

Drei Bausteine der LPP

- Einleitung aus der Vogelperspektive: ca. 25 ernstzunehmende Verfahren/Methoden
- Versuch, diese zu vergleichen: Theorie – Theorie der Praxis – Praxis
- PA: 70/20/10 – Pessó-Boyden: 10/20/70 – Ziel für LPP: 40/20/40

Bei diesem psychotherapeutischen Ansatz handelt es sich um ein ganzheitliches Konzept, dass von der Einheit der Person ausgeht:

- ✚ Die Praxis/Technik der LPP,
- ✚ die Persönlichkeit (das Format, die soziale Geschicklichkeit, das gelebte Leben, das Können) der Psychotherapeutin,
- ✚ das Menschenbild bzw. der Verständnis von Behandlung und Wissenschaft des Psychotherapeuten.

1. Die Praxis/Technik

LPP hat eine technische Ausführungsseite, die nicht ohne die beiden anderen Seiten gedacht werden kann. Viele geben sich aber mit der Technik zufrieden und verfehlen damit das Gesamtkonzept von LPP.

Die Technik ist mit intensiver Übung in ca. drei bis fünf Jahren zu erlernen. In der Ausbildung nimmt diese Seite zunächst den größten Raum ein.

2. Die Persönlichkeit der Psychotherapeutin

Diese Kategorie ist getragen vom Person-Begriff. Die Psychotherapieforschung belegt eindeutig, dass die Persönlichkeit und die Fähigkeit des Psychotherapeuten, persönlich in Beziehung zu gehen, ein großartiger Heilfaktor darstellt. Die LPP würdigt diesen oftmals vernachlässigten Faktor. Die Person-Werdung kann innerhalb der kurzen Ausbildung jedoch nur angeregt werden. Durch eigene Strukturen wird der Impuls zur Selbstwerdung intensiviert.

3. Das Menschenbild

Die LPP gehört zur Humanistischen Psychotherapie und trägt ein Menschenbild in sich, das den Psycho-Soma-Dualismus oder die Dreiteilung von Körper, Geist und Seele hinter sich lässt. Das ist nicht leicht, weil wir in einer jahrhundertlange Tradition der Spaltung und Reduktion wie selbstverständlich aufgewachsen sind. Therapeut*innen der LPP sehen den Menschen als kompakte Einheit, in der alles mit Al-lem in Verbindung steht: Organismus, Beziehungen, Umwelt, Lebensgeschichte.

Auf unser Thema bezogen, muss man feststellen, dass sich der Wissenschaftsbegriff in Psychologie und Psychiatrie (ausgehend von Descartes) seit den 1990er Jahren extrem verengt hat. Hier geht es um „Objektivität“ in naturwissenschaftlichem Sinne, die letztlich nur mittels quantitativer Methoden zu erreichen ist.

Ansätze zur Auflösung der cartesianischen Körper-Seele-Spaltung finden sich am ehesten in der Philosophie, insbesondere in der Phänomenologie des Leibes. Der Begriff „Leib“ wird im Deutschen traditionell für Leben, Person und Körper, also den beseelten Körper in seinem Lebensvollzug verwendet. So *erleben* wir etwas am eigenen Leib, wohingegen wir es am eigenen Körper *spüren*. Der Leib umfasst also alle Dimensionen menschlichen Erlebens, er ist der erlebende und sich selbst erlebende Körper (Leib sein und Körper haben).

Das „alte“ Menschenbild der Spaltung (Körper-Geist/Seele, Selbst-Mitmenschen, Mensch-Umwelt, Subjekt-Objekt, Gegenwart-Vergangenheit) tragen wir wie selbstverständlich in uns und tradieren es sogar, ohne es zu wollen. Hier ist eine lebenslange Entwicklung zur Einheit bzw. Ganzheit notwendig. Pioniere gibt es genug (z. B. Binswanger, Erwin Straus und in der Gegenwart Thomas Fuchs). Dazu gehören auch Albert Pesso und Diane Boyden-Pesso.

Wir müssen aber gegen diese „zerstörerische“ Tradition anarbeiten, die in Forschung, Politik, Medien und eben Psychotherapie zum Ausdruck kommt. Die erste Gegenbewegung für uns und für Patienten ist zunächst, Zusammenhänge herzustellen. Das kann in Strukturen und Supervision gefördert werden.

- ✚ Umgang mit den Menschen – von Subjekt zu Subjekt. Die Therapeutin ist die Assistentin des Patienten. Sie hilft bei der Selbstwerdung. Den Weg geht dann der Patient selbst.
- ✚ Alles hängt mit Allem zusammen (zunächst entsteht ein „Dschungelgefühl“).
- ✚ Die Initialisierung im LPP-Therapiesetting ist die Errichtung der MKS.

Wir geben die Therapieziele von außen nicht vor im Gegensatz zu anderen therapeutischen Methoden: Anpassung an die Arbeitswelt und Gesellschaft, lieben und arbeiten können usw. Die Entfaltung des eigenen Selbst liegt vielmehr in den Händen unserer Gegenüber. Sie oder er wird ihrer/seiner Wahrheit folgen. Zum Menschenbild in der LPP gehört der Energiebegriff von: Leben will mehr Leben. Um „mehr leben“ zu können, müssen die Lebensbedingungen stimmen. LPP kann deshalb als „Bedürfnispsychologie“ bezeichnet werden. In welche Richtung die Suchenden sich bei symbolisch erfüllten Bedürfnissen in ihren Lebenswelten hinbewegen, muss ihnen überlassen werden. Wir bieten einen Rahmen mit dem Konzept der Grundbedürfnisse, mit Ideen von Polaritäten, mit Vorstellen des Bewusstseins, des Piloten und der persönlichen Einzigartigkeit.