

FEDERACION EUROPEA DE PSICOTERAPIA- ANALISIS BIOENERGETICO

Respuestas a las 15 preguntas sobre la validez científica del Análisis Bioenergético

Diciembre, 2004
(Trad. Luís Naranjo Espejo)

1. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque tiene claramente definidas sus áreas de indagación, investigación, aplicación y practica

1.1 Definición: Análisis Bioenergético (AB) es un método psicoterapéutico cuyas raíces se remontan al psicoanálisis de Freud. En contraste con el psicoanálisis, que se centra en fantasías, pensamientos y sueños como únicas expresiones del inconsciente, el AB, además, presta detallada atención a la expresión corporal del paciente, que se manifiesta en gestos, mímicas, voz y tipos de respiración. Frente a la separación de cuerpo, mente y espíritu, el AB los concibe como una unidad indivisible, por lo que cada uno influye en los otros y donde las intervenciones terapéuticas sobre una modalidad pueden tener efecto sobre las otras.

El AB fue desarrollado originariamente por Wilhelm Reich, alumno, colega y posteriormente acérrimo crítico de Freud. Introdujo el concepto de armadura caracterológica, que significa que ciertas experiencias emocionalmente traumáticas, a menudo procedentes de la primera infancia, pueden causar una tensión sustancial de ciertas regiones musculares y con ello una desvitalización del estado afectivo como protección del espíritu. El “Análisis del Carácter”, el escrito más famoso de Reich, (Reich, 1945), describe y explica las estructuras físicas y expresivas en términos de ciertas neurosis e introduce al lector en un número de técnicas psicoterapéuticas corporales. Dos de sus alumnos (y pacientes), John Pierrakos y Alexander Lowen, ampliaron las ideas de Reich. Pierrakos desarrolló una forma de psicoterapia corporal conocida como “Core Energetics” y Lowen desarrolló el AB tal como se conoce hoy día. La Bioenergética en la actualidad significa manejar la “energía de la vida”; las expresiones somáticas, afectivas y psíquicas están controladas por un mecanismo común dependiente de la energía biológica.

1.2. Áreas de indagación

Alexander Lowen (1958, 1975), basándose en sus propias experiencias con Wilhelm Reich y estudiando cuidadosamente a sus pacientes desde el punto de vista de su estructura física, apariencia y facilidad de movimiento, de sus extremidades, su pecho y su región pélvica, su tipo de respiración, su mímica facial, expresión de los ojos y de los gestos, concluyó que los seres humanos pueden dividirse en cinco estructuras de personalidad básicas: esquizoide, oral, masoquista, narcisista y rígida. Estas expresiones tienen su base en el concepto freudiano de fases de desarrollo; estas fueron explicadas con más detalle e investigadas por Keleman (1981) y también por Johnson (1985), prestando el primero más atención a la anatomía de la persona y el segundo a tratar de compaginarlas con Freud. Dependiendo de cuando

ocurrieron ciertos déficit o traumas durante el desarrollo y de los intentos de hacerle frente, así como de su repetición, emergería una u otra forma de carácter, manifestándose también en la estructura física de la persona. El AB, como psicoterapia, analizaría el déficit, trauma o conflicto no resuelto, hallaría alguna interacción física o verbal para ponerlo de manifiesto y ayudaría al paciente a descubrir la manera de curarlo. Lowen ha descrito en muchos casos ilustrativos como actúa; de hecho, ha desarrollado también lo que se llama una “lectura corporal”, mediante la que puede leer prácticamente la estructura de carácter de una persona analizando la estructura corporal y los tipos de tensiones musculares. Sus conceptos teóricos y prácticos están basados todos ellos en observaciones personales y necesitan validación científica. El punto sobre investigación mostrará que la comunidad bioenergética se ha comprometido activamente desde hace años en suplir esta carencia.

1.3. Aplicaciones

De lo anterior se deduce que el AB es una forma de psicoterapia corporal útil para adultos que sufren trastornos neuróticos y psicosomáticos. Hasta que punto es útil para los sicóticos se desconoce por el momento, ya que no se tienen publicaciones referidas al tratamiento de estos trastornos. Asimismo, la aplicación del AB a los niños y sus trastornos (Ventling 2001) esta en sus comienzos, aunque algunas publicaciones comienzan a aparecer. De entrevistas y datos de investigación (ver punto 1.4) sabemos que la mayoría de nuestros pacientes adultos pueden clasificarse, según el ICD-10, en la clase F4, es decir, con trastornos neuróticos, tales como fobias, trastornos de pánico, ansiedad, trastornos compulsivos, problemas de adaptación, depresiones con o sin complicaciones psicosomáticas, etc. Una porción menor sufre de trastornos de comportamiento y de personalidad y se clasifican en la clase F6; aproximadamente la misma proporción sufre de trastornos afectivos, clase F3. (Gudat 1997; Ventling & Gerhard 2000; Bertschi 2003).

1.4 investigación

Históricamente hablando, desde hace muchos años no se había planteado si el AB era una forma eficaz de psicoterapia, en que se basaba exactamente la formación de los psicoterapeutas, cual era la población de terapeutas y de pacientes, si las técnicas psicoterapéuticas seguían conceptos y reglas definidos y de que dependían, etc. etc. Muchas de estas cuestiones surgieron en los últimos años procedentes de los Departamentos de salud, compañías de seguros y leyes sobre la salud en varios países, y esto se convirtió frecuentemente en una cuestión política. También se cuestiono desde dentro de la comunidad bioenergética. Hasta entonces era costumbre publicar historias exitosas de psicoterapia (no solamente en el AB) en forma de viñetas o de historias completas, y ello se consideraba prueba suficiente de que la modalidad de psicoterapia descrita era de confianza y por consiguiente recomendable.

En algunos países, sobretodo Alemania, Italia, Suiza y algún otro, la legislación demanda una definición precisa de la formación de los terapeutas, pruebas científicas del método en términos de su eficacia, y de los conceptos y teorías que subyacen al método. Esta exigencia legal de una definición exacta de la psicoterapia ha supuesto demandas considerables sobre la comunidad bioenergética e iniciado un cambio en el planteamiento de la investigación. Una de las primeras cuestiones referentes a la investigación es simplemente: *es el AB eficaz, y si es así, produce resultados duraderos?* Gudat (1997), en Alemania, fue el primero en emprender un

estudio exacto, investigando la población de pacientes (según el DMS-IV), haciendo estadísticas sobre su edad, duración de la terapia, los problemas psicosomáticos y su resolución etc. por medio de cuestionarios enviados después del término de la terapia. Los resultados de este estudio cuantitativo, que fueron muy positivos, siguieron con un estudio similar de eficacia, en que, además se anotó la formación de los terapeutas, se clasificó la población de clientes de acuerdo con el ICD-10, la eficacia de las interacciones corporales, etc. sobre los nuevos descubrimientos de los pacientes, y además, el éxito de la terapia en términos de la duración de sus efectos después de su conclusión, todo ello por medio de cuestionarios (Ventling & Gerhard 2000). De nuevo este estudio aporta pruebas de la eficacia del AB y de sus duraderos resultados terapéuticos. Un seguimiento reciente (Bertschi 2003) enfatizando el grupo F4 de trastornos neuróticos y preguntando a anteriores pacientes con diferentes cuestionarios usados previamente llegó a la misma conclusión. Con estos tres estudios retrospectivos queda claro que la eficacia del AB ha sido suficientemente probada, y otros estudios nuevos se están centrando sobre el proceso durante la terapia y sobre la relación terapeuta-cliente. Por ejemplo, un estudio referente a psicoterapias de orientación corporal de varias escuelas europeas, incluido el AB, y que todavía está por concluir, ha proporcionado unos datos preliminares muy prometedores (Koemeda-Lutz y otros. 2003b), y un segundo con una investigación mucho más amplia, bajo los auspicios de la CHARTA Suiza, una organización que abarca más de 20 escuelas psicoterapéuticas diferentes, incluyendo representaciones desde las de orientación psicoanalítica, cognitivas y de orientación corporal en Suiza, empezará en 2005.

Los conceptos de Lowen, tales como el uso del lenguaje corporal además de la expresión verbal, el concepto de interacción física, los beneficios de hacer ejercicios, el concepto de las estructuras de carácter y su expresión corporal en términos de su apariencia física, etc. necesitan ser validados de manera científica (Ventling 2002). La lista de las viñetas de casos publicadas y las historias completas de casos testifican de forma descriptiva que los conceptos de Lowen son de ayuda y posiblemente válidos (ver “Lista de la historia de casos” en las referencias). Aquí debe hacerse una mención especial a Fehr (1998, 2000) por su esfuerzo en establecer un cuestionario que defina claramente la estructura de carácter de una persona, y a Koemeda-Lutz por su esfuerzo por demostrar una relación estadística válida entre la lectura corporal y la estructura de carácter (Koemeda-Lutz 2001, Koemeda-Lutz & Peter 2002; Koemeda-Lutz, Peter & Emmenegger 2003c).

1.5. Práctica

AB es una forma de psicoterapia en la que se combinan dos lenguajes: el verbal y el lenguaje corporal. El lenguaje verbal no necesita explicación, pero el lenguaje corporal posiblemente sí. Distinguimos entre los llamados “ejercicios” y las intervenciones corporales. Lowen (Lowen & Lowen 1979) y otros seguidores (Sollman 1988; Dietrich & Pechtl 1991) han descrito “ejercicios” físicos cuyo propósito es tener una mejor conciencia del cuerpo y de sus partes, especialmente las que están tensas, pero también sentirse más vivo, o como Lowen lo llama, más vibrante. Algunos ejercicios intentan llevar a la persona hacia sus pies, sentir la tierra, otros ayudarla a sentirse más libre. En última instancia, el efecto es que el paciente se vuelve más sensible y abierto a sentimientos tales como tristeza, enfado, desesperación etc. y se atreve a mostrarlos. Estos ejercicios pueden ofrecerse a un paciente durante la sesión terapéutica o, como lo hacen algunos colegas terapeutas, en clases de ejercicios. Existen tales clases para niños en Roma (Pantanelli &

Maiello 2001) en las que pueden mejorar su auto confianza y asertividad. Una intervención corporal es diferente: en esta podemos reflejar un determinado gesto o expresión facial o sugerir el componer una posición de estrés o incluso un movimiento catártico, con la idea de descubrir un sentimiento escondido del que nos damos cuenta los terapeutas. Existen muchas viñetas de casos que describen tales intervenciones (ver los libros de Lowen) y también un número de historias completas de casos con detalles explícitos de tales intervenciones (Ventling 2001, 2002).

2. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque exige conocimiento y competencia dentro del ámbito de su forma de hacer diagnóstico/evaluación y tratamiento/intervención

El Análisis Bioenergético esta representado por los Institutos de Formación y terapeutas que practican en numerosos países de Norteamérica, Sudamérica, Europa y Nueva Zelanda. La formación se organiza por los Institutos nacionales o locales de acuerdo con el programa del Instituto Internacional de Análisis Bioenergético. Los formadores coordinadores deben ser miembros del profesorado internacional y algunas materias adicionales pueden enseñarse por los formadores locales.

La formación dura de 4 a 5 años, con un mínimo de días de formación de 75 a 80 en total. La formación se imparte mediante aprendizaje experiencial, reflexión e instrucción teórica. Cada candidato debe hacer un mínimo de 140 horas de terapia individual en Análisis Bioenergético, parte de las cuales deberán hacerse durante el tiempo de aprendizaje.

Desde el segundo año de formación, la práctica de intervenciones terapéuticas es decisiva. Al principio de este estadio, el candidato es apoyado por un supervisor durante 50 sesiones por lo menos, algunas de ellas con la asistencia del propio supervisor.

Tan pronto como el candidato ha cumplido con todas las exigencias de la formación y dos supervisores han dado su consentimiento en forma de informes positivos, el Instituto de formación responsable, en cooperación con los formadores internacionales, otorgan la certificación.

Es particularmente en el diagnóstico, al principio del trabajo psicoterapéutico, cuando las estructuras de carácter bioenergéticas juegan un papel importante.

El Análisis Bioenergético ha desarrollado un modelo caracterológico relativo a las diferentes experiencias psíquicas y somáticas en las primeras etapas de la vida humana. (Lowen 1979, Lowen 1980, Lowen 1981, Bäurle 1988, Dietrich 2004, Koemeda-Lutz 2002 C). Ello muestra claramente que experiencias vitales específicas vividas en determinadas fases de desarrollo caracterizan la personalidad de una forma específica. Esto queda impreso en su desarrollo, su relación con la gente, con el mundo, sus expectativas, su orientación física, emocional y espiritual, su aspecto somático y su expresión. Todos los daños durante ciertas fases de desarrollo constituyen aspectos especiales de la personalidad y pueden obstruir una vida plena y satisfactoria de modo tan definitivo que la ayuda terapéutica puede ser útil o incluso necesaria. Las diferentes estructuras de carácter pueden, por consiguiente, dar pistas valiosas para el diagnóstico y pueden indicar dónde la persona esta obstaculizada en su potencial y en qué fase de desarrollo el daño o trauma ha tenido lugar (Heinrich 1997). Pero la denominada estructura de carácter siempre describe la personalidad de la persona, no sólo su patología (Schwieger 1998).

Además de la experiencia traumática y las consiguientes restricciones de la calidad de vida, el Análisis Bioenergético también tiene en consideración las habilidades específicas y las características identitarias. Debido a que la expresión directa de los impulsos no fue posible, el cuerpo necesitó ayuda respecto a su sostenimiento, protección y afirmación, y si esto no le fue dado, el individuo afectado tuvo que proporcionarse a sí mismo otras vías alternativas para sobrevivir y desarrollarse (Schweiger 1998).

El modelo de estructura de carácter bioenergético ha descrito las estructuras de carácter esquizoide, oral, masoquista, psicopática (narcisista) y rígida (Lowen 1979, 1980, 1981, Koemeda-Lutz 2002 B) y al mismo tiempo la estructura borderline (límite).

La estructura de carácter de un cliente puede ser definida, por una parte, mediante la exploración de la historia de su desarrollo, sus pautas de comportamiento típicas y los desajustes que adoptó para hacer frente a la vida y a los asuntos específicos que le ocurrieron durante su vida y por otra parte mediante el análisis de su cuerpo; ej. su forma de plantarse, expresión corporal, tensiones musculares en diferentes segmentos musculares, voz y forma de andar.

3. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque tiene una clara y auto consistente teoría del ser humano, de la relación terapéutica y de la salud y la enfermedad.

1. El ser humano como un sistema autorregulado.

Puesto que el Análisis Bioenergético acepta en su concepción y en su proceso la unidad indivisible cuerpo-mente-espíritu, de ello se desprende, como en otras muchas escuelas de psicoterapia corporal, su concepción “holística”. Ya que el Análisis Bioenergético quiere entender y quiere tener una influencia sobre la interacción de los procesos biológicos y psíquicos, tiene que desarrollar un concepto de la estructura y de la organización de ellos.

Es fundamental la idea de que los seres, y especialmente los seres humanos, están organizados de acuerdo con el principio de autorregulación (Capra 1996, Mahr 2001A, 2001B): con el objetivo de mantener el sistema viviente, mejorar las condiciones de vida y propagarse, los seres tratan de adaptarse a las condiciones cambiantes y eliminar perturbaciones en los procesos de autorregulación y autocuración.

El principio de autorregulación no sólo funciona en el organismo humano. Según este principio el organismo también forma relaciones con el entorno inanimado y con el entorno social para hallar condiciones de vida óptimas y seguras (Damasio 1996).

Este sistema de mecanismos interconectados es tan complejo que difícilmente se puede determinar desde el exterior si la intervención es posible y si es así, hasta qué grado específico se puede intervenir con eficacia y seguridad. El “sistema humano”, de hecho, solo necesita ayuda cuando el proceso autorregulador está masivamente perturbado por influencias biológicas o psíquicas provenientes del interior o del exterior.

En nuestra psicoterapia corporal trabajamos, por consiguiente, en la eliminación de estos factores que perturban o impiden la autorregulación, mayormente llamada autocuración. Entre estos factores están los tipos de comportamiento y actitudes mentales disfuncionales, las experiencias traumáticas con miedos crónicos o agudos, aunque también la fuerte restricción de las necesidades o las condiciones que dañan

la auto confianza, o tensiones corporales de todo tipo. Basado en estos precedentes el tratamiento con psicoterapia corporal es siempre una tarea preventiva, ya que mejora el potencial por el que el organismo humano se regula a sí mismo (Mahr 2001 B).

El proceso de autorregulación no existe sólo en los organismos humanos, sino incluso en las estructuras inanimadas de nuestro mundo. Los humanos, sin embargo, pueden cambiar por sí mismo los mecanismos interconectados, debido a sus propias estructuras de pensamiento y consciencia y pueden adaptarse a sí mismo a nuevas condiciones de vida. Es por lo que los seres humanos cuentan con estructuras complejas en nuestro mundo y han de ser incluidos en el área de la realidad no lineal, con la consecuencia de que su comportamiento no puede ser predecible (Capra 1996, Mahr 2001 B). Por consiguiente la validez y objetividad de la efectiva correlación observable en los procesos psicoterapéuticos es relativa.

Diferentes estándar de autorregulación

Junto al principio de autorregulación el Análisis Bioenergético observa que la vida humana tiene lugar en diferentes niveles (Mahr 2001 A):

- En el cuerpo humano ocurren procesos a nivel de fisiología de los órganos que operan interconectados y con autorregulación (Buhl 2001, Miketta 1997)
- Estos están dirigidos principalmente por procesos neuronales que oscurecen sus propias estrategias de funcionamiento y sus tareas.
- Cada órgano vive por y a través de una estructura celular específica con su propio sistema de información y regulación.
- Existen otros niveles con estructuras moleculares, atómicas y subatómicas y su correspondiente correlación, sin los que la vida no puede existir (Warnke 1998, Bischof 1995, Dzempra-Depré, Popp 1984).

Los términos “Bioenergía” y el concepto de Reich “Energía Orgónica” hayan su lugar aquí (Boadella 1980).

Puesto que todos los niveles correlacionan indivisiblemente, cada intervención terapéutica puede ser efectiva en cada uno de esos niveles. Por el contrario, debe ser cuestionado si ciertas intervenciones son más adecuadas para un nivel específico que otras. Parece ser que, por ejemplo, los procesos a nivel neuronal o subatómico pueden ser influenciados mejor mediante métodos meditativos que mediante ejercicios agresivos que pueden, sin embargo, ser muy eficaces a nivel fisiológico. Este punto de vista diferenciado permite al Análisis Bioenergético desarrollar conceptos precisos concernientes al diseño y eficacia del trabajo psicoterapéutico.

2. La unidad Cuerpo-Mente- Espíritu

Si todos los sucesos psíquicos tienen siempre una base biológica y fisiológica y pueden verse como una expresión de este proceso, la relación cuerpo-mente-espíritu, según Capra, puede ser entendida y descrita como una función de un suceso somático (Capra 1996). La psique se desarrolla como consecuencia de una interacción de sus partes altamente compleja e interconectada. Un coche, p.e. no funciona como coche a causa de una simple adición de sus múltiples partes constituyentes sino a causa de una conexión funcional entre ellas. De todas formas, el “espíritu de un coche” diferirá fuertemente del espíritu de un ser vivo, debido p.e. a la capacidad de generar descendencia, de desarrollar sistemas por sí mismo y crear habilidades que el sistema no conocía con anterioridad. Un prerrequisito de este

proceso es una constante corriente de energía a través del sistema (Capra 1996, Mahr 2001 B).

Este punto de vista no cuestiona en absoluto que la expresión funcional de los procesos somáticos –la psique- es de vital importancia para nuestro acompañamiento individual y social. Pero nosotros sólo podemos observar la expresión como una consecuencia de los incidentes biológicos y fisiológicos que experimentamos como algo psíquico. Incluso las experiencias transpersonales pueden describirse por categorías del mundo material o energéticamente estructurado. Los conceptos de la física moderna, especialmente los quantums físicos, nos proporcionan modelos útiles (Warnke 1998, Mahr 2001 B).

3. Enfermedad-Curación

El organismo humano se pone enfermo cuando sus capacidades de autorregulación se han perturbado, restringido o roto. Esto puede suceder por la destrucción de las estructuras biológicas. Pero también las condiciones de vida, modos de comportamiento y actitudes características, principalmente las adquiridas en la primera infancia, pueden dificultar permanente a la persona para hacer lo que tiene que hacer para el sostenimiento de su seguridad, deseos, necesidades y desarrollo. Este proceso ha sido descrito por Wilhelm Reich mediante el concepto de pulsación de la carga y descarga, expansión y contracción de todos los sistemas vivientes (Reich 1969, 1974, 1983, Lassek 1997 A, 1997 B). Cuando esta oscilación se interrumpe o se perturba, la totalidad del sistema se irrita y el proceso vital del desarrollo de la pulsación autonómica se restringe o se para totalmente. El sistema autorregulador trata de crear tipos alternativos y compensatorios (ej. Círculos sanguíneos colaterales en el caso de que las venas se bloqueen, nuevas activaciones de áreas cerebrales cuando ciertas funciones se han destruido). A nivel psíquico, los síntomas neuróticos, reacciones de shock traumático o comportamiento característico han de ser entendidos como tales reacciones compensatorias.

En opinión de Wilhelm Reich, esta pulsación es un suceso energético y por tanto ha sido dibujado fenomenológicamente como el grado de libertad o restricción de la pulsación y también como el grado de libertad o de bloqueo del flujo energético. Basándose en estos antecedentes, el trabajo terapéutico, tanto preventivo como inmediato, significa para el Análisis Bioenergético:

1. Optimizar o por lo menos facilitar la autorregulación del organismo humano.
2. Eliminar los factores que entorpecen la pulsación o el flujo energético, o permitir que el cliente los maneje de forma diferente.

Esto puede suceder:

1. A nivel somático, ej.
 - Por relajación de los músculos
 - Por balancear el sistema nervioso vegetativo
 - Por cambiar el tipo de respiración
 - Por mejora de las posibilidades de movimiento
 - Por modificación de las estructuras neuronales
2. A nivel de comportamiento o psíquico, ej.
 - Por el examen de las normas introyectadas, reglas y esquemas mentales
 - Por el análisis del vigente escenario amenazante
 - Por reflejar el derecho de los propios impulsos de diferentes procedencias
 - Por la mejora de la percepción del self y del objeto
 - Por la mejora de la habilidad de relacionarse con los otros.

En Análisis Bioenergético, la curación ocurre dentro de un proceso de verificación:

La posible situación traumática pasada se reproduciera, pero en un tiempo y en un entorno que difiere en muchos aspectos de la anterior situación traumática. El cliente ha crecido, es más competente, más fuerte, menos dependiente, y la situación terapéutica le ofrece confianza, esperanza, apoyo y entendimiento. Por consiguiente es factible verificar si está ante una amenaza real, que le demandaría una retirada interna, o preparado para luchar, o a renunciar a importantes necesidades y deseos. A pesar de esta descripción tan racional, estos procesos no lo son tanto. Ellos son posibles y a menudo necesarios en todos los niveles de los organismos humanos: el racional, emocional, psíquico, biológico, físico y subatómico.

Si otras escuelas terapéuticas (ej. psicoanálisis) describen el proceso terapéutico como una reanimación de la situación traumática que puede ser analizada, probablemente se refieren al mismo procedimiento,

Una persona estaría sana cuando los procesos autorreguladores funcionaran en el organismo interno tan bien como en el entorno externo y en la realidad social, de tal manera que la supervivencia, propagación y desarrollo estarían óptimamente garantizados.

4. Relación terapéutica

Como en muchas concepciones psicoterapéuticas diferentes, la calidad de la relación entre el cliente y el terapeuta juega un papel importante en el éxito de todo el proceso. La psicología del desarrollo, especialmente la neurobiología, demuestra que el desarrollo físico, emocional y espiritual de los seres humanos sólo puede tener éxito en interacción y relación con los otros (Shore 1994, Ciompi 1999). Es por lo que es plausible que la modificación de tales procesos solo puede tener éxito mediante la comunicación y la relación. La sobresaliente importancia de la transferencia y las proyecciones indican que ciertos esquemas mentales, emociones y tipos de comportamiento están conectados a relaciones significativas con otra persona. El trabajar con la transferencia pretende revelar tales tipos de relación y permitir al paciente establecer nuevas estructuras relacionales que se adapten mejor a su situación real en la vida.

El trabajo psicoterapéutico necesita la relación entre el terapeuta y el cliente, pero es mucho más que la red de transferencia y contra transferencia. En primer lugar una relación es una estructura, donde la información que puede comunicarse es necesaria para el desarrollo y modificación de un sistema vivo (Mahr 1999). Mientras se intenten cambios más profundos en la estructura, la relación e información tiene que ser más específica. A menudo parece que las estructuras emocionales de la relación, combinadas con las formas no verbales de la comunicación –incluyendo a veces las telepáticas- son las únicas que son efectivas. Estamos acostumbrados a describir estos modos de relación y comunicación como empatía y resonancia entre dos personas. Y ha quedado claro por las correspondientes ciencias naturales que esta interrelación está basada en una procedencia biológica y física (Mahr 1999, 2001 B).

4. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque tiene métodos específicos que generan desarrollos en la teoría de la psicoterapia, demuestran nuevos aspectos en el entendimiento de la naturaleza humana y conducen a formas de tratamiento/intervención.

Cuando se describen procesos terapéuticos como resultado y expresión de procesos biológicos y físicos, el Análisis Bioenergético enfatiza aspectos que pueden ser de gran importancia para el entendimiento del proceso psicoterapéutico y el desarrollo de los propios conceptos y teorías bioenergéticas:

1. Los procesos psíquicos, debidos mayormente a las experiencias, sensaciones, imágenes y fantasías, adquieren una base más fiable, un tipo de anclaje con la estructura física humana. Los conceptos de la psicoterapia corporal tienen que corresponderse con la realidad biológica y física.
2. Debido al enfoque explícito sobre el cuerpo, la demanda en su totalidad puede ser respondida. Los procesos físicos y psíquicos ya no pueden discutirse separadamente. Nada excepto los procesos físicos y biológicos es la fuente de la experiencia y actividad psíquica y mental. Mente y espíritu son la expresión funcional de la vida misma.
3. Este punto de vista puede ofrecer una respuesta fundamental a la cuestión de si hay dos clases de enfermedades, mentales y corporales. Todas las experiencias que mueven profundamente a una persona, ej. amenaza, amor, etc. suponen reacciones físicas. El sistema nervioso vegetativo muestra un estado de hiperestimulación, hay cambios en el pulso y en la presión sanguínea, el sistema inmune se ve manifiestamente afectado etc. (Buhl 2001, Miketta 1997). Tales reacciones generalmente suceden en la vida diaria y son clínicamente mediales. Si estos estados de excitación llegan a ser crónicos y perturban la autorregulación del organismo, el peligro de enfermedades aparece. Esta enfermedad es real, lejos de ser imaginativa. Difiere de la enfermedad "física" en que no es causada por infecciones, intoxicaciones, etc. sino por experiencias emocionales y psíquicas.
4. El enfoque sobre el cuerpo también implica que cualquier progreso terapéutico no solo se expresa en un cambio de consciencia, conocimiento y sensibilidad, sino también en un cambio a nivel corporal, que debe ser visible y, de alguna forma, medible.
5. Los cambios en la tensión muscular y en otros parámetros corporales deben reflejarse en la experiencia psíquica y mental de la persona (Lowen 1980, 1981).
6. La hipótesis de los efectos de los sucesos psíquicos sobre el sistema físico y biológico permite un examen más cercano de estos efectos. De esta manera los procesos psicoterapéuticos son accesibles a una investigación mucho más amplia. Un número de hipótesis psicoterapéuticas tendrán que ser concebidas de tal manera que puedan medirse los cambios corporales relacionados con las experiencias psíquicas. Por consiguiente los términos técnicos generalmente utilizados en la psicoterapia corporal deberán ser congruentes con los que se usan en la física y en la biología (Mahr 2001 A, 2001 B).
7. El enfoque sobre el cuerpo nos remite al hecho de que el hombre no sólo es una unidad, sino que consta de diferentes niveles tales como el nivel orgánico, los niveles celular y subatómico, que están todos interrelacionados de forma compleja. Un examen detallado de lo que sucede en un nivel particular puede contribuir en gran manera a la descripción del proceso psicoterapéutico. La física cuántica, que describe sucesos subatómicos, ofrece modelos interesantes para representar procesos relacionales con sus fenómenos de transferencia y contra transferencia (Mahr 2001, Capra 1996)

Debido a su forma particular de contemplar los procesos psíquicos, el Análisis Bioenergético, además de métodos terapéuticos bien conocidos tales como prestar

atención a la expresión verbal, a las emociones, imágenes y fantasías, dispone de un enfoque corporal. Ejercicios corporales, cambios en los tipos de respiración, concentración en las sensaciones corporales internas, etc. pueden activar sentimientos reprimidos y memorias que han sido bloqueados hasta hoy por las resistencias en el campo de la expresión verbal. Especialmente las experiencias de la primera infancia, emociones e imágenes que no son accesibles al recuerdo pueden ser recordadas y elaboradas, ya que están almacenadas en la persona como sensaciones corporales (Stern 2003). El trabajo corporal preventivo que puede ayudar a mejorar la auto imagen de la persona, la percepción corporal y la vitalidad, es a menudo una condición necesaria para que los clientes se expongan a sí mismos a experiencias emocionales difíciles.

5. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque incluye procesos de intercambio verbal, junto con una conciencia de fuentes no verbales de información y comunicación.

El Análisis Bioenergético utiliza en sus sesiones todas las posibilidades y canales para comunicarse con el otro. Voz, gestos, mímica, contacto ocular, expresión corporal, posición, movimiento y tacto son, además del lenguaje, formas de comunicar y de conocer al cliente (Lowen 1980, Klopstech 2002). Especialmente las formas no verbales de comunicación, incluyendo contacto corporal, son muy convenientes para tratar la temprana infancia del cliente, ya que en ese período estas han sido las únicas, o por lo menos las principales herramientas de comunicación. Como el lenguaje, el contacto corporal está interconectado con la intervención terapéutica (Mahr 1994, Carle 2002). Las consiguientes imágenes que surgen, los sentimientos y las emociones pueden ser exploradas y analizadas. El proceso terapéutico y la relación terapéutica determinan qué tipo de contacto corporal es el adecuado.

El contacto corporal y las intervenciones sobre el cuerpo en el Análisis Bioenergético se usan también para mejorar la auto percepción de la persona, para relajar los músculos y tejidos y para profundizar la respiración. Puesto que estas tensiones sirven como resistencia de de sentimientos intensos y no deseados, su liberación conduce de nuevo a contactar con la rabia subyacente, con los daños, deseos etc. y los hace accesibles al análisis. La actuación (acting out) catártica de sentimientos en Análisis Bioenergético se conecta a menudo y se dirige a conseguir que los sentimientos reprimidos o congelados se perciban y se reanimen de nuevo. Usualmente, por sí solos no conducen a la curación, ya que están incrustados dentro del proceso terapéutico y tienen que ser contemplados y analizados en su contexto biográfico, social y psicológico (Steinmann 2002).

El trabajo psicoterapéutico con contacto corporal sólo es posible cuando es exclusivamente usado en el proceso terapéutico. Solo estando absolutamente seguro el cliente puede permitir el tacto, puede aprender a entender su significado y los correspondientes miedos que surgen. No hay razón terapéutica para el contacto sexual, porque una relación terapéutica difiere fundamentalmente de las relaciones reales de nuestra vida en sus propios objetivos y reglas. Por consiguiente , el Análisis Bioenergético no permite las relaciones personales y conexiones entre terapeuta y paciente ni antes, durante o después der la terapia (Mahr 1994).

Desde Freud, pero más específicamente desde Reich, el concepto de energía ha jugado un papel importante en la psicoterapia corporal. Al describir las estructuras energéticas y los procesos, el Análisis Bioenergético, como una forma occidental

de terapia, se apoya en los conceptos de la física, que definen la energía como la capacidad de ejecutar trabajo (Tipler 1995). Esta capacidad puede hallar expresión en diferentes formas energéticas (potencial, mecánica, cinética, eléctrica y electromagnética, etc.) Estas formas físicas de energía se desarrollan y dirigen el organismo humano. Por ello no es necesario postular “energías vitales” especiales (Mahr 2003). Las mismas energías, que han mantenido unido a nuestro universo desde su existencia y que continuarán haciéndolo en el futuro, funcionan también en nosotros. (Mahr 1995)

Puesto que en nuestro universo no existen más que estructuras energéticas, un psicoterapeuta no puede hacer más que tratar con energía, tanto si analiza sueños como si modifica comportamientos.

El Análisis Bioenergético trata de prestar especial atención a la forma en que las estructuras energéticas operan en nuestro organismo y cómo pueden ser influenciadas. El trabajo con el movimiento, la nutrición y la respiración cambian, por ejemplo, el nivel de energía a nivel orgánico o en la estructura celular. El trabajo con la relación y los métodos meditativos pueden afectar los niveles neuronales y subatómicos de una forma muy especial. (Mahr 2001 B)

Para el Análisis Bioenergético es muy importante hacer que los clientes tomen contacto con sus sentimientos, facilitar la expresiones adecuadas y analizarlas (Lowen 1981). Los sentimientos interfieren en los procesos de autorregulación del organismo y con su entorno biológico y social. Es por lo que estamos tan interesados y focalizados sobre la estructura y funcionamiento de los sentimientos. Según la neurobiología (Damasio 1996, Ciompi 1999), el origen de todos los sentimientos son percepciones somáticas (calor, frío, tensión, excitación, etc.), que indican al cerebro que el organismo tiene déficit y necesita regularse. Existen datos acerca del estado de la condición somática. El cerebro recolecta diferentes percepciones y es consciente de ellas como sentimientos. A través de ellos el cerebro es capaz de decidir y de cambiar los procesos de autorregulación. Un mundo emocional altamente desarrollado ayuda a la persona en lo relativo al pensamiento, planificación y elección de los tipos de comportamiento.

6. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque ofrece una base lógica para los tratamientos/intervenciones facilitando el cambio constructivo de los factores que provocan o mantienen la enfermedad o el sufrimiento.

El Análisis Bioenergético, con su concepto de las estructuras de carácter, describe la manera en que una persona en una específica situación dentro de su desarrollo temprano reacciona a las restricciones emocionales y corporales con tipos comportamentales y relacionales cambiados, con un cierto conocimiento del mundo y con una expresión corporal correspondiente (Koemeda-Lutz 2002 C).

El Análisis Bioenergético no trata de cambiar la estructura de carácter de una persona, sino que pretende una mayor flexibilidad en el pensamiento, comportamiento, expresión corporal y emocional de tal manera que el cliente pueda libremente perseguir sus objetivos y lograrlos más fácilmente que si no hubiera trabajado sobre su propia estructura. Debido a que el pensamiento, comportamiento, sentimientos y el cuerpo están marcados por las experiencias vitales o influenciados por su estructuras de carácter, las intervenciones terapéuticas pueden enfocarse sobre cualquiera de estas esferas. Se puede trabajar con la expresión corporal y observar sus efectos sobre los sentimientos, pensamientos y comportamiento o viceversa (Lowen 1980, 1981).

Independientemente de en qué nivel se esté trabajando, la terapia bioenergética trata siempre de guiar a una persona hacia un mejor entendimiento de la estructura de su propio pensamiento, comportamiento, sentimiento y de su cuerpo. Sólo entonces será posible examinar si los tipos de obstrucción tradicionales que originariamente estaban destinados a proteger a la persona y a ayudarlo a afrontar la vida, pueden cambiarse en el futuro. El objetivo terapéutico es incrementar la autonomía del cliente o, en otras palabras, optimizar el sistema autorregulador (Mahr 2001 A)

Desde un cierto punto de vista, el enfoque del proceso terapéutico sobre el cuerpo se describe de esta manera: las experiencias traumáticas se reflejan en tipos específicos de tensión, especialmente en los músculos, desembocando en “bloqueos” que intentan controlar los impulsos, movimientos y emociones no queridos. El trabajo terapéutico –a menudo intervenciones a nivel corporal– liberan esas tensiones, lo que permite una nueva clase de autoconocimiento y percepción del cuerpo y libera sentimientos “congelados” que pueden trabajarse por otros métodos terapéuticos (Lowen 1980, 1981, Koemeda-Lutz 2002 D). Puesto que la tensión de un músculo está siempre determinada por la cantidad de energía en la célula muscular y por los impulsos neuronales correspondientes, cualquier modificación de la tensión muscular directamente atañe a las estructuras neuronales. Por otra parte, la liberación de la tensión sólo es posible hasta donde permite la estructura neuronal (Mahr 2001 A).

Los trastornos tratados en psicoterapia se convierten en tales sólo cuando son disfuncionales en las condiciones presentes de vida de la persona, de tal manera que las necesidades de la persona no pueden ser adecuadamente satisfechas.

Originariamente se crearon para resolver un problema particular: ofrecieron protección y garantizaron la vida o ayudaron a sostenerla. Tales tipos de actitudes y comportamientos sólo pueden ser eliminados a la vista de alternativas claras. Por consiguiente, estos procesos duran un cierto tiempo hasta que se experimentan nuevas experiencias y puede establecerse un sentimiento de seguridad. El Análisis Bioenergético alimenta este sentimiento estabilizando la personalidad del cliente de tal manera que este pueda darse cuenta de la multitud de sus propios recursos. El trabajo corporal es muy eficiente promoviendo esta clase de “enraizamiento”. El cliente experimenta que es suficientemente fuerte, vivo y digno de amor y se le anima a confrontar los aspectos amenazadores de su propia historia, permitiéndole tolerarlos. Ni que decir tiene que la intensidad del trabajo corporal tiene que ser cuidadosamente adaptada a la estructura del cliente y a la fuerza de su ego (Lowen 1980, 1981).

7. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque ha definido claramente estrategias que permitan a los clientes desarrollar una nueva organización de la experiencia y del comportamiento.

La terapia bioenergética es precedida por un trabajo intenso de diagnóstico. La situación actual de la vida y la historia personal de desarrollo, incluyendo los períodos prenatal, natal y postnatal, son explorados, así como la historia médica y las experiencias relacionales y sus características. La expresión corporal, la postura, la tensión muscular, los bloqueos en las diferentes secciones del cuerpo, grado de viveza y conciencia corporal son cuidadosamente observados e hipotéticamente relacionados con la estructura del carácter más parecida a la persona.

así, el terapeuta tiene una idea de los temas de la vida del cliente, sus problemas fundamentales y sus estrategias características de solución. Aunque esta idea necesita de un continuo replanteamiento a lo largo de la terapia, ofrece una orientación práctica para estructurar la información verbal y no verbal así como las señales corporales. Estas primeras impresiones muestran al terapeuta lo que puede esperar de un cliente en términos de reacciones, resistencias, etc.

Ambos enfoques, verbal y corporal, preparan el terreno al proceso terapéutico.

-El enfoque verbal empieza con lo que cuenta el cliente, prestando atención no sólo a las palabras sino también a los matices emocionales y a las reacciones corporales subyacentes. El enfoque se pone en esta última clase de comunicación, de tal manera que el cliente se dé cuenta claramente de ello y pueda expresarse a sí mismo más adecuadamente.

-El enfoque corporal intenta en primer lugar profundizar la respiración y mejorar la percepción y el conocimiento corporal. Esto puede hacerse eligiendo entre un amplio abanico de ejercicios en posiciones de estrés, en estado de relajación o en diferentes formas de movimiento. El objetivo es alimentar la expresión emocional espontánea del cliente –o incluso provocarla de nuevo- y hacerla objeto de reflexión consciente. (Lowen 1980, 1981, Dietrich 2004, Steinmann 2002)

8. Por favor aporte pruebas de que su enfoque está abierto al dialogo con otras modalidades de psicoterapia respecto a su campo de teoría y práctica.

El Análisis Bioenergético está abierto a una discusión intensiva con otras escuelas psicoterapéuticas e intenta integrar sus puntos de vista y métodos en la teoría y práctica bioenergética. Como entre el profesorado internacional hay un gran número de profesores de formación psicoanalítica, es obvia la gran afinidad con el psicoanálisis. Ello es debido, por supuesto, a las raíces del Análisis Bioenergético, que proceden de Wilhelm Reich y Sigmund Freud.

Para lograr un mejor entendimiento y una descripción más detallada del proceso terapéutico, el Análisis Bioenergético sigue tratando de comparar sus propios conceptos con los procesos físicos, fisiológicos y biológicos. A este respecto, la neurobiología, la investigación reciente sobre la primera infancia, la física cuántica y las cuestiones filosóficas relacionadas con el self, el ego, la conciencia y la percepción son actualmente de gran importancia.

La teoría y la práctica del Análisis Bioenergético se presentan y discuten regularmente en reuniones locales anuales y en congresos internacionales, que están abiertos a representantes de otras corrientes psicoterapéuticas. A continuación se citan algunos ejemplos:

-Segunda Conferencia Europea de Análisis Bioenergético. Barcelona (España) 1999. Will Davis, George Downing

-Conferencia Internacional de Análisis Bioenergético. Belgirate (Italia) 2001. Prof. D. Stern

-Conferencia Internacional de Análisis Bioenergético. Salvador (Brasil). 2003: Prof. Dr. H. C. Traue, Ulm, Germany

A la inversa, otras Sociedades psicoterapéuticas invitan a analistas bioenergéticos a sus congresos para que ellos presenten sus conceptos. Algunos ejemplos:

-Conferencia Europea de Psicoterapia Corporal. Suiza, 2000: Sollmann, Mahr, Ehrensperger

-Congreso de la Sociedad Alemana de Psicoterapia Corporal. Cuerpo y Alma. Berlín, 2003: Konrad Oelmann, Ulrich Sollmann, M. Koemeda-Lutz, Rainer Mahr

-Conferencia Federal del Matrimonio Católico y Consejeros. Suhl, 2004: Dr. Vita Heinrich-Clauer, Dr. Jörg Clauer, Rainer Mahr

-Congreso Mundial de Psicoterapia, Viena, 1999. Dr. Vita Heinrich-Clauer

-Conferencia de la Carta Suiza de Psicoterapia. Neurociencias y psicoterapia –El Ser Humano: Un Tema, Dos Mundos. Zurich, 2003: Dr. Christa Ventling, Dr. Margit Koemeda-Lutz, Hugo Steinmann)

Además del gran número de libros de Lowen, muchas publicaciones bioenergéticas –libros y artículos- han aparecido en ediciones de colegas de otros campos terapéuticos. (Ver la sección “Referencias” al final de este documento)

9. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque tiene una forma de describir metodológicamente el campo de estudio elegido y los métodos de tratamiento/intervención, los cuales pueden usarse por otros colegas.

Es verdad que varios libros describen ejercicios bioenergéticos, una forma de tener mejor contacto con el propio cuerpo, liberar tensiones y descubrir el acceso a los sentimientos propios (Lowen A, Lowen L 1979, Sollman 1988, Dietrich 1990, Steinfoth 1999), pero no pueden servir como un manual de instrucciones. Alexander Lowen enfatiza las exposiciones clínicas de su trabajo en sus libros y por eso contienen numerosas indicaciones de cómo realizar los principios de su forma de psicoterapia corporal.

Del mismo modo, muchos colegas mostraron en sus publicaciones de estudios de casos cómo los procesos de psicoterapia corporal se inician, se influyen y se trabajan. (Ver la sección “viñetas de casos de bioenergética e historia de casos” al final de las Referencias).

La verdadera solvencia en Análisis Bioenergético se alcanza a través de la propia experiencia y de la formación intensiva. Los alumnos obtienen el conocimiento y las habilidades que se necesitan para hacer buenos diagnósticos y terapia, integrando el trabajo corporal y verbal sobre el material que emerge del cliente. Un principio fundamental en la formación es conectar la teoría con la experiencia personal. (Stiehl 1997).

La formación tiene que cumplir los requisitos establecidos por el Instituto Internacional de Análisis Bioenergético en sus Guías para la certificación (2001) y el Programa de Formación (2003).

10. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque está asociado con información que es el resultado de una auto reflexión consciente y una reflexión crítica por otros profesionales del mismo enfoque.

Los conceptos de Alexander Lowen provienen de su actitud crítica hacia la vegetoterapia de Wilhelm Reich, puesto que era consciente de la necesidad de combinar el trabajo corporal con el conocimiento psicoanalítico. Las profundas emociones que surgían en los procesos corporales necesitaban comprenderse antes de ser integradas en un nuevo comportamiento.

Con el trabajo de Robert Lewis (Lewis 1994) se evidenció que la liberación catártica de las emociones mediante los ejercicios de estrés y confrontación no es apropiada para los clientes que sufren de alteraciones tempranas. Estos pacientes necesitan contención, vínculos y confianza para tener acceso a sus experiencias traumáticas. Es por su método de contención de la cabeza del cliente por el que Lewis amplió el concepto de grounding (enraizamiento). (Lewis 1986, 1998). Esto trajo como resultado el permitir un mejor contacto emocional con el período preverbal del desarrollo del niño. La discusión teórica ha continuado con David

Campbell (Campbell 1991, 1993, 1994) y otros con la introducción de las teorías relacionales dentro de los conceptos bioenergéticos.

La perspectiva crítica de Sander Kirsh (Kirsh 1994) Jacques Berliner (Berliner 1991, 1994), Peter Geibler (Geibler 1994) y otros referente al trabajo corporal orientado hacia el estrés ha enfatizado el concepto de transferencia y contra transferencia en la relación terapéutica.

El síndrome de estrés postraumático con sus particulares dificultades, al ser un tema central en el mundo de la psicoterapia, dejó claro que el revivir la situación traumática debería hacerse incrementando la seguridad y competencia del cliente. El trabajo corporal, al mejorar la vitalidad y autoimagen física del cliente le ayuda a preparar la confrontación de su trauma (Levine 1990, 1997, Eckberg 1999, Müller 2000, Clauer, Heinrich 1999, van der Kolk 1994).

Al mismo tiempo el Análisis Bioenergético intensifica el intento de integrar la perspectiva neurobiológica y tiene en cuenta las últimas investigaciones sobre los bebés. Por ello tratamos de describir el significado e impacto de los procesos corporales sobre la psique y descubrir más pruebas científicas irrefutables sobre el enfoque corporal. La explicación de los términos bioenergéticos sobre la base de definiciones natural-científicas juega aquí un papel importante. (Mahr 2001 A, 2001 B, 2003, Schindler 2002, Klopstech 2002)

11. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque ofrece nuevo conocimiento, singular y diferenciado, en el dominio de la psicoterapia.

1. Con su comprensión de los procesos psíquicos desde una perspectiva corporal, el Análisis Bioenergético enfatiza el hecho de que toda vida humana, incluso en sus aspectos psíquicos y mentales, tiene una base material, física y biológica. La vida emocional y mental sólo existe como expresión de procesos fisiológicos. Considerando este principio, los conceptos psicoterapéuticos ganan una sólida base realista para su propia teoría y práctica. Por muy diferente que sean sus perspectivas psicoterapéuticas y prácticas, si se confrontan con la realidad biológica humana, los terapeutas podrán descubrir qué procedimientos de trabajo tienen en común que garantizan su eficacia. (Mahr 2001 A)

2. Es la integridad, unicidad de cuerpo, mente y espíritu, el principal principio de todas las escuelas de psicoterapia corporal. Sin embargo, este principio no puede tomarse en cuenta si la evaluación separada y diferenciación de los procesos físicos, psíquicos y mentales se sigue exigiendo. Consecuentemente, al considerar la vida humana desde un punto de vista orientado hacia el cuerpo, que entiende los procesos psíquicos y mentales como expresión y función de procesos biológicos, se facilita unir este vacío. Una mayor aceptación social de este punto de vista tendría una influencia importante sobre la auto-imagen y auto-confianza del ser humano y podría mejorar la actitud del hombre hacia la naturaleza y estabilizar su posición en el universo. (Mahr 1995, 2001 B)

3. Esta comprensión de unicidad implica claramente una interdependencia de los procesos mentales y emocionales por una parte, y por otra, de los procesos y estructuras físicas. Ya no necesitamos más preguntar la cuestión de si una perspectiva psicosomática de las enfermedades tiene sentido o no. Las meras conexiones de causa y efecto se convierten en objeto de investigación. (Mahr 2001 B)

4. Desde su punto de vista corporal, el Análisis Bioenergético describe al hombre como un sistema autorregulado que organiza los procesos internos así como las conexiones con su entorno y sus relaciones sociales. También considera su

capacidad para crear sus propias reglas dentro de estos sistemas y de adaptarse a sus condiciones cambiantes. (Mahr 2001 A). Este principio definitivamente revela la complejidad del hombre al que la psicoterapia intenta influenciar. Una vez que esta complejidad se hace transparente, puede ser modificada efectivamente, aunque sólo hasta cierto punto. A menudo parece más razonable respetar una estructura consistente y dejarla tal cual está. En estos casos la tarea de un terapeuta consistiría en crear una opción positiva para un funcionamiento mejor de la autorregulación.

Independientemente de cualquier perspectiva y método psicoterapéutico especial, el principio de autorregulación puede representar una matriz que describe los procesos terapéuticos y evalúa sus consecuencias.

5. El Análisis Bioenergético, con su concepto de estructuras de carácter, señala que las perturbaciones neuróticas y las enfermedades mentales deben considerarse, en primer lugar, como un logro importante que garantiza la supervivencia de la persona y su desarrollo en circunstancias difíciles. Los aspectos de la personalidad son percibidos como perturbaciones cuando ya no pueden atender las demandas usuales y/o no pueden cambiarse lo suficiente. Esta perspectiva implica un profundo respeto por la personalidad del cliente. Además del hecho de que este respeto logra más confianza y apertura en la relación terapéutica, las carencias pueden tratarse con más apertura y de una forma diferente, por lo que se pueden evitar nuevas rupturas. (Lowen 1980, 1981, Schwieger 1998, Michel 2002)

12. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque es capaz de integrarse con otros enfoques que se consideran parte de la psicoterapia científica, de tal manera que pueda apreciarse que comparte con ellos áreas con una base común.

Sigmund Freud dijo repetidas veces que sin un complemento físico la teoría psicoanalítica seguiría incompleta (Freud, Puner 1947). Wilhelm Reich se dedicó a este complemento y Alexander Lowen ha estado trabajando para integrar ambos aspectos (Boadella 1980). Esta conexión es generalmente aceptada e incluso desarrollada posteriormente, puesto que el Análisis Bioenergético se considera a sí mismo como un método psicológico profundo (Koemeda 2002B).

Otras escuelas de psicoterapia corporal parten de las mismas raíces y desarrollan su teoría y su práctica de acuerdo con principios similares. El Análisis Bioenergético puede comunicarse con ellas y manejar sus conceptos. Muchos autores pertenecientes a estas escuelas gozan de gran reputación como terapeutas corporales en Análisis Bioenergético. La afiliación a una escuela diferente es de importancia secundaria. A su vez, representantes del Análisis Bioenergético –con sus contribuciones en revistas y congresos- son recibidos con atención y respeto.

13. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque describe y muestra una estrategia coherente para entender los problemas humanos, y una relación explícita entre métodos de tratamiento/intervención y resultados.

De acuerdo con los conceptos del Análisis Bioenergético, los problemas psíquicos sujetos a tratamiento psicoterapéutico están causados por un fallo en la autorregulación en el organismo o en su contacto con el entorno biológico y social. El modelo energético describe este fenómeno como bloqueos de diferente intensidad en el sistema energético en varias áreas del cuerpo. Tales alteraciones se pueden deber a factores corporales, experiencias traumáticas, tipos de

comportamiento, roles y experiencias, normas y auto-imagen. La creciente flexibilización de estos factores permite un comportamiento, sensaciones y desarrollos más adecuados. Como estos factores desarrollaron su peculiaridad en diferentes niveles, tales como el cognitivo, emocional, u orgánico, la solución también puede descubrirse a través de diferentes enfoques. Las expresiones verbales, emociones y movimientos corporales pueden alternarse, mezclarse o llegar a ser especialmente importantes. A menudo es el enfoque que un cliente particular puede tolerar lo que determina la elección del terapeuta.

En el Análisis Bioenergético el enfoque corporal es especialmente importante, porque permite un acceso directo a las estructuras neuronales donde muchos tipos de información relevante se almacenan, sobretodo los que proceden de un período de desarrollo temprano (Lewis 1986, 1998).

La psicoterapia tendrá un efecto duradero en proporción al grado en el que el cambio del cliente halle expresión no sólo en su comportamiento y conciencia, sino también en su cuerpo. (Lowen 1980, 1981, Mahr 1994, 2001, Koemeda 2002 B)

14. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque tiene teorías del comportamiento humano normal y problemático que están explícitamente relacionadas con métodos eficaces de diagnóstico/evaluación y tratamiento/intervención.

El concepto de estructuras de carácter y su función compensatoria y su aspecto de configuración de la personalidad se opone a una inequívoca clasificación de comportamiento normal y problemático. Lo que se ha demostrado que es útil por un largo tiempo en el comportamiento de una persona puede volverse una molestia en diferentes circunstancias en las que la persona desarrolla nuevas necesidades y tiene que encarar nuevas demandas.

En su terapia el cliente tiene que llegar a darse cuenta de esta discrepancia y notar que intenta lograr sus objetivos por medio de medidas habituales, aunque inapropiadas. El clarificar la situación traumática ayuda mucho en este proceso, ya que muestra cuán diferentes son las condiciones de vida entre la situación histórica y la situación actual.

El trabajo corporal puede ayudar al cliente a volver a vivir la situación traumática y a fortalecer su auto-confianza incrementando su vitalidad y mejorando la percepción de su propio cuerpo.

El grado de autonomía alcanzado por el cliente (que quiere decir actuar de acuerdo con sus intereses y protegerse contra las amenazas que puedan dañarle a él y a su entorno) se convierte en el criterio de una eficiente terapia. (Lowen 1980, 1981, Schweiger 1998, Koemeda 2002 A, Mahr 2001 A).

15. Por favor, aporte pruebas de que su enfoque tiene procedimientos de investigación que están suficientemente bien definidos para permitir posibilidades de investigación.

15.1 Investigaciones teóricas: Diferenciación y elaboración de conceptos básicos, sus aplicaciones específicas y posibles conexiones con otras disciplinas científicas

La literatura de Wilhelm Reich (1933, 1942, 1948, 1961), padre fundador y predecesor de la mayor parte de las psicoterapias corporales contemporáneas, y la de Alexander Lowen (1958, 1967, 1975), fundador del Análisis Bioenergético e

iniciador del Instituto Internacional de Análisis Bioenergético, nos proporcionó conceptos que continuamente estimulan la reflexión, la crítica y posterior discusión e investigación de su validez y posibilidades de aplicación práctica. Por ello muchos miembros de Instituto han sentido la necesidad y el deseo de expresar sus puntos de vista o sus experiencias en forma de publicaciones. Estas se hayan, en primer lugar, en revistas publicadas por las Sociedades Locales, tales como el “Forum der Bioenergetischen Analyse” (sociedades alemanas) o “Körper und Seele” (sociedades suizas) y las equivalentes “Le corp et L’Ame” o “Anima e Corpo” (sociedades francesa e italiana). Para un público internacional tenemos las siguientes revistas disponibles: la revista del Instituto “Bioenergetic Analysis”, “Energy and Character” el “USA Body Psychotherapy Journal”, por no mencionar la posibilidad de publicar en revistas ya establecidas de varias sociedades psicológicas o psiquiátricas. Mencionarlas todas iría más allá de los límites de este capítulo.

Cada volumen de “Körper und Seele” de la Sociedad Suiza de Análisis Bioenergético y Terapia está dedicado a un tema específico; uno de estos volúmenes define los conceptos básicos del Análisis Bioenergético (ED. Koemeda-Lutz 2002) y se hace un intento de comparar el Análisis Bioenergético con los conceptos normales y los resultados de la teoría e investigación en psicología, neurobiología, sociología, lingüística y medicina.

Recientes publicaciones han explorado áreas más amplias de aplicación específica del Análisis Bioenergético (Ventling 2001; 2002)

Varios autores han tratado de conectar los descubrimientos neurobiológicos a los conceptos y técnicas de la psicoterapia corporal (Resneck-Sannes 2003; Klopstech 2004; en prensa; Lewis 2004; Koemeda-Lutz y Steinmann 2004; Koemeda-Lutz 2004; en prensa; Ventling 2004). Finalmente se han hecho intentos de conectar el concepto bioenergético de energía con conceptos y modelos de la física moderna por Mahr (1997, 2001), Carle (2002) y Madert (2004).

Durante los últimos recientes años se han suplementado investigaciones teóricas (elaboración de conceptos básicos) y clínicas (estudios de casos singulares –ver lista adjunta; desarrollo de nuevas técnicas, ej. Lowen &Lowen 1977; Dietrich & Pechtl 1990) con estudios empíricos cuantitativos.

15.2. Estudios de investigación cuantitativa.

15.2.1. Evaluación de la eficacia del Análisis Bioenergético

Se han hecho cuatro estudios para evaluar la eficacia de la Terapia con Análisis Bioenergético: Tres de ellos fueron retrospectivos (Gudat 1997, 2002; Ventling y Gerhard 2000; Bertschi et. Al. 2003), y uno fue prospectivo (Koemeda-Lutz et al. 2003 a+b). Todos los estudios mostraron claramente resultados positivos. Actualmente la Swiss Chart for Psychotherapy (actualmente comprende 22 institutos de formación en psicoterapia de diferentes métodos) planea otro estudio prospectivo, de diseño naturalístico, para evaluar las psicoterapias externas en Suiza, comparando diferentes métodos de tratamiento. Algunos terapeutas bioenergéticos participarán en este estudio.

Como complemento a esta cuestión general de la eficacia global del método se han investigado varias áreas con más detalle:

15.2.2. Pruebas de los “estilos de carácter” –un modelo de personalidad psicosomático

Se han llevado a cabo estudios empíricos cuantitativos por Fehr (1998 a; 2000) para investigar la validez de la teoría bioenergética de las estructuras de carácter. Fehr (1998 b) desarrolló un cuestionario (bioenergetische prozessanalyse BPA) para evaluar los perfiles caracterológicos de los pacientes y cómo cambian durante la terapia. Por computación de factores analíticos, Fehr (2000) exploró la interrelación entre la caracterología bioenergética y otras dimensiones de la personalidad bien establecidas, particularmente las Cinco Grandes (Goldberg 1990).

15.2.3. Investigación de la validez de la “Lectura Corporal” como herramienta de diagnóstico

La lectura corporal ha sido una importante herramienta de diagnóstico en Análisis Bioenergético (Lowen 1958, Bäurle 1988, Kurtz & Presterer 1976 1976; Rank 1994; Sollmann 1999). Se ha hecho un estudio para verificar si terapeutas experimentados pueden obtener información válida de la apariencia corporal de sus pacientes. El resultado es positivo (Koemeda-Lutz y Peter 2001, 2002). Se ha diseñado un segundo estudio para hacer matizaciones sobre la “lectura corporal” hecha según los criterios en los que se basan los terapeutas cuando la describen verbalmente (Koemeda-Lutz et al. 2003 c)

Referencias

Bäurle R (1988) *Körpertypen Vom Typentrauma zum Traumtypen* . Simon u. Leitner; Berlin.

Berliner J. (1991) *Ein kritischer Blick auf das theoretische Modell der Bioenergetischen Analyse*, Brüssel

Berliner J. (1994) *Psychoanalyse, Bioenergetische Analyse, analytische körpervermittelte Psychotherapie* In: Geißler P. (Ed.) *Psychoanalyse und Bioenergetische Analyse. Im Spannungsfeld zwischen Abgrenzung und Integration*, Frankfurt

Bertschi H (2003) *Retrospektive Evaluationsstudie der Wirksamkeit Bioenergetischer Analyse und Therapie*. Lizentiatsarbeit am Institut für Klinische Psychologie, Universität Basel.

Bischof, Marco. (1995): *Biophotonen, Das Licht in unseren Zellen*. Verlag 2001

Buhl HS (2001) *Vegetatives Nervensystem und Energetische Medizin* (Teil 1.Energie & Charakter 23:

Boadella D (1980) *Wilhelm Reich. The Evolution of his Work*. Routledge & Kegan Paul; London. German: *Wilhelm Reich*. Fischer TB; Frankfurt a.M. 1981.

