

# **Überlegungen zu der unterschiedlichen Gestaltung der psychotherapeutischen Situation in der Psychoanalyse und der Verhaltenstherapie**

## **Einleitung**

Wir haben heute in der Psychotherapie eine in der Außensicht bizarre Aufspaltung in der Gestaltung der psychotherapeutischen Situation. In der Psychoanalyse steht das Verstehen und Verstandenwerden durch einen Therapeuten im Vordergrund, in der Verhaltenstherapie das Erlebenlassen von Ängsten und Körpergefühlen durch einen neutral begleitenden Therapeuten. Diese Aufspaltung der Gestaltung der therapeutischen Situation hat sich „naturwüchsig“ aus ganz verschiedenen Annäherungen an seelisches Leid entwickelt. Auf der Seite der Psychoanalyse geht es darum, durch ein Verständnis von überfordernden Kindheitserfahrungen das aktuelle Problem eines Klienten besser zu verstehen zu können. Auf der Seite der Verhaltenstherapie geht es um den aus der Kognitions- und Lernforschung abgeleiteten Versuch, durch Umlernen nachträglich Fehlge-lerntes aufzulösen und dadurch hilfreich sein zu können.

Den Grund sehe ich in einem unvollständigen Verständnis für die Entwicklungsdynamik in der vorsprachlichen Zeit. Das betrifft vor allem den Tatbestand, dass die entwicklungspsychologische Bedeutung der „physiologischen Frühgeburtlichkeit“ (Portmann 1969) nicht ausreichend berücksichtigt wird. Die frühkindliche Entwicklung beim Homo Sapiens ist durch die Geburt in der Mitte der für einen Nestflüchter eigentlich natürlichen Schwangerschaftsdauer in einer tiefgreifenden Weise beeinflusst. Das bedingt eine Unreife verschiedener Hirnstrukturen und eine Unfertigkeit besonders der präfrontalen Areale und des Hippocampus bei der Geburt (Janus 2018c). Darum sind die Kinder im ersten Lebensjahr darauf angewiesen, dass ihre primären Beziehungspersonen, insbesondere die Mütter, durch Fürsorge und emotionale Präsenz diesen Mangel ausgleichen. In dieser Zeit besteht also eine primäre Abhängigkeit und Angewiesenheit des Säuglings und Kleinkindes. Innerlich entspricht dem ein magisch-mythisches Erleben mit derer unzureichenden Unterscheidungs-fähigkeit von innen und außen. Darum ist das Kind in dieser Zeit nicht nur darauf angewiesen, äußerlich versorgt zu werden, sondern wegen seiner unvollständigen Gefühlsregulation auch darauf, dass die Mutter oder die anderen Beziehungspersonen eine emotionale Koregulation zur Verfügung stellen. Das Kind lebt gewissermaßen in zwei Realitäten, einerseits in der realen Welt, andererseits noch in einer magisch-mythischen imaginären Welt.

Aus dieser primären Abhängigkeit emanzipiert sich das Kind allmählich durch eine zunehmende Autonomie im zweiten Lebensjahr durch das Laufenlernen und die Entwicklung eines eigenen Orientierungsvermögens, weil die entsprechenden Hirnareale ausreifen. Das Kind kann sich von den Eltern und speziell der Mutter fortbewegen, braucht diese aber immer noch als Rückhalt für seine äußere und innere Sicherheit. Mit diesem Rückhalt kann es seine Autonomie erproben, lebt aber auch noch in einer magisch-mythischen Verbundenheit mit der Mutter und den anderen Erwachsenen.

Im dritten und vierten Lebensjahr erfährt sich das Kind in seiner geschlechtlichen Identität als Mädchen oder Junge mit einem entsprechenden Interesse. Diese „gesunde“ Entwicklung kann nur durchlaufen werden, wenn das Kind aus guten Primärerfahrungen so viel innere Stabilität und Autonomie erreicht hat, dass es den mutigen Schritt in eine soziale Autonomie wagen kann. Der Rockzipfel der Mutter, die bis dahin der magische Garant der primären Sicherheit war, muss losgelassen werden, um die primäre Sicherheit als respektiertes Mitglied in der sozialen Gruppe zu erreichen, bei uns üblicherweise im Kindergartenalter mit drei Jahren. Im Kindergarten kann das Kind in den sozialen Spielen weiter seine Autonomie entwickeln und sich ihrer vergewissern, insbesondere dadurch, dass die emotionalen Grundmuster in Spielen geübt und verinnerlicht werden, was ebenso durch die Märchen und Geschichten auf einer mentalen Ebene geschieht. Dabei erlebt sich das Kind noch ganz als Mittelpunkt der Welt, sodass Norbert (2020, S. 206ff.) von einer „egozentrischen“ Phase sprach. Erst dann kommt es mit sechs Jahren zu einer „theory-of-mind“ und der Fähigkeit zur wechselseitigen Einfühlung, aus der heraus es ein Aufgabenbewusstsein entwickeln kann, dass es schulfähig macht.

Diese primären Entwicklungsprozesse gewinnen wegen der „Unfertigkeit“ des Kindes bei der Geburt eine besondere Dramatik, weil die frühe Situation des ersten Lebensjahres, die sich beim üblichen „Nestflüchter“ noch in der Geborgenheit des Mutterleibes als instinktiv gesteuerter Reifungsprozess vollzieht, schon in der äußeren Realität erlebt wird, wenn auch in einer archaischen traumartigen Weise, wie sich dies in Riten, Märchen und Mythen spiegelt. Die auf Grund der Unreife unregulierten Affekte können im Rahmen einer emotionalen Koregulation sukzessiv reguliert bzw. sozial abgestimmt werden, wodurch auch die Autonomiebewegungen im zweiten Lebensjahr in einem zunehmend realistischen Verhältnis zur realen äußeren und sozialen Welt erfolgen können. Dann können die mit der Entdeckung der Geschlechtsunterschiede verbundenen Phantasien, die Mutter oder den Vater heiraten zu wollen, ebenfalls als Phantasien in der Auseinandersetzung mit der Realität der Altersunterschiede verarbeitet werden. Dabei kann auch die sich im dritten Lebensjahr

reifungsbedingt aktivierende Inzesthemmung (Bischof 1991) wirksam werden und kann konstruktiv für die Gewinnung einer sozialen Autonomie als Mädchen oder Junge genutzt werden.

Bei emotionalen Überlastungen in der Beziehung zu den Eltern oder bei unverarbeitbaren Verlassenheitssituationen kann schon die Gewinnung der relativen Autonomie im zweiten Lebensjahr und dann auf jeden Fall die Gewinnung der sozialen Selbstständigkeit im dritten und vierten Lebensjahr beeinträchtigt sein. Dann muss das Kind den Rockzipfel, der als Übergangsobjekt in einer traumatischen Weise die primäre Einheit vergegenwärtigte, festhalten, um nicht in die Aktivierung der genannten Traumata und den dadurch bedingten Kohärenzzerfall oder in dissoziative Zustände zu geraten. Wenn aber die oben genannten „ödpalen“ Phantasien die Mutter oder den Vater heiraten zu wollen wegen traumatischer Belastungen zwanghaft festgehalten werden müssen, um die traumatisch verlorene Einheit wiederzugewinnen, dann kommt es zu den in der Psychoanalyse beschriebenen neurotischen Entwicklungen (Wirth 2015). In den Symptomen sind die frühen Traumazustände in einer abgekapselten Weise weiter wirksam. Die Abkapselung ermöglicht, bei einer mangelhaften primären sozialen Autonomie den Anforderungen der Gesellschaft halbwegs entsprechen zu können.

Es ist jedoch so, dass diese Problematik als scheinbar „normal“ galt, weil sie es bei den Patienten war. Deshalb wurde ihre Bedeutung für die gesunde Entwicklung dramatisch überschätzt. Hier ist das Herauswachsen mit Unterstützung durch eine emotionale Koregulation aus dem Nachhall der impliziten Folgewirkungen der „physiologischen Frühgeburtlichkeit“ das entscheidende Moment. Die Egozentrik des Drei- bis Vierjährigen, der sich für den Mittelpunkt der Welt hält, ist einerseits die Freude an der weitgehenden Autonomie und Fähigkeit zur Selbstbestimmung, was aber gleichzeitig auch noch getragen ist vom „egokomischen“ Erleben des Fötus als „Herrn“ oder „Frau“ seines „ersten Universums“. Auch hier ist es so, dass die damit verbundenen Größenphantasien an der zunehmenden Erkenntnis der Wirklichkeit korrigiert werden müssen, um dann als „gesundes“ Selbstwertgefühl lebendig bleiben zu können. Bei traumatischen Belastungen dient das Festhalten an den Größenphantasien als imaginärer Garant der tragisch verlorenen Einheit. Es bildet dann der Hintergrund für neurotische Persönlichkeitsstörungen narzisstischer Prägung. Bei günstigen Bedingungen kann die erlebte Selbstwirksamkeit der Drei- bis Vierjährigen es gerade ermöglichen, den elementaren seit der Aufklärung möglichen Entwicklungsschritt zum Erreichen der „theory of mind“ im Sinne von Bischof zu erreichen, d.h. die Fähigkeit zu einem klaren gleichzeitigen Gefühl von sich selbst und von seinen Beziehungspersonen. Die

Möglichkeit zu diesem Entwicklungsschritt ist das Resultat einer jahrtausendelangen Kulturentwicklung eines allmählichen Herauswachsens aus dem magisch-mythischen Erleben der traditionellen Kulturen, wie es in unseren Kirchen und Ideologien und den entsprechenden sozialen Strukturen immer noch fortlebt und eben die Möglichkeiten zur wechselseitigen Einfühlung und zur inneren Repräsentation des anderen begrenzt oder auch blockiert. Auch in den modernen Verschwörungstheorien ist diese Entwicklungshemmung der Hintergrund.

Aus dieser Analyse der frühen Entwicklungsdynamik und ihrem kulturpsychologischen Zusammenhang lassen sich die Problemseiten der Psychoanalyse und der Verhaltenstherapie besser verstehen. Dabei ist zu berücksichtigen, dass die Entwicklung der psychotherapeutischen Situation als einer Zuwendungssituation zur nachträglichen Verarbeitung von frühen Überforderungen oder Fehlgeleertem grundsätzlich konstruktiv und eine Errungenschaft der Aufklärung und der Moderne mit ihrer größeren Sensibilität für die Nöte des Individuums ist.

### **Die Problemseite der Psychoanalyse**

Die Problemseite der Psychoanalyse besteht im Wesentlichen darin, dass die therapeutische Zuwendung aus einer zu „erwachsenen“ Position heraus erfolgt, für die die „theory of mind“ selbstverständlich ist. Das geschah am Anfang der Psychoanalyse aus der Position des wissenden oder sogar allwissenden Arztes zur heutigen Konstellation in der relationalen Psychoanalyse von zwei gleichberechtigten Erwachsenen, die ihre Beziehung nutzen, um sich wechselseitig besser zu verstehen. Diese Annäherung setzt gewissermaßen die primäre Loslösung vom Rockzipfel der Mutter voraus, nach der sich überhaupt erst eine emotionale Reflexivität entwickelt. Die darunter liegende Ebene der primären traumatischen Mutterbeziehung eines reinen Geschehens und Sichereignens kann wegen des damit verbundenen Wechsels in eine andere Erlebismodalität nicht erreicht werden, weil damit ein Gefühl des Ichverlustes und des Zusammenhalts mit der sozialen Realität verbunden sein kann.

Weil diese Zusammenhänge nicht erkannt sind, bleiben psychoanalytische Behandlungen nicht selten in einer Art Beziehungsverquickung hängen, sind deshalb dann nicht abschließbar und werden irgendwann in rationalisierten Notarrangements beendet, ohne dass es zu einem wirklichen Reifungsschritt und der damit verbundenen Transformation gekommen ist. Dazu hätte die Durcharbeitung der Überforderungen in der frühesten vorsprachlichen Zeit gehört und speziell auch der Dynamik der ersten Transformationserfahrung der Geburt.

Trotzdem können sich bei einer gewissen Reife des Klienten und des Therapeuten beträchtliche Heilungseffekte ergeben.

### **Die Problemseite der Verhaltenstherapie**

Die Problemseite der Verhaltenstherapie besteht ebenfalls wesentlich darin, dass die therapeutische Zuwendung aus einer zu „erwachsenen“ und insbesondere zu theoretischen Orientierung erfolgt. Auch diese Annäherung setzt wieder die primäre Loslösung vom Rockzipfel der Mutter voraus, die der Klient eben gerade nicht erreicht hat, sondern stattdessen noch in den Aktivierungen seiner frühen Dissoziationen steht. Die Besonderheit einer Orientierung an der Kognitions- und Lernforschung schaltet die verstehende Zuwendung aus, wodurch sich in der therapeutischen Situation die primären Angst- und Schreckensreaktion als Symptome zeigen und in der neutral-freundlichen Zuwendung des Therapeuten in ihrer Wirksamkeit relativieren können, aber eben ohne ein Verstehen des Bezuges zur Lebensgestaltung. Es werden primäre Ängste zugelassen, aber ohne den biographischen Bezug zu reflektieren (Janus 2018). Unter günstigen Bedingungen und einer gewissen Reife des Klienten und des Therapeuten können sich jedoch beträchtliche Heilungseffekte ergeben.

Nun können wir jedoch aus den Erfahrungen in den sogenannten Regressionstherapien Verstehensmöglichkeiten für die Problemseiten der beiden etablierten therapeutischen Systeme beziehen.

### **Verstehensmöglichkeiten aus den Erfahrungen der Regressionstherapien**

Die sogenannten Regressionstherapien, die sich im Rahmen der Humanistischen Psychologie außerhalb des psychoanalytischen und des akademischen Feldes entwickelt haben (Grof 1983, Janov 1984, 2012, Hollweg 1995), fokussieren in ihren Settings auf die in den beiden etablierten Psychotherapieformen ausgeblendete oder nur unvollständig abgebildete Dimension der frühesten vorsprachlichen Mutter-Kind-Beziehung. Sie können in einer großen Zahl von Fallbeispielen, zeigen, wie sich in einer therapeutischen Situation, die auf Körperempfindungen und Gefühle zentriert, Erfahrungen aus der vorsprachlichen Zeit mit großer Präzision abbilden (Janus 1994, 2013a, 2013b, Schindler 2010, Emerson 2012, 2020, u.a.). Vielfach konnten diese Erkenntnisse durch Klärung der realen Bedingungen vor, während oder nach der Geburt verifiziert werden. Diese Beobachtungen lassen sich in einer stimmigen Weise auf die Ergebnisse der Stressforschung, der pränatalen Lernforschung, der Hirnforschung, der Epigenetik in Beziehung setzen, wie dies heute umfassend dokumentiert ist (Evertz, Janus,

Linder 2014, 2020). In dem Bezug auf Körperempfindungen und primäre Befindlichkeiten unterläuft das Setting der Regressionstherapien gewissermaßen den erst in der späteren Mutter- und Eltern-Kind-Beziehung wirksamen Identitätssprung zur reflexiven Ebene der „theory of mind“. Diese Dimension der reiferen Integration wird in den Regressionstherapien deshalb auch unzureichend erreicht und durchgearbeitet. Auch hier gilt, dass es bei einer relativen Reife des Klienten zu oft erstaunlichen Heilungseffekten kommen kann.

### **Zeitbezug der Problemlage**

Gerade psychologische Erkenntnisse vollziehen sich in einem zu wenig reflektierten Bezug zum kollektivpsychologischen Bewusstsein oder zum Common Sense (Janus 2020a, 2020b). Aus einer Resonanz mit diesem Common Sense vergewissere ich mich meiner selbst. Dieser Common Sense geht zur Zeit immer noch weithin davon aus, dass ein seelisches Erleben erst nach der Geburt beginnt. Wir sind als Erwachsene trotz aller Individualisierung immer noch relativ ausgeprägt an den verschiedenen gesellschaftlichen Autoritäten orientiert, was eine mögliche Einfühlung in sich selbst und in die von mir durchlaufenen verschiedenen Entwicklungsebenen einschränkt (Pollak 2014). Das begrenzt auch die wirkliche Fähigkeit auch noch heutiger Eltern zu einem ganz unmittelbaren Bezug zu ihren Kindern von Anfang an und durch die primären Entwicklungsphasen hindurch.

Diese immer noch begrenzte Einfühlung heutiger Erwachsener in sich selbst ist auch der Grund dafür, dass wir zu uns selbst einen dissoziativen Bezug haben: von unserem zeitbezogenen Sprachbewusstsein her haben wir einen gewissen Bezug bis hin zum sprachfähigen Kind, das wir einmal waren; davon abgetrennt haben wir aus unserer zeitbezogenen Fähigkeit zu naturwissenschaftlicher Objektivität einen Bezug zu den objektiven neurotischen und psychosomatischen Symptomen und deren Störungscharakter; und wiederum davon abgetrennt können wir aus der psychohistorisch gewachsenen Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung auch einen inneren Bezug zu unserem vorsprachlichen Erleben haben, wie dies in den Regressionstherapien erschlossen worden ist.

Das ist der Hintergrund dafür, dass sich die verschiedenen Therapiesysteme unverständlich gegenüber stehen, weil Einzelaspekte verabsolutiert werden. In der Psychoanalyse war das der Wert des sprachbezogenen Verstehens, in der Verhaltenstherapie der Wert des objektivierenden Beobachtens und in den Regressionstherapien der Wert des sensorisch-motorischen Erlebens und Verhaltens. Doch das bessere Verstehen der frühen Entwicklungsphasen des Kindes, wie es sich in der Säuglingsforschung, der Bindungsforschung, der Pränatalen Psychologie u.a. spiegelt, könnten es im Verein mit einem Verständnis für

psychohistorische Mentalitätsentwicklung (deMause 2000, Janus 2013c) heute ermöglichen, dieses dissoziative Nebeneinander zu reflektieren und in der konstruktiven Entwicklung der therapeutischen Situation methodenintegrativ zusammenzuführen.

Das setzt aber voraus, dass die Therapeuten diese verschiedenen Ebenen in der Beziehung zu den Eltern innerlich repräsentieren können, und zwar sowohl die magisch-mythische Ebene der frühen Einheit, wie auch die Ebenen der zunehmenden Loslösung und Individuation. Das bedeutet ein inneres Akzeptieren der unterschiedlichen Identitätsformationen im Bezug zu sich selbst, was möglich wird, wenn die Eltern dem Kind einen Entwicklungsraum zur Verfügung gestellt haben, der es erlaubte, die verschiedenen Bezogenheiten der Symbiose und Individuation in einer vermittelnden Weise durchlaufen zu können. Dabei hat der Identitätssprung zur Schulreife in der normalen Entwicklung zu einer modernen Identität eine besondere Bedeutung.

### **Die Ermöglichung des Identitätssprungs zur emotionalen Reflexivität in der modernen Identität**

Während auf der Ebene der Stammeskulturen das magisch-mythische Erleben das soziale Leben weitgehend gestaltete und die kognitive Umgestaltung der Wirklichkeit auf die Basis-sicherung begrenzt war, war in den hierarchischen patriarchalen Kulturen das magisch-mythische Erleben auf die Begründung der strukturellen Gewalt eingeschränkt, wodurch der Raum für eine kognitive Veränderung der Welt und der gesellschaftlichen Strukturen ausgedehnt war. Das war jedoch mit enormen Verformungen der menschlichen Beziehungen verbunden, wie den Hörigkeitsverhältnissen der Frauen als Besitz der Männer und den entsprechenden Hörigkeitsverhältnissen in den männlichen Hierarchien. Die sozialen Beziehungen waren so gewaltdurchtränkt, dass sexueller Missbrauch gewissermaßen eine „normale“ gesellschaftliche Erscheinung war, wie dies die psychohistorischen Forschung in immer noch herausfordernder Weise als Teil unserer Geschichte aufgedeckt hat (deMause 1979, 2000). Weil diese patriarchalen staatlichen Gebilde in einer immer noch unerkannten Weise durch auf den Vater und seine Gewalt projizierte pränatale magische Muttergefühle zusammengehalten wurden (Crisan 2015, Janus 2018d, S.54ff., 2020f., S. 103 ff.). Dabei repräsentierten Kaiser und Papst und deren adlige und priesterliche Klientel in einer magischen Weise die pränatale Allmacht und die damit verbundene angebliche Sicherheit und die „normale“ Bevölkerung die davon abhängigen „leibeigenen“ kleinstkindlichen Wesen. Deshalb war die Möglichkeit eines Erreichens einer persönlichen Reife aus heutiger Sicht in grober Weise eingeschränkt oder blockiert, aber in Wirklichkeit im Prozess des Psychoevolution

noch gar nicht erreicht. In Tolstois „Krieg und Frieden“ werden diese Verhältnisse noch ganz selbstverständlich für den Beginn des vorletzten Jahrhunderts dargestellt. Wie das Kind sich am Lebensanfang total in der Verfügungsgewalt der Eltern fühlen kann, so der russische leibeigene Bauer seinem Herrn gegenüber, der, wie Tolstoi schildert, einen begehrten Jagdhund gegen drei Bauern eingetauscht konnte.

Die Bewusstseinsmutation der Aufklärung mit der Entdeckung der Menschenrechte und einer “Bestimmung aus sich selbst“ (Kant) schuf eine vollständig neue Situation (Obrist 1988, 2013). Dadurch eröffnete sich die Welt familiärer persönlicher Bezogenheit und einer emotionalen Reflexivität, wie sie das Thema der Literatur des 19. Jahrhunderts ist. Die Forderung nach einer Bestimmung aus sich selbst bedeutete, dass man die früher bei den Eltern gelegene Verantwortung für sich selbst und seine eigene Entwicklung und deren Gestaltung übernahm. Man verinnerlichte die Eltern als die realen Personen, die sie für einen gewesen waren, und konnte die eigenständige Entwicklung nur realisieren, indem man sich gewissermaßen selbst beehrte. Man stand nicht mehr in der Obhut projizierter Elternfiguren wie Kaiser und Papst und nicht mehr in der Obhut patriarchal-bürgerlicher Eltern, sondern nahm sich selbst in seine Obhut oder eigene Verantwortung, übernahm also Verantwortung für sich und seine Beziehungen. Das wurde im bürgerlichen Bewusstsein, wie es sich in der Psychoanalyse und den anderen tiefenpsychologischen Psychotherapien spiegelte, schon bis zum schon sprachfähigen Kindes realisiert. Die davor liegenden Abhängigkeitsgefühle blieben bei einem Großteil der Bevölkerung im Bezug auf den allmächtigen Vater in einem projektiven Verhältnis, was sich in der kollektiven Inszenierung der beiden Weltkriege als destruktiver Transformationsprozesse aus den hörigen Abhängigkeiten einem Kaiser oder einem Führer und seinen Stellvertretern gegenüber vollzog. In den westlichen Demokratien konnte sich darum in der Folge der Anspruch zu einer selbstverantwortlichen und demokratischen Identität als Orientierung leitmotivisch durchsetzen.

Das beinhaltet aber die Herausforderung, zu sich selbst in eine vollständige Beziehung zu kommen, die nicht nur die spätere sprachbezogene soziale Identität beinhaltet, sondern ebenso das vorsprachlich ereignishafte und erlebnisbezogene Selbst. Konkret bedeutet das, die durch das größere Wissen und die größere Handlungsfähigkeit in den modernen Gesellschaften erreichte größere Ichstärke dazu zu nutzen, auch zu einer inneren Repräsentation der Wirklichkeit der vorsprachlichen Mutterbeziehung zu kommen. Man könnte sagen, dass insbesondere die Malerei und manche Bereiche auch der Literatur in der Moderne auf dem Wege sind, diese Bewusstseinsweiterung zu erkunden und uns Orientierungskraft zur Verfügung zu stellen (Evertz, Janus 2003, Janus, Evertz 2008). Das kann nur im Rahmen



eines erweiterten Bewusstseins geschehen, an dessen Realisierung in vielen gesellschaftlichen Bereichen bereits gearbeitet wird (s. etwa Gebser 1949, S. 357ff.), die heute auf dem Hintergrund der psychohistorischen und pränatalpsychologischen Beobachtungen in einer bewussteren Weise angestrebt und verantwortet werden kann. Das bedeutet insbesondere, dass die früher als eine externe Wirklichkeit wahrgenommene Welt der Märchen und Mythen heute als traumartige Erinnerung an die Ereignisse der vorsprachlichen Zeit erkannt und reflektiert werden kann (Bischof 2020, Janus 2020c). Das ermöglicht ganz neue Räume der Reflexion von Konflikten in Beziehungen und dadurch ein Herauswachsen aus der „Lösung“ durch Reinszenierungen perinataler Mustern (Janus 2018a).

Für die genannten Psychotherapiesysteme bedeutet das die Notwendigkeit, sich dessen inne zu werden, dass sie selbst in diesem gesamtgesellschaftlichen Transformationsprozess stehen. Und jeder Patient ist davon natürlich in seiner ganz eigenen Weise betroffen. Darum müssen Unterstützungen natürlich auf diese ganz individuellen Bedingungen abgestimmt sein, was sich in den unterschiedlichen Therapiesystemen widerspiegelt, die jeweils die Bedürfnisse und Erkenntnismöglichkeiten ihrer Schöpfer zum Ausdruck bringen. Dies kann aber nur konstruktiv werden, wenn es im Rahmen eines ganzheitlichen Bezuges auf die anderen Aspekte geschieht. Das setzt auch voraus, dass die Therapeuten ihre Kindheitsängste und die damit verbundenen Ängste und Einschränkungen in der Beziehung zu sich selbst und zu anderen verarbeitet haben müssen, die sonst beim Prozess der Verinnerlichung der Eltern als Angst vor sich selbst und Selbstblockierung wirksam werden. Aus der in der Sicherheit unserer demokratischen Lebensverhältnisse heute möglichen Ichstärke kann der Mut erwachen, sich der Herausforderung einer Integration aller Entwicklungsebenen zu stellen. Letztlich ist dies in den Märchen von den Heldinnen und Helden, die die Dynamik des Erwachsenwerdens schildern (Scherf 1987), schon seit jeher ein Kern des Entwicklungswissens zur menschlichen Individuation gewesen, wenn auch in eine traumartigen Weise. Die Herausforderung unserer Zeit besteht in einem Zulassen und Reflektieren der verschiedenen emotionalen Ebenen und Bezogenheiten in unserer Entwicklung, um eine persönliche und soziale Verantwortlichkeit zu erreichen.

### **Abschließende Bemerkungen**

Die Erweiterung des entwicklungspsychologischen Hintergrundes und ebenso des psychohistorischen Hintergrundes unserer modernen Identität und Subjektivität, wie sie hier entwickelt wurden, könnte dazu beitragen, die Resignation in Bezug auf ein Verständnis der Dissoziation in der Gestaltung der psychotherapeutischen Situationen in den etablierten

Therapieverfahren zu überwinden. Man hat sich bis jetzt mit der Unvereinbarkeit pragmatisch abgefunden. Doch haben die deutlichen Begrenzungen der einzelnen Therapieverfahren eben auch eine therapeutisch-verantwortliche Seite. Wegen dieser Begrenzungen und deren mangelnder oder unzureichender Reflexion kann das therapeutische Potenzial der in der Moderne erarbeiteten psychotherapeutischen Situation nicht voll entwickelt werden. Der Klient ist gewissermaßen in dem Absolutheitsanspruch des jeweiligen Therapiesystems gefangen. Die hieraus resultierenden negativen Auswirkungen können nur bei größerer persönlicher Reife des Therapeuten und des Patienten relativiert werden. