
Geleitwort

*„Glattes Eis
Ein Paradeis,
Für den, der gut zu tanzen weiß.“*

Friedrich Nietzsche

„Achtsamkeit dem Leibel!“ wäre eine passende Leitmaxime für alle 58 Beiträge dieses Buches über Funktionelle Entspannung, eines der wichtigsten und am meisten verbreiteten Verfahren körperorientierter Psychotherapie. Der Band bietet klar konzipierte und verständlich formulierte Kapitel zu Theorie und Methodik der Funktionellen Entspannung und vor allem eine anschauliche Darstellung der breiten Anwendungsmöglichkeiten des Verfahrens in der stationären und ambulanten Psychotherapie sowie in den Arbeitsfeldern Beratung und Pädagogik.

Marianne Fuchs hat nach dem Zweiten Weltkrieg die Funktionelle Entspannung in engem Austausch mit Richard Siebeck und Viktor von Weizsäcker als ein Therapieverfahren der „anthropologischen Medizin“ begründet. Sie entsprach damit dem Wunsch von Internisten und Neurologen nach einem Zugang zu Kranken mit funktionellen Störungen, der es ermöglicht, unmittelbar auf die körperliche oder körperbezogene Symptomatik einzugehen, als dies der auf neurotische Konflikte fokussierenden psychodynamischen Psychotherapie möglich war. Sensibilisiert durch Erfahrungen in der Krankengymnastik und der unterstützenden Behandlung ihres an Asthma leidenden eininhalbjährigen Sohnes richtete Frau Fuchs ihre „feinspürende“ Aufmerksamkeit auf die Wahrnehmung und Klärung propriozeptiver Prozesse sowie auf die autonome Steuerung der Atemrhythmik. Sie fand, dass sich auch hartnäckige Symptome oft rasch besserten, wenn es ihr gelang, Auffälligkeiten in diesem Bereich als Störung zu verstehen, die durch „Abwärtseffekte“ zustande kommen: Psychische Konflikte oder Beziehungsprobleme können auf höheren Systemebenen nicht gelöst werden, ihre körperlichen Begleitreaktionen wirken störend auf „autonome“ Funktionen. Offenbar erleichterte der einfühlsame und rücksichtsvolle Umgang mit Symptomen und Empfindungen ihren Patienten, den ursprünglichen Zusammenhang wahrzunehmen und anzuerkennen. Damit wuchs die Bereitschaft der Kranken, die Kompetenz ihrer „Behandlerin“ auch in überwiegend „verbaler“ Psychotherapie zu nutzen. Während der 90-er Jahre gelang es Frau Fuchs zusammen mit einer größeren Arbeitsgruppe um Thure von Uexküll und Hans Müller-Braunschweig, die theoretischen Grundlagen der Funktionellen Entspannung im Zusammenhang moderner Wissenschaftstheorie und der psychoanalytischen Selbstpsychologie klärend zu überarbeiten („Subjektive Anatomie“ 1994) und damit die An-

schlussfähigkeit des Verfahrens an die übrigen Therapiekonzepte der Psychosomatischen Medizin noch einmal zu verbessern.

Das Werk erscheint anlässlich des 100. Geburtstags von Marianne Fuchs. Vor 60 Jahren war sie mit ihrem Projekt ihrer Zeit weit voraus. Angesichts der gegenwärtigen Neuausrichtung der Wissenschaften auf die leibliche Fundierung unserer Existenz erscheint ihr Ansatz erstaunlich aktuell. Diese Wende zum „embodiment“ vollziehen nicht nur Entwicklungspsychologie und Psychotherapie (u.a. Fonagy und Mitarbeiter), sondern auch Philosophie, Kognitions- und Kommunikationswissenschaften, die unter diesem Titel intensiver als je zuvor in vielfältigen Projekten zu kooperieren beginnen. Formulierungen, wie sie sich heute in den Titeln von Publikationen aus der Philosophie oder der Erforschung artifizierlicher Intelligenz finden, wären noch vor wenigen Jahren so kaum denkbar gewesen: z.B. „Philosophy in the Flesh“ (G. Lakoff and M. Johnson 1999) oder „How the Body Shapes the Way We Think“ (R. Pfeifer and J. Bongard 2007).

Damit erkennen wir heute deutlicher, dass die Aktualität der funktionellen Entspannung auch dadurch begründet ist, dass sie implizit eine Grundorientierung enthält, die Frau Fuchs ihrer Teilhabe an der seinerzeitigen Diskussion der Heidelberger Psychosomatiker mit Philosophen verdankt, die sich mit der Leiblichkeit des Menschen befassten. Aus dieser Sicht bieten die Autorinnen und Autoren dieses Buches – die meisten hatten Marianne Fuchs noch zur Lehrerin – auch einen wohl nirgendwo sonst zu findenden Erfahrungsschatz zur Einführung in diese auch für die Medizin grundlegende Forschungsrichtung an.

Prof. Dr. med. Karl Köhle

Ehem. Direktor der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie
der Universität zu Köln