
Tatsachen, nackt

Sexuelle Verstrickungen, Zwänge und Barrieren der Gegenwart haben ihre Ursache in der Kindheit. Mit der Sexual Grounding Therapy können diese «eingefrorenen Energien» freigesetzt werden, indem Erwachsene kindliche Gefühle und Schmerz auch auf der Körperebene wieder erleben und sich buchstäblich mit den nackten Tatsachen ihrer Biografie auseinandersetzen. Ein Gespräch mit dem Zürcher Therapeuten Marco Guidon.

Zeitpunkt: Herr Guidon, kommen wir doch gleich zur Sache: In Ihrer Sexual Grounding Therapy sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Gruppe nackt. Was läuft da ab?

Marco Guidon: Nackt sind die Teilnehmer nur in gewissen Regressionsübungen, um den Zugang zum ursprünglich unschuldigen Zustand des Kindes zu ermöglichen. Es geht dabei weder um Sex, noch herrscht in irgendeiner Form eine erotisierte Stimmung.

Aber Geschlechtlichkeit ist das Thema?

Ja. Sexual Grounding Therapy (SGT) befasst sich mit der Zeit ab dem vierten Jahr, dem Alter, in dem Jungen und Mädchen das andere Geschlecht entdecken. Die Neugierde richtet sich in diesem Alter auf gegengeschlechtliche Geschwister, wenn vorhanden, vor allem aber auf den gegengeschlechtlichen Elternteil. Wird diese natürliche und unschuldige Neugier durch die Eltern unterbunden, wandert sie ins Unterbewusste und kann Ängste, Zwänge und psychische Störungen produzieren, die sich später auf irgendeine Art den Weg ins Bewusstsein suchen. Das sind dann zum Beispiel Männer, die von Pornographie abhängig und nie satt werden, weil der Hunger ganz anderer Art ist und weit zurückliegt.

Aber man kann doch nicht seine Geschlechtlichkeit an den eigenen Eltern entdecken.

Wenn die eigene Geschlechtlichkeit bereits in der Kindheit durch die Eltern angemessen gespiegelt wird, kann das Kind die unterschiedlichen Geschlechter erfahren, ohne sich dabei aus der mütterlichen und väterlichen Sicherheit und Geborgenheit ausgestossen zu fühlen. Vor allem der Körper der Mutter ist essenzielle psychische Nahrung im Leben eines Kindes. Sie kennen vielleicht das berühmte Experiment mit Schimpansenjungen und ausgestopften Muttertieren. Das eine war warm, das andere kalt, hatte dafür Milch in seinen

Brüsten. Die Jungen bevorzugten eindeutig das warme Muttertier. Genauso wie es eine artgerechte Tierhaltung gibt, gibt es auch eine menschengerechte Kindheit.

Sie meinen, dass der Mensch mit einer körper- oder sexualfeindlichen Kindheit später keine Möglichkeit mehr hat, zu spüren, was ihm gut tut?

Doch, die ursprünglichen Impulse sind im Körper unbewusst gespeichert. Aber wir verlieren sehr viel, wenn wir uns unserer eigenen Natur entfremden. Oft können wir Körpersignale nicht mehr deuten und leben mehr durch den Kopf. Das produziert Spannungen und viel Leid.

Und die lassen sich nur auflösen, indem die frühkindlichen Phasen in der Regression nochmals durchlebt werden?

Aus meiner Sicht, ja.

Dann hoffe ich wenigstens, dass sich bei den Lesern dieses Interviews ansatzweise etwas auflöst. – Wann erfahren denn die Teilnehmer Ihrer Gruppen, dass da auch nackt gearbeitet wird?

Bei der Anmeldung, bzw. im Vorgespräch. Zudem müssen alle die ethischen Richtlinien unterschreiben. Es gibt weder Sex noch Erotik in den Trainings. Menschen mit pathopsychologischen Störungen nehmen wir ebenfalls nicht an.

Und dann entsteht auch keine erotische Stimmung?

Ja. SGT ist ja kein Sex-Kurs. Wer so etwas sucht, soll anderswo hingehen, es gibt genügend entsprechende Angebote. Wir haben übrigens recht viele Therapieprofis, Psychotherapeuten, Ärzte etc., die sich sagen: Jetzt will ich es wirklich wissen. Die SGT verfügt im übrigen über ein solides theoretisches tiefenpsychologisches Fundament, bei dem auch der Erwachsene in uns auf die Rechnung kommt und wirklich

Keine Angst vor Nacktheit, auch in der Therapie: Doris und Marco Guidon.
(Bild: zvg)

verstehen kann, was mit unserer Sexualität im Verlauf des Lebens passiert.

Aussteiger?

Das kommt vor. Von den 23 Teilnehmern des letzten Kurses sind zu Beginn drei ausgestiegen. Es gibt keine Therapie, die sich für alle gleichermassen eignet. Aber die 20, die das Basisjahr abgeschlossen haben, machen ausnahmslos das Training für Fortgeschrittene, kein schlechter Leistungsausweis.

Was wird da behandelt?

Das Thema des Basis-Trainings sind die Jahre 4 bis 24 aufgeteilt in vier Phasen. Das Training für Fortgeschrittene behandelt ebenfalls in vier Phasen die Jahre danach und arbeitet auch mit der Progression, d.h. man erlebt den zukünftigen Zustand des Alterns in der Gruppe.

Warum beginnen Sie erst ab dem vierten Altersjahr?

Im Fokus der SGT steht die psychosexuelle Entwicklung, und die beginnt mit diesem Alter. Zudem gibt es für die anderen Probleme mit frühkindlichen Wurzeln andere bewährte Therapiemodelle, die mit Regression arbeiten.

Sind Sie und Ihre Frau auch nackt, wenn Sie mit den Gruppen arbeiten?

Nein, wir sind ja nicht Teil des Prozesses. Wir begleiten ihn und intervenieren, wenn nötig.

Welches Resultat strebt SGT an?

Der Begründer der SGT, der Holländer Dr. Willem Poppe liers hat es so beschrieben: «Sexual Grounding Therapy will für die zukünftigen Generationen das naturgegebene Recht auf vollen sexuellen Ausdruck zurückgewinnen, ohne die Verzerrungen und den extremen Hedonismus, der heutzutage praktiziert wird.» SGT strebt einen Prozess an, in dem sexuelle Zwänge, Abhängigkeiten und Barrieren überwunden werden können, weil ihre Ursachen erkannt und erlebt werden und die kindlichen Prägungen nicht mehr wiederholt werden müssen. Der Mensch wird für seine Sexualität selber verantwortlich, weil er weiss und spürt, dass sie aus ihm selber kommt. Das gesellschaftliche «Dogma» behauptet das Gegenteil: Sexuelle Erregung ist von aussen



Foto: zvg

abhängig. Wenn z.B. die Frau für die Erregung des Mannes verantwortlich ist, lassen sich damit gute Geschäfte machen und umgekehrt. Mit Sex und Pornografie werden allein in der Schweiz Milliarden umgesetzt.

Unsere sexuellen Probleme sind damit nicht nur individueller Natur, die in einer individuellen Therapie behandelt werden müssen, sondern auch gesellschaftlicher Art. Da müsste sich doch auch die Gesellschaft ändern.

Selbstverständlich, aber dies ist ein heisses Eisen und ein Prozess, der noch mehrere Generationen dauert. Wilhelm Reich, auf den die Körperpsychotherapie zurückgeht, betrachtete die sexuelle Ausbeutung als Politikum. Er lief voll in den Hammer. Seine Beschreibung, wie sich der Mensch aufgrund seiner verfehlten psychosexuellen Entwicklung mit einem lebensfeindlichen Panzer umgibt, haben übrigens nichts von ihrer Aktualität verloren und sind immer noch höchst lesenswert. Wer Menschen kontrollieren will, kann nicht zulassen, dass sie frei werden. Wer in einer erfüllten Beziehung lebt, führt keine sinnlosen Kriege. Es ist ja symptomatisch, dass in jedem Krieg Vergewaltigungen wie eine Art Waffe eingesetzt werden. In diesem Sinne ist die SGT auch Friedensarbeit.

Das Gespräch führte Christoph Pfluger

Marco und Doris Guidon arbeiten seit 1987 mit verschiedenen körperpsychotherapeutischen Methoden. Das Basis-Training in Sexual Grounding Therapy umfasst vier Einheiten zu je sechs Tagen. Das nächste Training beginnt Mitte November.

Kontakt: Marco und Doris Guidon, Sexual Grounding Therapy, Untergrüt 5, CH-8704 Herrliberg, 044 915 08 87. www.koerperpsychotherapie.ch