben auftauchende Szenen, die mit starken Affekten verbunden sind, oder aber in der Gruppe thematisierte Konflikte intensive körperliche Reaktionen zur Folge, wobei sich verschiedene emotionale Anteile in der Gruppe i.d.R. auf verschiedene Teilnehmer\*innen aufteilen. Lachen in der Gruppe kann für alle etwas Angenehmes und in bestimmten Situationen Befreiendes haben. Wird jedoch viel gelacht, so zeigt sich irgendwann eine Ermüdung und nicht selten dann auch die Stimme von mindestens einem Gruppenmitglied, das

spürt, dass hier Widerstände im Spiel sind, etwas weggelacht werden soll. Hierauf folgt als Reaktion meist ein Innehalten, ein Absinken der Stimmung, manchmal eine Art Scham – wobei diese Phase von einem leichten Zusammensinken der Körperhaltung begleitet wird. Diese körpersprachlichen Äquivalente der Stimmung in der Gruppe werden von den Teilnehmenden oft nicht bemerkt und bleiben unbewusst. Es kann aber auch vorkommen, dass ein Mitglied der Gruppe bestimmte Veränderungen wahrnimmt und ausspricht oder kommentiert, z.B. „gerade war es hier noch so lustig – und jetzt?“

Das von Foulkes eingeführte Konzept der Gruppenmatrix hilft uns, zum einen die inneren Dynamiken in der Gruppe, deren Inszenierungen und Verbalisierungen zu erfassen. Dabei sind sowohl die persönlichen Lebensgeschichten wie die Geschichte der Gruppe selbst Teil dieser dynamischen Matrix. Zum anderen ermöglicht die Annahme einer Grundlagenmatrix, diese Dynamiken auch als das Resultat fundamentaler Grundüberzeugungen zu verstehen. Diese umfassen kulturelle Traditionen, grundlegende Annahmen und Definitionen, die sich zum einen in sprachlichen Begriffen und Zuordnungssystemen manifestieren, aber auch nonverbal zum Ausdruck kommen in kulturell verankertem Brauchtum, in Ritualen, Tabus oder Sanktionen.

Während des Gruppenprozesses ist den daran Beteiligten die Wirksamkeit der Matrix in der Regel nicht bewusst, selbst dann nicht, wenn sie ein theoretisches Wissen von derselben haben. Vielmehr befinden sie sich in der Matrix der jeweiligen Bezugsgruppe und sind Teil derselben. Was jedoch im Verlauf der Prozesse aufscheint und sich irgendwann deutlicher zeigt, sind jene Wünsche, Ängste, Konflikte oder Sehnsüchte, die sich in den Interaktionen zwischen den Teilnehmenden aktualisieren und szenisch darstellen. Mit der Zeit werden die wechselseitigen projektiven Erwartungen oder Befürchtungen, die Verwicklungen im Übertragungsgeschehen oder auch Identifikationen sichtbarer bzw. fühlbarer – manchmal sehr schnell und manchmal eher langsam und verborgen. Vieles verläuft in der Gruppe zunächst „subkutan“, also unter der Oberfläche, und bleibt unbewusst. An der Oberfläche zeigen sich zunächst vor allem aktuelle Themen und Konflikte, in welche sich die im Hintergrund vorhandenen basalen Lebensthemen und -konflikte einweben und indirekt artikulieren und erst allmählich sichtbarer und verständlicher werden. Sichtbar werden sie nicht zuletzt, wenn es sich um Themen handelt, die eine hohe emotionale Bedeutung haben und entsprechend mehr oder weniger starke affektive Reaktionen auslösen, die sich auch in körperlichen Signalen „versprachlichen“.

*Zurück zum Beispiel:*

So war in dem oben erwähnten Konflikt zwischen den Gruppenteilnehmerinnen das Reden über die nicht empathischen Mütter scheinbar erzählend distanziert. Unschwellig erzeugten diese Erinnerungen jedoch Gefühle von Trauer und Wut, die unterdrückt wurden, aber von der zuhörenden und sich innerlich ebenfalls angesprochen fühlenden Katja empfunden und in einem heftigen Wutausbruch nicht nur verbal, sondern auch in ihrer gesamten Körpersprache ausgedrückt wurden. Diese Wut galt zweifellos einerseits den enttäuschenden Müttern, um die es hier ging, gleichzeitig aber mir als Repräsentantin dieser mütterlichen Welt: denn mein passives Zuhören und Zulassen dieses Gesprächsverlaufs, der zunächst mit viel Affektabwehr einher ging, wurde von Katja in diesem Moment als Ausdruck fehlender Empathie bzw. von Gleichgültigkeit interpretiert, wie sie diese von ihrer eigenen Mutter erlebt hatte.

