

Anmerkungen zur Bonding Psychotherapie
Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin mit Kommentar

Jeff und Julia Gordon, Godehard Stadtmüller

Anlässlich des 5. *Wiener Symposiums für Psychoanalyse und Körper* hatten wir Gelegenheit einer Gruppe von 12 Teilnehmern, im Rahmen des Prä-Konferenz-Workshops, eine theoretische und praktische Einführung in Bonding-Psychotherapie anzubieten. Bevor wir eine Teilnehmerin zu Wort kommen lassen, die uns freundlicherweise ihren Erfahrungsbericht zur Verfügung gestellt hat, möchten wir einige Grundgedanken zu dieser Form der Körperpsychotherapie zusammenfassen.

Der Begründer der Bonding-Psychotherapie, Dr. Daniel Casriel, betrachtet das vielseitige seelische und psychosomatische Leiden des heutigen Menschen als Ergebnis einer kulturell bedingten Konditionierung. Der Kern dieser Konditionierung ist ein Zustand des Mangels im Bereich eines lebenswichtigen Basisbedürfnisses des Menschen - Bonding. Genauer gesagt ist Bonding das biologisch verankerte Grundbedürfnis des Menschen nach emotionaler Offenheit und körperlicher Nähe zu anderen Menschen. In den letzten Jahren wurde die Theorie der Bonding-Psychotherapie von Dr. Konrad Stauss, ehemaliger Chefarzt der Psychosomatischen Klinik Bad Grönenbach, auf der Grundlage der Bindungstheorie, der von Grawe entwickelten Konsistenztheorie, sowie der modernen Hirnforschung und des Prozess- Erfahrungsansatzes von Greenberg und Elliot weiterentwickelt und differenziert. Das von Casriel genannte Grundbedürfnis nach emotionaler Offenheit und körperlicher Nähe ergänzte er durch weitere lebensnotwendige, neurobiologisch verankerte psychosoziale Grundbedürfnisse: Bindung, Autonomie, Selbstwert, Identität, Körperliches Wohlbefinden und Lebenssinn. (Konrad Stauss, 2006)

Die Bonding-Psychotherapie ist ein emotionsorientierter Lernprozess, dessen Wirksamkeit auf einem Zugang zu tiefen Gefühlen, der Erarbeitung von positiven Einstellungen zu sich und anderen und der Entwicklung und Einübung von neuen Verhaltensweisen basiert. Das klassische Setting in der Bonding-Psychotherapie besteht aus einer Kombination von einer Bondinggruppe und einer parallel laufenden Einstellungsgruppe. Zwischen beiden Gruppen wird zirkulär gearbeitet (s. Diagram S. 3). Zentraler Teil der Bondinggruppe ist die Bonding-Übung, bei der es vor allem um die Bewusstmachung dysfunktionaler Beziehungsmuster mit den dazugehörigen Gefühlen geht, die erlebt und ausgedrückt werden.

In der gleichzeitig stattfindenden, parallel laufenden Einstellungsgruppe werden die bei der Bonding-Übung gemachten Erfahrungen auf der kognitiven Ebene bearbeitet. Man kann über die Erfahrungen und evtl. aufgetretenen Schwierigkeiten während der Bonding-Übung berichten, Rückmeldungen von den anderen Teilnehmern bekommen und mit problematischen Verhaltensweisen konfrontiert werden. Die Einstellungsgruppe ist auch der Ort, an dem verschiedene Themen angesprochen werden können, z.B. Probleme mit dem Ehepartner, den Eltern, den Kindern, dem Vorgesetzten usw. Durch gezielte Fragen hilft der Therapeut dem Teilnehmer, Einsichten zu gewinnen in die negativen Einstellungen und irrationalen Gefühlsreaktionen, die hinter seinem, für ihn inadäquaten Verhalten stehen. Es können Bezüge hergestellt werden zu ähnlichen Gefühlsmustern und Verhaltensweisen in der Ursprungsfamilie. Je nach Ausbildung des Therapeuten können hier auch Elemente aus anderen therapeutischen Verfahren eingesetzt werden.

Durch die Bonding-Übung mit einem Partner/in begegnen die Teilnehmer/innen ihren Ängsten, Einstellungen und alten Erfahrungen in Bezug auf einen anderen, Eltern/Kind-Beziehung, Geschwister/Geschwister, Mann/Frau usw. In der Einstellungsgruppe lernt man, sich nach außen zu vertreten, sich adäquat zu behaupten, um das Neugelernte in den Alltag integrieren zu können.