Campbell D. (1991) *The World made Flash* In: *Bioenergetic Analysis*. No 2,1991, pp: 57-63

Campbell D. (1993) *Über die Angst* In: *Forum der Bioenergetischen Analyse* 2/1993, pp: 18-23

- Campbell D. (1994) *Scham* In: Forum der Bioenergetischen Analyse 2/1994 pp. 73 - 79
- Capra F. (1996): *The Web of Life*. Scherz
- Carle L (2002) *Das Energiekonzept in der Bioenergetischen Analyse und Therapie*. In: Koemeda-Lutz (Ed.) *Körperpsychotherapie- Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Schwabe; Basel. 151-182.
- Clauer, J. (1999), Heinrich, V.: *Körperpsychotherapeutische Ansätze in der Behandlung traumatisierter Patienten: Körper, Trauma und Seelenlandschaften. Zwischen Berührung und Abstinenz*. In: Psychotherapie Forum, Vol.7, No.2, 1999, S.75-93, Springer Verlag Wien
- Ciampi L(1999) *Die emotionalen Grundlagen des Denkens*. Entwurf einer fraktalen Affektlogik. Vandenhoeck & Ruprecht; Göttingen.
- Damasio A. R. (1996): *Descartes` Irrtum*. Verlag List
- Dietrich R, Pechtl W. (1990) *Energie durch Übungen*. Eigenverlag, Paracelsusstr. 4, A-5020 Salzburg.
- Dietrich R. (2004) *Analytische Bioenergetik. Das Persönlichkeitsmodell der 5 Charakterstrukturen*. Eigenverlag, Paracelsusstr. 4, A-5020 Salzburg.
- Eckberg M. (1999) *Case Study of a Survivor of Political Torture*. Bioenergetic Analysis 10 (1): 53-72.
- Fehr T (1998a) *Die persönlichkeitspsychologische Fundierung bioenergetischer Typen*. Forum der Bioenergetischen Analyse 1: 1-19.
- Fehr T (1998b) *Bioenergetische Prozessanalyse BPA: Screening –Verfahren zur Persönlichkeitsstruktur*. Swets & Zeitlinger; Frankfurt a.M.
- Fehr T (2000) *Bioenergetische Charakterkonzepte aus persönlichkeitspsychologischer Sicht*. Report Psychologie 25 (5-6): 344–355.
- Geißler P (1994) *Von der Bioenergetischen Analyse zur analytischen körperbezogenen Psychotherapie*. In: Geißler P. (Ed.) *Psychoanalyse und Bioenergetische Analyse. Im Spannungsfeld zwischen Abgrenzung und Integration*, Frankfurt
- Goldberg LR (1990) *An alternative „description of personality“ the big five factor structure*. Journal of Personality and Social Psychology 59: 1216-1229.
- Gudat U (1997) *Bioenergetische Analyse als ambulante Psychotherapie – Anwendungsbereiche und Wirkungen*. Psychotherapie Forum 5 (1):28-37.
- Gudat U (2002) *Efficacy of Bioenergetic Therapies as a Method of Psychotherapy*. Bioenergetic Analysis 13 (1):21-56.

Heinrich V. (1997), *Körperliche Phänomene der Gegenübertragung, Therapeuten als Resonanzkörper*. In: Schubert, Günter (Ed.) *Forum der Bioenergetischen Analyse* 1: 32-41

Internationale Klassifikation psychischer Störungen (ICD-10 Kapitel V (F)) Hrsg. H Illing, W Mombour, M H Schmidt. Hans Huber; Bern.

Johnson SM (1985) *Characterological transformation: the hard work miracle*. Norton; New York.

Keleman S (1981) *Your body speaks its mind*. Simon & Schuster; New York.

Kerner I, Kerner D (1997) *Heilen, Wie Heilen wirkt, Energiesystem des Menschen, Heilen ist erlernbar, Heiler im Test*. Kiepenheuer & Witsch, Köln.

Kirsch S. (1994) *Von der Bioenergetischen Analyse zur analytischen Körperpsychotherapie* In: Geißler P. (Ed.) *Psychoanalyse und Bioenergetische Analyse. Im Spannungsfeld zwischen Abgrenzung und Integration*, Frankfurt

Klopstech A (2002) *Modelle therapeutischen Handelns: der psychoanalytische und der bioenergetische Weg*. In: *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*, Schwabe & Co. pp.61-74

Klopstech, A.. (2002) *Psychoanalyse und körperorientierte Psychotherapie im Dialog*. In: Komeda-Lutz, M. (Ed.) *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Schwabe & Co, Basel S.449 – 60

Klopstech A (2004) *Im Kontext regulatorischer Prozesse: Versuch einer Klärung des Katharsis-Begriffs*. In: P Geissler (Ed) *Was ist Selbstregulation?* Psychosozial Verlag; Giessen. 95-119.

Klopstech A (2005) *Catharsis and Self-Regulation Revisited: Scientific and Clinical Considerations*. *Bioenergetic Analysis* 15, in press.

Koemeda-Lutz M (2001) *Der Körper als Informationsträger - Eine Studie zur Bioenergetischen Körperdiagnostik*. *Psychotherapie Forum* 9(2):51-61.

Koemeda-Lutz, M. (Hrsg) (2002) *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Schwabe; Basel.

Koemeda-Lutz M, Peter H. (2002 A) *What do human bodies tell us? In Search of statistically significant empirical confirmation for the "Language of the Body". A Study in bioenergetic body-diagnostics*. *Bioenergetic Analysis* 13 (1):4-94.

Koemeda - Lutz, (ed) (2002 B), *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*, Schwabe & Co.

Koemeda - Lutz, (2002 C) *Ein psychosomatisches Persönlichkeitsmodell: Charakterstrukturen*. In: *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*, Schwabe & Co. pp. 117-138

Koemeda - Lutz, (2002 D) *Zur therapeutischen Arbeit mit Emotionen*. In: *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*, Schwabe & Co. pp. 183 - 196

Koemeda-Lutz M, Kaschke M, Revenstorf D, Scherrmann T, Weiss H, Soeder U (2003a) *Zwischenergebnisse zur Wirksamkeit von ambulanten Körperpsychotherapien. Eine Multicenter-Studie in Deutschland und der Schweiz*. *Psychotherapie Forum* 11(2): 70-79.

Koemeda-Lutz M, Kaschke M, Revenstorf D, Scherrmann T, Weiss H, Soeder U (2003b) *Preliminary Results Concerning the Effectiveness of Body-Psychotherapies in Outpatient Settings – A Multi-Centre Study in Germany and Switzerland*. www.eabp.org

Koemeda-Lutz M, Emmenegger PA, Peter H (2003c) *Vorschlag zur systematischen Nutzung von visuellen Informationen in der (körper-)psychotherapeutischen Diagnostik. Ein empirisch abgeleitetes Screening-Raster*. *Psychotherapie* 11 (2): 58-69.

Koemeda-Lutz M (Ed) 2004) *Psychotherapie Forum* 12(2) Themenheft: *Neurowissenschaften und Psychotherapie*. Springer; München.

Koemeda-Lutz M, Steinmann H (2004) *Implikationen neurobiologischer Forschungsergebnisse für die Körperpsychotherapie unter spezieller Berücksichtigung der Affekte*. *Psychotherapie Forum* 12(2) 99-97.

Koemeda-Lutz M (2005) *Die relative Bedeutung von Kognition, Affekt und Motorik im psychotherapeutischen Prozess – eine bioenergetische Perspektive*. In: Geissler P (Ed) *Therapeutische Interaktion- Makro- und Mikroperspektive*. Psychosozial Verlag; Giessen (in press).

Kurtz R, Prester H (1976) *The body reveals. An illustrative guide to the psychology of the body*. Harper & Row; New York. (German: *Botschaften des Körpers*. Body Reading. Ein illustrativer Leitfaden. Kösel; München 1979).

Kriz J (2000) *Perspektiven zur "Wissenschaftlichkeit" von Psychotherapie*. In: Hermer M (Hrsg) *Psychotherapeutische Perspektiven an der Jahrtausendschwelle*. DGVT; Tübingen.

Lassek H. (1997 A) *Lebensenergieforschung*. Simon und Leutner

Lassek H. (1997 B). *Orgontherapie. Heilen mit der reinen Lebensenergie*. Scherz

Levine P.A. (1990) *Der Körper als Heiler*. In: *Energie & Charakter*, 21.Jg. No. 2 1990

Levine P.A. (1997) *Trauma – Heilung. Das Erwachen des Tigers*. Synthesis, Essen

Lewis, R. (1986). *Getting the head to reality sit on one's shoulders: A first step in grounding the false self*. In: *Bioenergetic Analysis* 2

- Lewis, R., (1994). *Cephaler Schock - verstanden als Verlust des Gleichgewichts*. In: Hoffmann-Axthelm, D. (Ed.) *Schock und Berührung*. Transform-Verlag, Oldenburg, S. 28 – 45
- Lewis, R. (1998). *The Trauma of Cephalic Shock: Clinical Case Study in which a Portuguese Man-of-War Faces the Jaws of Death and thereby Reclaims his Bodily Self*. In: *Bioenergetic Analysis*. No 1,1998, pp:1-19
- Lewis R (2004) *Projective Identification revisited – listening with the Limbic System*. *Bioenergetic Analysis* 13(1): 57-74.
- Lowen A (1958) *The language of the body*. Grune & Stratton; New York. (German: *Körperausdruck und Persönlichkeit*. Kösel; München 1981)
- Lowen A (1967) *The Betrayal of the Body*. (German: *Der Verrat am Körper*. Rowohlt; Reinbek bei Hamburg, 1982).
- Lowen A (1975) *Bioenergetics*. (German: *Bio-Energetik*. Rowohlt; Reinbek bei Hamburg, 1988)
- Lowen A, Lowen L (1979) *Bioenergetik für Jeden*. Kircheim; München. (Orig. *The Way to Vibrant Health*. Harper & Row; New York, 1977.)
- Lowen A (1979 A): *Bioenergetik*. Rororo, Reinbeck b. Hamburg.
- Lowen A (1980): *Der Verrat am Körper*. Rowohlt, Reinbek.
- Lowen A (1981): *Körperausdruck und Persönlichkeit*. Kösel, München
- Mahr R (1994) *Körperkontakt in der Bioenergetischen Analyse*. *Forum der Bioenergetischen Analyse* 2:65-68.
- Mahr R (1994): *Körperkontakt in der Bioenergetischen Analyse*. in: *Forum der Bioenergetischen Analyse*. Nummer 2, 1994, pp.65-68
- Mahr R. (1995) *Energie und Identität*, in: *Forum der Bioenergetischen Analyse*, Nummer 1, 1995, pp: 39 - 52
- Mahr R (1997) *Das Konzept der Orgonenergie von Wilhelm Reich*. *Forum der Bioenergetischen Analyse* 1,69-75.
- Mahr R. (1999) *What does relationship in Bioenergetic Analysis mean?* Presented on the Second Congress of the European Federation of Bioenergetic Analysis - Psychotherapy, 1999, Sitges, Spain, www.bioenergetik-mahr.de
- Mahr R (2001) *Developing undiscovered sources of Bioenergetic Analysis*. *Bioenergetic Analysis* 12 (1): 117-134.

Mahr R (2001 A) *Traumatised Children: A Challenge for the Bioenergetic Therapist*, in: Ventling, Christa D., (Ed.) *Childhood Psychotherapy, A Bioenergetic Approach*, 2001, Karger, S. 70 – 82

Mahr R (2001 B) *Zur Wissenschaftstheorie in der Körperpsychotherapie* (Teil 1). *Energie & Charakter* 23:103-112. (Teil 2) *Energie & Charakter* 24: 80-91.

Mahr R. (2003). *Das Energiekonzept der Bioenergetischen Analyse*. Vortrag auf dem Kongress des IIBA, 2003 in Salvator, Brasilien

Michel, I. M., Koemeda-Lutz (2002) *Stammbaum zur Geschichte der Bioenergetischen Analyse*. in: Komeda-Lutz, M. (Ed.) *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Schwabe & Co, Basel. pp. 12 - 26

Miketta G (1997) *Netzwerk Mensch. Den Verbindungen von Körper und Seele auf der Spur*. Rororo; Reinbek b.Hamburg.

Müller C (2000) *EMDR, Körperpsychotherapie und Psychoanalyse: Gemeinsamkeit und Unterschiede, Neugier an der Vielfalt therapeutischer Möglichkeiten*. *Forum der Bioenergetischen Analyse* 1:23-37.

Pantanelli RM, Maiello P (2001) *L'insegnante Sufficientemente Buono*. Brain edizioni; Roma.

Puner H. (1947) *Freud. His life and mind*. New York

Rank, Ansgar und Dietlinde (1994) *Schau auf deinen Körper und fühle, wer du bist. Körperausdruck und Charakterstrukturen in der Bioenergetik*. Kreuz Verlag, Stuttgart

Reich W (1945) *Character Analysis*. 1rst ed. Orgone Institute Press; New York. (German: *Charakteranalyse*. Kiepenheuer & Witsch, Köln 1971, 1989).

Reich W (1942; 1948; 1961) *Die Entdeckung des Orgons. Die Funktion des Orgasmus*. Kiepenheuer & Witsch; Köln 1969.

Reich W. (1969), *Die Entdeckung des Orgons*. K&W, Köln

Reich W. (1974), *Der Krebs*. Köln

Reich W. (1983), *Charakteranalyse*. Fischer

Resneck-Sannes H (2003) *Psychobiology of Affects- Implications for a somatic Psychotherapy*. *Bioenergetic Analysis* 13(1); 112-122.

Schindler, P. (2002) *Geschichte und Entwicklung der Bioenergetischen Analyse*. In: Komeda-Lutz, M. (Ed.) *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Schwabe & Co, Basel. pp.27 – 48

Schwieger C H-J.(1998) *Charakter als Überlebensstrategie*. Kösel, München.

- Shore AN (1994) *Affect Regulation and the Origin of Self. The Neurobiology of Emotional Development*. Earlbaum, Hillsdale N J.
- Sollmann U (1988) *Bioenergetik in der Praxis*. Rororo; Reinbeck b.Hamburg.
- Sollmann U (1999) *Schaulauf der Mächtigen*. Knaur, München.
- Steinforth M (1999) *Im Körper zu Hause*. Vandenhoeck & Ruprecht; Göttingen.
- Steinmann H. (2002) *Bioenergetische Methoden und Techniken*. In: *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*, Schwabe & Co. pp.289-316
- Stern D. N. (2003) *Die Lebenserfahrung des Säuglings*. Klett-Cotta
- Stiehl E (1997) *Reflections on Learning and Teaching Bioenergetics*. In: *Bioenergetic Analysis*. No 1,1997, pp:75 – 79
- Tipler PA(1995) *Physik*. Spektrum Verlag,.
- Van der Kolk B. (1994) *The Body Keeps the Score: Memory and Evolving Psychobiology of Posttraumatic Stress*. *Harvard Rev Psychiatry* 1; 253 - 265
- Ventling CD, Gerhard U. (2000) *Zur Wirksamkeit bioenergetischen Psychotherapien und Stabilität des Therapieresultats: Eine retrospektive Untersuchung*. *Psychotherapeut* 45:230-236.
- Ventling CD (2001)(Ed.) *Childhood Psychotherapy. A Bioenergetic Approach*. Karger, Basel.
- Ventling CD (2002) *Ein Plädoyer für Forschung*. In: Komeda-Lutz M (Hrsg.) *Körperpsychotherapie - Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Schwabe; Basel, 325-340
- Ventling CD (2002) *Efficacy of Bioenergetic Therapies and Stability of the Therapeutic Result: A Retrospective Investigation*. *Bioenergetic Analysis* 13 (1):57-76.
- Ventling CD (2002) *The Significance of Scientific Research for Bioenergetics*. *Bioenergetic Analysis* 13 (1):1-20.
- Ventling CD (2002) (Ed) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger, Basel.
- Ventling CD (2004) *Neurobiologisches Lernen: Sensibilisierung der Sinnes-und Körperwahrnehmung – Ein experimenteller Workshop*. *Psychotherapie Forum* 12(2): 104-109.
- Warnke U (1998) *Gehirn - Magie*. Popular Academic Verlags-Gesellschaft, Saarbruecken.

Bioenergetic Case Vignettes and Case Histories (updated list 2004)

- Berman MH (1998) *Trauma and Recovery*. Bioenergetic Analysis 9 (1):19–30.
- Büntig WE (2002) *Learning from Cancer Patients*. In: Ventling CD (Ed.) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger; Basel, 121 – 144.
- Eckberg M (1999) *Case Study of a Survivor of Political Torture*. Bioenergetic Analysis 10(1):53–71.
- Eckberg M (1999). *Treatment of Shock Trauma (PTSD). A Somatic Perspective*. Bioenergetic Analysis 10 (1):73 –75.
- Gomes MG (2000) *Isabelle's Therapeutic Process*. Bioenergetic Analysis 11(2): 91–109.
- Halsen AW (1992) *Bioenergetic work with children: experiences in a child psychiatric unit*. Bioenergetic Analysis 5: 30–44. Reprinted in: Ventling CD (Ed.) *Childhood Psychotherapy: A Bioenergetic Approach*. Karger, Basel, 41-52, 2001.
- Hofer-Moser O (2002) *The Existential Spiritual Dimension in the Therapy of a Cancer Patient*. In: Ventling CD (Ed.) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger; Basel, 83-107.
- Hoffmann-Axthelm D (1992) *Der Stein auf der Brust oder: Athena aus dem Haupte des Zeus*. In: Hoffmann-Axthelm D (Hrsg.) *Verführung in Kindheit und Psychotherapie*. Körper und Seele, Band 3. Transform-Verlag, Oldenburg.
- Kirsch S (1994) „Ich kann nicht glauben, dass mir das jemals geschehen ist.“ *Das Erkennen und Durcharbeiten unaufgelöster Schock-Zustände*. In: Hoffmann-Axthelm, D. (Hrsg.) *Schock und Berührung*. Körper und Seele, Band 4. Transform-Verlag, Oldenburg.
- Klopstech A (1993) *Sexual Abuse: The Body Remembers Even When the Mind Does Not*. Bioenergetic Analysis 5 (2):36–44.
- Klopstech A (1994) *Das Trauma sexuellen Missbrauchs: Wo Berührung misshandelt hat und wie Berührung heilen kann*. In: Hoffmann-Axthelm, D. (Hrsg.) *Schock und Berührung*. Körper und Seele, Band 4. Transform-Verlag, Oldenburg.
- Koemeda – Lutz M (2000) *Mit dem Kopf durch die Wand*. Ein Fallbericht. Intra 42: 36-43.
- Kühntopp J, Heinrich V (2001) *Bioenergetic Duos: Uncovering Deficits in Mother-Child Relationships*. In: Ventling CD (Ed) *Childhood Psychotherapy: A Bioenergetic Approach*. Karger, Basel, 23-31.
- Laschinski D (1998). *Working with Sexually Abused People: How to Discover and Deal with these Clients*. Bioenergetic Analysis 9 (1): 71 – 82.

Lewis R (1994) *Cephaler Schock – verstanden als Verlust des Gleichgewichts*. In: Hoffmann-Axthelm D (Hrsg.) *Schock und Berührung*. Körper und Seele, Band 4. Transform-Verlag, Oldenburg.

Lewis R (1998) *The Trauma of Cephalic Shock*. Clinical Case Study in Which a Portuguese Man-of-War Faces the Jaws of Death and Thereby Reclaims His Bodily Self (his heart and soul). *Bioenergetic Analysis* 9 (1):1–18.

Lewis R (2000) *Trauma and the Body*. *Bioenergetic Analysis* 11 (2): 61–75.

Mahr R (1991) *Migräne und Bioenergetik*. In: Hoffmann-Axthelm, D. (Hrsg.) *Der Körper in der Psychotherapie*. Körper und Seele, Band 2. Transform-Verlag, Oldenburg.

Mahr R (2001) *Traumatized Children: A Challenge for the Bioenergetic Therapist*. In: Ventling CD (Ed) *Childhood Psychotherapy: A Bioenergetic Approach*. Karger, Basel, 70-82.

Mahr R (2002) *Bioenergetic Therapy of a HIV-Positive Client*. In: Ventling CD (Ed.) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger; Basel, 71-82.

Mayo, L. (1988/90) *The abused child grows up and walks into your office*. *Bioenergetic Analysis* 3, 2.

Schroeter VS (2001) *Improving Bonding using Bioenergetics and Sensory Assessments: A Clinical Case Report*. In: Ventling CD (Ed) *Childhood Psychotherapy: A Bioenergetic Approach*. Karger, Basel, 19-22.

Schroeter VS (2002) *Surviving the Grief of Infertility*. In: Ventling CD (Ed.) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger; Basel, 62-70.

Steinmann H (2002) *Bioenergetische Methoden und Techniken*. In: Koemeda-Lutz, M. (2002). *Körperpsychotherapie – Bioenergetische Konzepte im Wandel*. Körper und Seele Sonderband. Schwabe-Verlag, Basel.

Ventling CD (2002) *Confronting Multiple Sclerosis*. A Challenge for the Bioenergetic Therapist. In: Ventling CD (Ed.) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger; Basel, 14-34.

Ventling CD (2002) *Atypical Terminal Cancer*. A Case Report. In: Ventling CD (Ed) *Body Psychotherapy in Progressive and Chronic Disorders*. Karger, Basel, 108-120.

Ventling CD (2005) *Health-threatening Bulimia nervosa and A Promising New Treatment Approach*. USA *Body Psychotherapy Journal* 4(1): 82-100. In press.

Wills T (2001) *The Blue Ball Intervention: Integrating Bioenergetics Into a Children's Acute Care Psychiatric Unit*. In: Ventling CD (Ed) *Childhood Psychotherapy: A Bioenergetic Approach*. Karger, Basel, 32-40.