Bereits in der ersten Hälfte des vorigen Jahrhunderts waren, angeregt durch Freuds Überlegungen zum Wechselverhältnis von Körper und Psyche, wichtige Beiträge zur psychischen Repräsentanz des

Körperlichen veröffentlicht worden. Zu den frühesten Beiträgen gehören die von Paul Ferdinand Schilder über die Entwicklung des Körperschemas, 1923<sup>2</sup> erstmals in Berlin veröffentlicht, und seine bekanntere Arbeit über die Entstehung des Körperbildes, das 1935 in New York publiziert worden war. Bei diesem Buch ist schon der Titel „*The image and appearance of the human body. Studies in the constructive energies of the psyche*“ vielsagend und aufschlussreich.

Gruppen haben zwar nicht einen gemeinsamen physischen Körper, aber die Mitglieder einer Gruppe kommunizieren auch über ihre Körper und beeinflussen das wechselseitige Empfinden nicht nur mit dem, was sie sprachlich mitteilen, sondern auch – und vermutlich zum Teil noch viel mehr darüber – was sich körpersprachlich subtil bzw. weitgehend nicht bewusst als Paralleltext formuliert und das Empfinden der Gruppenmitglieder beeinflusst. Dabei erlebt selbstverständlich nicht jede Person dasselbe: ein bestimmtes Thema kann auf unterschiedliche Reaktionen und Abwehrmechanismen stoßen. Vergleichen wir aber die Gruppe mit einem Orchester, dann ergeben alle Reaktionen zusammen genommen einen Klang, der im nächsten Moment wieder eine weitere „Vertonung“ hervorruft und so zu einer Art Melodie der Gruppe führt, die zwischendurch immer wieder auch disharmonisch klingen kann. Dies ist Ausdruck der jeweiligen psychischen Verfasstheit und der psychischen Dynamiken in der Gruppe – eine Trennung zwischen Körperempfinden und psychischem Erleben wäre folglich unsinnig.

Uns stellt sich damit die Frage, ob bzw. wie sich jene Begriffe, die sich im psychoanalytischen Diskurs herausgebildet haben, um der somato-psychischen Einheit des Selbsterlebens beim Individuum gerecht werden zu können, auf das dynamische Geschehen in Gruppen beziehen bzw. übertragen lassen.

- Gibt es so etwas wie eine gruppale Körperwahrnehmung (i. S. der body awareness)?
- Gibt es eine Besetzung der Gruppe auch in ihrer physischen Existenz, also eine gruppale Körperkathexis?
- Oder ein gruppenbezogenes Körperselbstbild im Sinne von Schilders body image?

Gerade die Reaktionen in virtuell stattfindenden Gruppen auf die körperliche Nicht-Präsenz machen deutlich, dass beim Blick auf die Zoom-Kacheln einiges sehr vermisst wird, das in präsenten Gruppen möglich ist. Zwar funktioniert der Austausch via Medien in Gruppen durchaus und er kann tiefgehende emotionale Prozesse ermöglichen. Wenn aber z. B. jemand in der Gruppe weint, gibt es in der Präsenzgruppe körperliche Gesten des Tröstens, die sich im Hand-auf-die-Schulter-legen oder auch durch ein In-den-Arm-nehmen ausdrücken können. In der medial verbundenen Gruppe bleibt davon in der Regel die Aussage übrig, „ich würde dich jetzt so gern in den Arm nehmen“.

Es scheint mir berechtigt, davon auszugehen, dass es sich bei der körpersprachlichen Kommunikation in Gruppen um eine Ausdehnung von Empfindungen einzelner auf die Gruppe handelt, bei der Gefühle, die ein Mitglied ausdrückt, von der Gruppe in einem körpersprachlichen Dialog moduliert und modifiziert werden. Die Gruppe als Container hat immer wieder auch die Funktion, diffuse Empfindungen, die in körperlich-affektiven Signalen auftauchen, aufzufangen, ihre Schwingungen zu erfassen und allmählich in andere, mildere Empfindungen zu transformieren –

---

<sup>2</sup> Schilder, P.F. (1923): Das Körperschema. Ein Beitrag zur Lehre vom Bewußtsein des eigenen Körpers. Berlin; ders. (1935): *The image and appearance of the human body. Studies in the constructive energies of the psyche*. New York 1950.

nicht anders, als es Bion für die Transformation von beta-Elementen in alpha-Elemente im körpersprachlich-emotionalen Austausch zwischen Mutter und Säugling beschreibt.

Körper-Bild und Körper-Kathexis sind Phänomene, die sich auch im erweiterten Rahmen von Gruppen finden und oft eng aufeinander bezogen sind. Libidinöse Besetzungen einer Gruppe sind Ausdruck enger Verbundenheit und eines Zusammengehörigkeitsgefühls. Auch, wenn Konflikte und Ambivalenzen ein normaler Teil von Gruppenbeziehungen sind, wird die Gruppe als Ganze von ihren Mitgliedern in der Regel als hilfreich erlebt und positiv besetzt, einzelne Mitglieder der Gruppe werden evtl. unterschiedlich stark von jedem Einzelnen in diese Besetzung einbezogen – ähnlich der unterschiedlichen Besetzung verschiedener Familienmitglieder oder auch einzelner Teile des eigenen Körpers. Es bildet sich dabei ein mehr oder weniger bewusstes Bild von der Gruppe als einer Einheit, die auch als körperliche Einheit bzw. als Bezugsobjekt wahrgenommen wird. Sichtbar und evtl. bewusst wird dies z. B. bei Mannschaftsspielen, bei akrobatischen Gruppen oder einem Ballettensemble. Orchester werden inzwischen häufig als Klangkörper bezeichnet, wobei es hier nicht allein um die physische Anwesenheit der Orchestermitglieder geht, sondern um das Gesamt von Personen, Instrumenten und der in einem Orchester entwickelten Spielweise und Klangqualität.

Von der Existenz körpernaher Empfindungen und Assoziationen in Gruppen auszugehen ist schon darum plausibel, weil Individuen ihre frühesten körperlichen Erfahrungen in Interaktionen und Austauschprozessen mit Menschen in ihren Familiengruppen machen. Zugleich finden sich in den Herkunftsgruppen meist auch die Auslöser für Störungen des Körperbildes und Körpererlebens, bedingt durch mangelndes Eingehen auf die Bedürfnisse des Kindes, durch emotionale wie physische Grenzüberschreitungen oder übergroße Distanz, durch Missachtungen, Misshandlungen und Störungen in den Interaktionen. Fonagy und Target sprechen diesbezüglich von einer fehlenden oder unzureichenden Mentalisierung. Die Folgen dieser Unzulänglichkeiten reproduzieren sich ebenfalls in den verschiedenen Interaktionen im Gruppenprozess.

Einen hilfreichen Zugang eröffnet auch die Auffassung des französischen Phänomenologen Maurice Merleau-Ponty, der den Begriff der „*Zwischenleiblichkeit*“ einführt. Damit bezeichnet er die prä-reflexive und prä-objektive Einheit des Leibes, in welcher kein Ich und kein Selbst auftritt, da die Schranke zu dem Anderen nicht greifbar sei. Es gebe vielmehr eine ursprüngliche Allgemeinheit, in die wir verwickelt sind. Denn: Der „Anderer“ und mein Leib entstehen, so seine Begründung, gemeinsam aus der ursprünglichen Ekstase. Er schreibt:

„Die Anderen sind (...) da (...) zum Beispiel in der Art, wie wir mit ihnen im Zorn oder in der Liebe in Berührung kommen.“ Und weiter: „Es sind Gesichter, Gebärden, Worte, auf die wir mit unseren Blicken, Gebärden und Worten antworten, ohne ein Denken dazwischenzusetzen. (...) jeder trägt die Anderen in sich und wird durch sie in seinem Leib bestätigt“ (2003, 264; 274).<sup>3</sup>

Jörg Scharff, nach dessen Buch „*Psychoanalyse und Zwischenleiblichkeit*“ ich Merleau-Ponty hier zitiert habe, erkennt in der Zwischenleiblichkeit eine Geschehenslogik, in der

„die Unmittelbarkeit zumeist subliminal ablaufender sinnlicher Wahrnehmungsprozesse die Beziehungserfahrung prägt: ...“. (ebd.) Dies sei einem primären Verstehen gleichzusetzen, dem erst nachträglich ein reflektierendes Verstehen folge.

---

<sup>3</sup> Merleau-Ponty, M. (2003): *Das Auge und der Geist. Philosophische Essays*. Hamburg: Meiner; zit. n. Scharff, J.M. (2021). *Psychoanalyse und Zwischenleiblichkeit*. Klinisch-propädeutisches Seminar. Frankfurt a.M.: Brandes & Apsel, S. 7f.

Diese Art von Zweizeitigkeit ist nach Scharff bestimmend für den analytischen Verstehensprozess, die nach Ogden mit einer körperlichen, insbesondere viszeralen Wahrnehmung der therapeutischen Begegnung beginne und beide Personen (Patient:in und Therapeut:in) umfasse.

Im Gruppenprozess haben wir es mit einer Erweiterung dieser Umfassung zu tun, die alle Gruppenmitglieder einbezieht, auch wenn die körperlichen Wahrnehmungen der Einzelnen unterschiedlich intensiv sein können. In der Matrix der Gruppe entwickelt sich ein fortwährendes Schwingen zwischen körperlichen Eindrücken und Resonanzen, die wiederum in den Gedanken, Gefühlen und im Körper neue Assoziationen und Impulse hervorrufen und das dynamische Geschehen in der Gruppe bestimmen, wobei dies zu großen Teilen unbewusst geschieht. Jedoch ergeben sich daraus immer wieder auch Narrative und Interpretationen, die dem Erleben eine Bedeutung zuschreiben und ihm einen symbolisierten Sinn verleihen.

Die Sicht auf psychodynamische Prozesse wurde durch die Gruppenanalyse entscheidend erweitert: bewusste und unbewusste psychische Dynamiken ereignen sich nicht nur intrapsychisch oder in dyadischen bzw. triadischen Bindungsbeziehungen, sondern auch zwischen verschiedenen Menschen innerhalb einer Gruppe – im Zwischen der körperlichen, affektiven und mentalen Präsenz der Gruppenmitglieder. Inzwischen ist dieses Verständnis von vernetzten unbewussten Kommunikationen durch die relationale Psychoanalyse auf eine breitere Grundlage gestellt worden.

Ein weiterer wichtiger Aspekt sind die jeweiligen Gefühlserbschaften der einzelnen aus ihren familialen Herkunftsgruppen, die sich mit den in sozialen Großgruppen unbewusst weiter gegebenen Gefühlserbschaften wiederum vernetzen und durchdringen. Diesen Einflüssen kommt eine wichtige Funktion innerhalb des Gruppenprozesses zu: denn diese Gefühlserbschaften sind ein überwiegend unbewusster Teil der eigenen Identität. In der Regel entstehen gerade hier auch Störungen in der Entwicklung der Individuen, die immer die Folge von – oft bereits vorhandenen – Störungen des Beziehungsgeschehens in der familialen Herkunftsgruppe und häufig zugleich in der umgebenden sozialen Bezugsgruppe sind. Diese Störungen sowie daraus entwickelte Formen eines „falschen Selbst“ im Sinne Winnicotts werden im gruppenspezifischen Geschehen in Form von Übertragungen und Reinszenierungen reaktualisiert, insbesondere in der Wiederholung von konfliktreichen und verletzenden affektiven Beziehungen und ihren somatopsychischen Entsprechungen.

Die Gruppe dürfen wir dabei nicht einfach nur als eine physische Entität verstehen, die aus einer Anzahl von aufeinander bezogenen Menschen besteht. Denn zugleich existiert die Gruppe immer auch als Phantasma in der Vorstellungswelt jedes seiner Mitglieder, jede Person erlebt die Gruppe aus ihren spezifischen inneren Empfindungen und Bildern (Imagines) heraus. Und diese inneren Bilder von und Projektionen auf die Gruppe wirken in diese sowohl formend wie ggf. auch als Störung zurück. Es macht Sinn, davon auszugehen, dass eine Art geteilter Imago von der Gruppe entsteht, die sich aus den inneren Bildern, die sich jedes Mitglied der Gruppe von dieser macht, zusammensetzt und fortlaufend neu formiert. Das weitgehend unbewusste Selbstbild der Gruppen wird zudem geformt durch die Arten der körperlichen Präsenz, des Interagierens mit Blicken, Gesten, mimischem Ausdruck, der Körperhaltung und allen sonstigen Daseins- und Ausdrucksformen ihrer Mitglieder. Gelegentlich wird auf körpersprachliche Ausdrucksformen Bezug genommen, wird nach Bedeutungen oder Intentionen gefragt. Aber zu einem großen Teil erfolgt die „Kommentierung“ non-verbal in Form von körperlichen Reaktionen. Zum Gegenstand gemeinsamer Reflexion werden sie möglicherweise dann, wenn bestimmte Gesten, Bewegungsabläufe oder andere körperliche Signale sich plötzlich verändern oder in bestimmter Weise auffällig sind. Die libidinöse Besetzung der

Gruppe ist aber vor allem davon abhängig, in welchem Maße es den Einzelnen in der Gruppe gelingt, sich von dieser angenommen und als zugehörig zu fühlen, gerade auch im Fall von (körper-) sprachlichen Abweichungen und irritierenden Gesten.

*Beispiel:*

Eine Teilnehmerin in meiner Gruppe gestikulierte häufig mit geballten Fäusten – was zu ihren Schilderungen von leidvollen Erfahrungen in ihrer Familie passte, ihr aber nicht bewusst war. Sie gab damit von sich das Bild eines Menschen, der sich regelrecht durchs Leben hatte durchboxen müssen. Als dies auf eine empathische Weise irgendwann in der Gruppe ausgesprochen wurde, folgte auf die Überraschung eine merkbliche Entspannung und Zufriedenheit, sie sah sich in ihrem Kampf darum, gesehen und wahrgenommen zu werden, anerkannt. Vermutlich wäre diese intensive Körpersprache in einer virtuellen Gruppe vor dem Bildschirm nicht sichtbar geworden, da sich die Teilnehmerin darin selbst gesehen und ihre intensive Gestik sehr wahrscheinlich kontrolliert bzw. weitgehend unterdrückt hätte.

Das Zusammenspiel der somato-psychischen Kommunikationen in der Gruppe erzeugt ein dynamisches Kräftefeld wechselseitiger wie zugleich auch gemeinsamer körperlich-affektiver Signale und Reaktionen. In Anlehnung an die Bezeichnung von Orchestern als „Klangkörper“ würde ich darum die Gruppe als einen „Resonanzkörper“ bezeichnen, d.h. als den Ort, an dem durch die verschiedensten Äußerungen und Signale, die körperlich und mental choreographiert werden, gleichzeitig körpersprachliche Antworten entstehen, die einen proto-symbolischen Charakter haben. Dabei kann es auch zu Dissonanzen kommen, rhythmischen Ungleichzeitigkeiten, Spannungen – wie wir das am ehesten vom Free-Jazz kennen. Aber das scheinbar Dissonante bleibt immer aufeinander bezogen und führt am Ende auch wieder in eine Art von Zusammenführung der Stimmen. Wenn es tatsächlich an bestimmten Punkten zu einem Gefühl des Ein-Verständnisses kommt, wird dies von den Beteiligten als harmonisches Übereinstimmen erlebt, das nach meiner Auffassung den von Daniel Stern<sup>4</sup> beschriebenen Gegenwartsmomenten entspricht.

Die Gruppe ist, wenn sie sich im Internet begegnet, noch immer hörbar und in gewisser Weise sichtbar. Emotionen und Affekte werden auch hier nicht nur durch Mitteilungen erfahrbar, sondern auch über die Stimme, die Mimik, bestimmte Gesten. Aber der Körper ist nicht vollständig präsent (außer, ein Gruppenmitglied steht gerade mal auf, dann aber in der Regel, um etwas zu holen oder das Licht im Raum zu regulieren, es wendet sich in dem Fall also ab). Was in virtuellen Begegnungen nicht sichtbar ist und oft auch vermisst wird, sind der Blickkontakt, die Nähe und Spürbarkeit der Körper der anderen, der eher nicht offiziell vermisste, aber doch in der Gruppe auch unterschwellig bedeutsame Geruch der anderen – und die Choreografie der Körper in ihrer Gesamtheit. Stattdessen erleben die Teilnehmenden in der virtuellen Begegnung, dass jedes Gruppenmitglied auch sich selbst sieht, was oft zu klammheimlichen Korrekturen des Gesichtsausdrucks, der Haare oder der Oberbekleidung führt. Und wir schauen statt auf den Körper der anderen in einen mehr oder weniger großen Ausschnitt des Wohnbereichs der Beteiligten, der häufig als eine Art Erweiterung des Körperselbst empfunden wird, es ergibt sich also ein partiell intimer Einblick in die Lebenswelt der anderen. Nicht selten kommt es sogar zur Kommentierung eines Elements, z.B. eines Bildes im Hintergrund oder des Ausblicks aus einem sichtbaren Fenster etc. Der koenästhetische Bezug wird

---

<sup>4</sup> Stern, D.N. (2007). Der Gegenwartsmoment. Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag. 2. Aufl. Frankfurt a.M.: Brandes & Apsel.

gewissermaßen plattgedrückt durch die flache Scheibe des Bildschirms, auf der jede und jeder, die eigene Person wie die anderen, als Büste in einer Kachel erscheinen.

Bei Personen, die über ein Smartphone an der Gruppe teilnehmen, ist zudem die Sicht auf alle Beteiligten sehr verkleinert. Das kann zur Folge haben, dass den Stimmen mehr Aufmerksamkeit geschenkt wird und dem, was verbal mitgeteilt wird. Wie diese Veränderungen die assoziativen Prozesse in der Gruppe verändern, darüber können wir m. E. noch nicht wirklich viel sagen. Zwar erleben wir, dass auch im virtuellen Raum Träume, Assoziationen, Phantasien zu den Narrativen der Anderen auftauchen und sich ein dynamisches Geschehen entfalten kann, in dem Emotionen und emotionale Reaktionen auftreten, Resonanz möglich ist oder sich Widerstände bemerkbar machen. Wie und wodurch sich Internetgruppen aber von physisch präsenten in ihren unbewussten Kommunikationen unterscheiden, lässt sich bislang eher erahnen als wirklich erfassen und bedürfte systematischer Forschung. Gleichwohl scheint es für alle Teilnehmenden spürbare Unterschiede zu geben, denn in jenen Gruppen, die sich vor der Corona-Pandemie regelmäßig persönlich trafen, gab es ein hörbares Aufatmen, als dies nach dem Lockdown wieder möglich war.





## Referent\*innen

*Prof. Dr. Dr. Thomas Fuchs*

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Karl Jaspers-Professur für Philosophische Grundlagen der Psychiatrie und Psychotherapie und Leiter der Sektion „Phänomenologische Psychopathologie und Psychotherapie“ der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Klinikum der Universität Heidelberg.

*Prof. Dr. Reinhard Plassmann*

Facharzt für psychotherapeutische Medizin, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Psychoanalytiker (DPV), Professor an der International Psychoanalytic University Berlin; Lehranalytiker am Institut für Psychoanalyse Stuttgart-Tübingen, am Alexander-Mitscherlich-Institut Kassel; in Tübingen in eigener psychotherapeutischer Praxis tätig.

*Prof. Dr. Angela Moré*

Apl. Professorin für Sozialpsychologie an der Leibniz Universität Hannover (Institut für Soziologie); Gruppenanalytikerin, Gruppenlehranalytikerin (D3G); Mitbegründerin des gruppenanalytischen Instituts GIGOS Hannover; externe Supervisorin am Seminar für Gruppenanalyse Zürich (SGAZ).

---

**Berufsverband der Approbierten Gruppenpsychotherapeuten e.V. (BAG)**

Geschäftsstelle

Max-Kosler-Straße 12

01328 Dresden

E-Mail: [geschaeftsstelle@gruppenpsychotherapie-bag.de](mailto:geschaeftsstelle@gruppenpsychotherapie-bag.de)

---