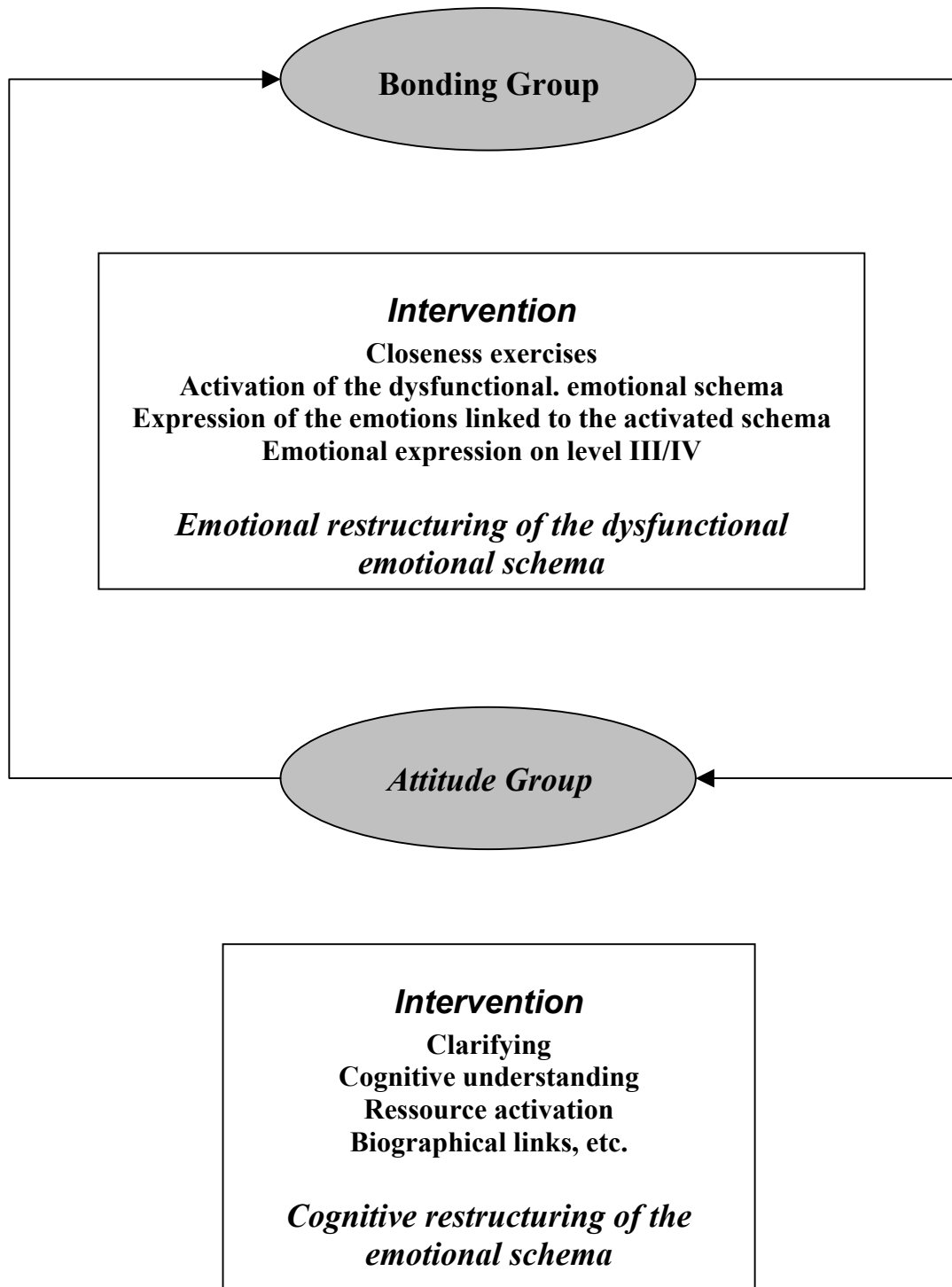


Abbildung: zirkuläre Zusammenarbeit der Bonding- und Einstellungsgruppe (aus *Bonding Psychotherapy, Traininghandbuch*, K Stauss)

Um die Bonding-Arbeit anschaulicher zu machen, werden wir den folgenden Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin des Prä-Konferenz Workshops an einigen Stellen kommentieren:

Erfahrungsbericht von Judith (der Name ist fiktiv):

Zum besseren Verständnis hier kurz etwas aus meiner Vorgeschichte:

Da ich in Psychotherapie-Ausbildung stehe, wird es verständlich sein, dass ich seit Jahren an der Auflösung meiner innersten Blockaden arbeite. Viele Schritte habe ich dazu auch tatsächlich schon erfolgreich tun können. Und ich arbeite weiter daran.

Mein persönlicher Hemmschuh war immer, dass ich von Kindheit an dazu angeleitet (man könnte sagen, darauf konditioniert) worden bin, mein Leben vom Kopf her zu regulieren. Immer hatte der Verstand die Oberhand zu haben. Und wenn ich später doch da und dort (z.B. bei der Partnerwahl) emotional eine Entscheidung traf, stellte sich im Nachhinein zumeist heraus, dass ich sozusagen „falschen“ Emotionen gefolgt war, respektive dass ich offenbar immer nur solchen Emotionen gehorchte, die ich mir selber erlaubte, oder eben solchen, auf die ich geprägt war. Damit waren (und wirkten) aber alle Gefühle, die ich in meinem Inneren wahrnahm – wie ich mit den Jahren erkennen konnte – immer irgendwie, als wären sie gefiltert.

Dass ich das erkennen konnte, ist meiner jahrelangen Suche zuzuschreiben, mich selber zu finden. Und ich war immerhin schon froh darüber, dass ich wenigstens wusste (also auf kognitivem Wege erkannt hatte), dass da offenbar „irgendetwas in mir“ meine Emotionen aussiebt, und damit immer nur gewisse Gefühle zulässt, andere hingegen ausblendet und wieder andere verfälscht.

Gewiss, schon allein dass ich es mit dem Verstand erkannt habe, hat einiges an meinem Verhalten verändert, sowohl in meinem Umgang mit Menschen, als auch an meinem Umgang mit mir selber. Aber „so richtig frei“ habe ich mich innerlich immer noch nicht fühlen können.

Vor einiger Zeit habe ich meine erste Erfahrung mit „Bonding“ gemacht. Das war anlässlich zweier Wochenend-Workshops in Körperpsychotherapie. – Ich erwähne das deshalb, weil ich damals zumindest zum ersten Mal körperlich gespürt habe, dass da ganz tief in mir drinnen eine Art Sperre ist. Es war eine „Hemmung“, die sich kognitiv (also auf dem Wege des „gedanklichen Erkennens“) wahrscheinlich nicht würde lösen lassen.

Zwar fühlte ich mich gedanklich zum damaligen Zeitpunkt schon ziemlich „frei“ von den Prägungen und Einengungen meiner frühen Kindheit. Und ich dachte, indem ich mir zumindest einige der „anergenen, unbewusst gewordenen Regeln“ im Laufe der Jahre immer mehr bewusst machen konnte, würden diese mich nun nicht mehr beherrschen... Aber als ich dann in körperlichen Übungen daran ging, die (wie ich dachte, schon erreichte) „innere Freiheit“ auszukosten, stellte sich heraus, dass ich sie in Wahrheit immer noch nicht hatte.

Dennoch kann ich sagen, dass es zumindest ein kleiner Fortschritt war, als ich beim ersten Kennenlernen der Bonding-Psychotherapie wenigstens schon körperlich gespürt habe, wie stark und übermächtig die Mauer zwischen meinem inneren Selbst und meiner äußeren Umwelt eigentlich war. – Ich konnte also mein Bewusstsein damals schon körperlich auf mein Problem fokussieren!

Mein Problem zeigte sich folgendermaßen:

- *Ich hatte damals in den Übungen eine deutliche Hemmung, laut zu werden.*
- *Ich (die ich früher Gesang studiert hatte und auf einige Bühnenerfahrung zurückblicke, also „technisch“ sehr wohl mit meiner Stimme umzugehen weiß) konnte mich nicht überwinden zu schreien.*
- *Ich konnte nicht hinausschreien, welche lebensnotwendigen inneren Bedürfnisse ich habe.*
- *Ich hatte eine innere Sperre, etwas für mich zu verlangen.*
- *Ich hatte ein unangenehmes, körperlich wirkendes Hindernis im Hals und auch im Bauch, als ob etwas Unerklärliches in mir meinen gedanklichen Wunsch sabotierte, etwas einzufordern, von dem ich dachte, dass es mir doch zustünde.*
- *Und ich erkannte, dass ich offenbar Angst hatte, etwas für mich zu verlangen oder zu fordern.*
- *Aber ich erkannte auch, dass das eine sozialisierte, eine anerzogene Angst sein musste.*
- *Und ich war willens, diese innere Mauer niederzureißen... → Aber gedanklich allein geht das nicht!*

Zu meinem Glück und meiner großen Freude habe ich am Prä-Symposium Bonding Psychotherapie von Jeff und Julia Gordon und Godehard Stadtmüller teilgenommen. Hier habe ich nun den nächsten Schritt tun können, – und ich habe ihn körperlich getan! (Dass ich hier darüber schreibe, ist bloß eine Reflexion des an diesem Tage tatsächlich körperlich Erlebten.)

Kommentar: Dass diese Teilnehmerin Vorerfahrung in der Bonding-Psychotherapie mitbrachte, war sicherlich eine gute Voraussetzung, um eine relativ tiefgehende Erfahrung in solch einem kurzen Workshop machen zu können. Typisch für viele Teilnehmer/innen in der allerersten Phase des Bondings ist eine große Hemmung, mit voller Lautstärke dem emotional Erlebten Ausdruck zu geben. Oft (wie hier bei Judith) ist der Wille, sogar eine Sehnsucht da, das Gefühlte nach außen zu bringen. Gezielte Fragen der begleitenden Therapeuten ermöglichen es den Teilnehmer/innen, hinter solchen Blockaden oder ähnlichen, scheinbaren Problemen eine Widerspiegelung zentraler Themen zu entdecken, die sich z.B. in Einstellungen wie „ich bin zu viel für andere“, „ich muss mich schämen für meine Gefühle, Bedürfnisse, usw.“, „ich muss die anderen schonen“, zeigen. Wenn, mit Ermutigung der Therapeuten, die ersten Erfahrungen, mit dem Schrei als Hilfsmittel, gemacht werden, verlieren sich die Anfangsängste rasch, vor allem die Angst vor den eigenen Gefühlen und vor Kontrollverlust. Stattdessen wird die Möglichkeit erlebt, alte, nicht mehr angemessene Gefühlsblockaden aufzulockern.

Wir möchten hier erwähnen, dass, obwohl wir die Gruppenmitglieder am Anfang der Arbeit ermutigen ihre Gefühle laut auszudrücken, es Phasen des Bondings gibt, wo es um stille,

nach innen gerichtete Erlebnisse geht. Um unterscheiden zu können, wann es hilfreich ist laut zu werden, und wann es um eine stille Erfahrung geht, müssen die Teilnehmer jedoch zuerst Sicherheit im starken Gefühlsausdruck gewinnen.

Bericht über meine Erlebnisse an diesem Tag des Bonding Psychotherapie Workshops bei Jeff und Julia Gordon und Godehard Stadtmüller:

Ich war willens, mich auf alles einzulassen, was auf mich zukommen würde. Hatte ich einige Tage zuvor bei dem Gedanken, was ich denn dort erleben würde, noch ein bisschen Nervosität gespürt, war ich am Morgen des Workshops in größtmöglicher innerer Ruhe von zu Hause weggefahren. Es war mir ganz egal, dass ich keinen der anderen Teilnehmer kannte. Ich dachte mir, wer an so einem Workshop teilnimmt, ist genauso „auf der Suche“ wie ich, da brauche ich also keine Angst und keine Scham haben, mich wirklich vollends auf das Unbekannte einzulassen.

Wir saßen dann in einem großen Kreis, stellten uns der Reihe nach der Gruppe vor, und erzählten dabei jeder von sich, soviel er mochte. Und dann wies Jeff uns auf die einzuhaltenden Regeln hin. Die Ruhe, die von ihm und Julia ausströmte, schuf eine angenehme Atmosphäre, in der ich mich geborgen fühlte. Und so hatte ich nicht den geringsten Zweifel, dass ich heute tun würde, was die Übungen mir abverlangen sollten. Und ich war begierig darauf zu erfahren, ob es mir nun endlich gelingen würde „den Knopf in meinem Inneren“ aufzulösen. Also ich war wirklich gespannt, was geschehen würde!

Kommentar: Eine typische Bonding-Sitzung beginnt mit einem Gespräch des Leiters über ein, für die Arbeit relevantes Thema. Die Teilnehmer werden über Sinn und Vorgehensweise der Bonding-Übung informiert. Wesentlich für die Bonding-Arbeit ist es, den Teilnehmern eine größtmögliche Sicherheit zu bieten. Dazu gehören die Gruppenregeln, Anonymität, keine Gewalt, auch keine Androhung von Gewalt, keine sexuellen Annäherungen.

Die praktischen Übungen begann ich mit einer Partnerin, die mich bat, ich solle anfangen. Ich tat dies also und tauchte sofort „wie mit einem Kopfsprung ins tiefe Wasser“ ein.

Kommentar: Mit praktischer Übung meint sie die Bonding-Übung. Ein zentraler Teil der Bonding-Psychotherapie ist es zu lernen, anders als bisher gewohnt mit Nähe umzugehen ; dementsprechend ist die Bonding-Übung von größter Bedeutung für die Arbeit. Die Partner legen sich auf die dafür vorhandenen Matten. Während die Person, die arbeitet, ihren Partner festhält, erlaubt sie sich, diese Nähe zu spüren. Nach kurzer Zeit taucht eine Vielfalt alter Gefühle, Einstellungen, Erinnerungen und Bilder auf, die nun ausgedrückt werden können durch Weinen, Schreien usw. In dem Maße, in dem mehr Vertrauen in die eigenen Gefühle und zum Partner gewonnen wird, verändert sich die Nähe von etwas Fremdem und Beängstigendem zu einem angenehmen und bestätigenden Kontakt. Im Laufe mehrerer Sitzungen wirkt diese Übung wie ein "psychologisches Mikroskop" (Casriel), wodurch die Teilnehmer/innen immer deutlicher ihre Ängste und negativen

Einstellungen in Bezug auf emotionale Nähe erleben können. Einige der häufigsten negativen Einstellungen sind:

"Wenn ich jemandem nah bin, ... muß ich mich aufgeben/ bin ich ausgeliefert/ werde ich kontrolliert/ bin ich zuviel/ muß ich einen hohen (emotionalen) Preis bezahlen, usw.". Diese Einsichten werden nicht nur intellektuell, sondern auch gefühlsmäßig " mit dem Bauch" verstanden, was die Teilnehmer in die Lage versetzt, sich eine neue Entscheidung (neue Einstellung) auch emotional zu erarbeiten.

In den Wunsch vertieft, mich endlich zu trauen, für mich selber etwas verlangen zu dürfen, gestaltete sich in mir das Bild, in dem ich mich selber als Kleinkind wahrnahm, das seiner Mutter signalisieren möchte, dass sie dem Kind etwas geben sollte, und dass sie nicht umgekehrt das Kind dazu benutzen möge, ihr etwas geben zu müssen.

Diese Vorstellung entsprach meinem tiefen Wunsch, endlich die bereits in frühester Kindheit durch meine Mutter erlittene „Parentifizierung“ in meinem Inneren aufzulösen. Ich wollte endlich selber diejenige sein dürfen, der etwas gegeben wird – notfalls eben auf Verlangen – und notfalls auch nur in meiner nachträglichen Imagination.

Kommentar: „Viele Emotionen werden nicht bewusst wahrgenommen, weil sie durch frühere traumatische Beziehungserfahrungen mit bestimmten Entscheidungen gekoppelt sind. Diese Entscheidungen werden als kognitive Einstellungen sichtbar. Zum Beispiel die Einstellung „die Welt ist ein sicherer Ort“ oder „die Welt ist ein gefährlicher Ort“ sind kognitive Entscheidungen, die ihre Ursachen in früheren emotionalen Erfahrungen haben. Diese Einstellungen beruhen nach Casriel auf „tief liegenden präverbalen Programmierungen, die erfolgt sind ehe der Betreffende die Fähigkeit entwickelt hat, zwischen Denken und Fühlen zu unterscheiden“. Aus diesem Grund können diese Einstellungen nicht durch rationale, verbale Methoden verändert werden, sondern es müssen die zu diesen Einstellungen gehörenden Emotionen mit aktiviert werden.“ Konrad Stauss: *Bonding Psychotherapie - Grundlagen und Methoden*. Kösel-Verlag, 2006)

Ich lag also auf der Matte, unter meiner Übungs-Partnerin, und ich begann (erst zaghaft) eine Formulierung zu versuchen, mit der ich meine Mutter anrufen konnte. – Julia bemerkte das. Sie war sofort zur Stelle, um mir beizustehen. In ihrer feinsinnigen Wahrnehmung erkannte sie, dass ich mich da eben auf eine sehr tiefe und umfangreiche Problematik einlassen wollte. Daher schlug sie mir (wie sie sagte „für den Anfang“) einen eher allgemein gehaltenen Satz vor und meinte, ich sollte rufen: „Ich brauche mehr!“

Ohne nachzudenken, übernahm ich den Satz und rief von Mal zu Mal lauter: „Ich brauche mehr!“ Julia coachte mich dabei mit viel Energie und Einfühlungsvermögen.

Kommentar: Die körperliche und emotionale Nähe in der Bonding-Übung wirkt prozessaktualisierend und macht das dysfunktionale emotionale Muster bewusst. Die entsprechende Einstellung wird aufgegriffen und durch eine korrigierende Aussage (neue Einstellung) ersetzt.

Meine Wahrnehmung war zu diesem Zeitpunkt etwas gespalten. Einerseits horchte ich in mich hinein, andererseits hörte ich meiner eigenen, immer lauter werdenden Stimme zu, und zum dritten hatte (und habe ich heute noch!) Julias anfeuernde Worte im Ohr, mit denen sie mir, mich begleitend, zurief: „Lauter! Lauter!! Lauter!!!“

Ich war wie getragen von dem Furioso unserer Stimmen – und auch der Stimmen um uns herum (also jener der anderen übenden Paare) –, sodass ich das aufwühlende Gefühl hatte, ich wäre wirklich ein kleines Kind, das flehentlich weinend nach seiner Mutter schreit! Es war sehr, sehr anstrengend.

Ich weiß nicht mehr, wie lange diese Sequenz gedauert hat. Ich weiß nur, dass sich doch auch einmal mein „Erwachsenen-Ich“ eingeschaltet hat. Ich fragte mich nämlich, wie lang ich denn nun weitermachen oder ob ich schon aufhören solle. – Julia war inzwischen zu einem anderen Paar weitergegangen, und so schrie ich halt noch einmal laut: „Ich brauche mehr!“, aber es schien mir, als ob da nun keine Steigerung mehr drin sei.

Fast war ich geneigt aufzuhören, da kam ganz leise Godehard zu mir. Er sagte mit beruhigender Stimme: „Mach’s noch einmal“. Das tat ich auch. Und er: „Ja, gut. Und mehr. Und mehr! Ja, gut. Und mehr!!“ Dankbar erkannte ich, dass er mich nun coachte. Und ich dachte gar nicht mehr ans Aufhören. Ich steigerte mich wieder hinein. Da hatte ich dann auch wirklich das Bild eines Babys in mir, das aus Leibeskräften brüllt, damit die Mutter kommen möge, es zu beruhigen! – Und es erschöpfte mich sehr, so zu schreien, und zu wissen, dass nun ich dieses kleine Baby bin!

Meine Übungs-Partnerin drückte mich fest an sich, und mir kamen die Tränen. [Das ist jetzt schwer zu beschreiben, weil es nicht leicht in „Erwachsenen-Worte“ zu fassen ist.] Ich war einfach sehr, sehr tief aufgewühlt. Und ich war müde. Aber ich war auch glücklich. Dann, als mir bewusst wurde, dass meine Partnerin mich so fest im Arm hielt, fühlte ich mich unsäglich beruhigt.

Die Tränen – so dachte ich später in der Pause – haben einen sehr, sehr alten Schmerz aus mir heraus gewaschen. Und ich fühlte mich plötzlich ganz leicht und frei.

Nach der Pause hatte ich eine andere Partnerin. Es ergab sich wie von selbst, dass wir zusammenfanden. Sie drückte mich ganz toll, als ich mich so sehr aufregte und wieder nach meiner Mutter rief. Und dann – es war so unsagbar schön – hielt sie mich einfach lange im Arm, „wiegte“ mich ein wenig und fragte mich mit ganz, ganz sanfter und freundlicher Stimme: „Soll ich dir was vorsingen?“ Ich konnte kaum antworten. Mein Bedürfnis, darauf „Ja“ zu sagen, war so tief in meinem Inneren vergraben, dass ich erst einmal gar nicht wusste, ob ich das überhaupt wollte oder nicht! Aber indem ich mich – so wie meine Partnerin – ganz in die „Rolle“ hinein vertiefte, nickte ich. Und sie sang – und ich schloss die Augen – hörte ihr zu – und ich spürte sie – roch sie – spürte sie also mit allen Sinnen – und fühlte mich unsäglich geborgen! Es war ein wohltuendes Erlebnis!

Kommentar: Die Bonding-Übung fördert das Wiedererleben alter Verletzungen. „Je totaler der Prozeß des Wiedererlebens, je stärker die emotionalen und leiblichen Regungen angesprochen werden, die in der traumatischen Situation abgelaufen sind, desto vollständiger wird die Lösung in der Katharsis. Die Katharsis, die Lösung der verfestigten Affekte, die Beseitigung von Blockierungen und die Verbindung abgespaltener Emotionen mit der Persönlichkeit ist die Voraussetzung zur Integration. Kathartische Prozesse sind mehr als Entladungen. Sie mobilisieren die Schema, unterbrechen stereotype Verhaltensmuster und verflüssigen perservierende Narrative. Durch die Katharsis werden emotionale Erfahrungen mit hoher Prägnanz vermittelt.“ (Petzold, 1990 S. 87, *Integrative Therapie, Schriften zu Theorie, Methodik und Praxis Bd. I/1*)

Wesentlich beim Bonding ist die korrigierende Erfahrung durch das Gehaltenwerden vom Partner/in. „Heute ist es anders als damals, diesmal bin ich nicht allein mit meinem Schmerz, meiner Verzweiflung etc.“

Man läuft Gefahr, solche Worte – schwarz auf weiß gelesen – vielleicht als kitschig zu empfinden. Aber es war einfach ein „Erlebnis“! Und, wie ich denke, eines, das ganz tief in mir drinnen wieder etwas heil gemacht hat.

Zusammenfassung

In der Bonding-Psychotherapie hat das Bonding- und Bindungsbedürfnis eine zentrale Bedeutung. Es geht nicht nur um die Reduktion von Symptomen, sondern auch um die Erhöhung der Lebensfreude. Dr. Casriel definierte die Bonding-Psychotherapie wie folgt:

„Die Bonding-Psychotherapie ist ein hochemotionaler therapeutischer Prozess, der das ABC (Affect, Behavior, Cognition, dt. Gefühle, Verhalten, Einstellungen) eines Menschen organisiert oder reorganisiert, bis dieser zu einem erfolgreichen, reifen, verantwortungsbewussten, glücklichen Menschen wird, der fähig ist, Liebe zu geben und anzunehmen, seine Bedürfnisse mitzuteilen und die Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, um ein erfülltes Leben zu führen. Man übernimmt Verantwortung für sich selbst und für seine Beziehungen mit anderen Menschen.“ Casriel, D.H. (1972 „Die Wiederentdeckung des Gefühls“)

In unserer heutigen Gesellschaft besteht eine große Sehnsucht nach Bestätigung unserer menschlichen Würde. Die wesentliche Stärke der Bonding-Psychotherapie liegt in der Ermutigung, die eigene Bindungsfähigkeit wiederherzustellen oder zu stärken, als Voraussetzung, Beziehungen in einer befriedigenden Weise gestalten zu können.

Literatur

Casriel, D. "New Identity Prozeß", D, in: *Handbuch der Psychotherapie*, Hrsg. Raymond v. Corsini, Psychologie-Verlagsunion, München

Greenberg, L.S.; Rice, L.N.; Elliot, R. (2003). *Emotionale Veränderung fördern: Grundlagen einer prozeß- und erlebnisorientierten Therapie*. Paderborn: Jungfermann.

Grawe, K. (2004) *Neuropsychotherapie*. Hogrefe-Verlag.

Grossmann, Klaus E; Grossmann, Karin (2003). *Bindung und menschliche Entwicklung*. Klett-Cotta.

Stauss, K. (2006). *Bonding Psychotherapie - Grundlagen und Methoden*. Kösel-Verlag,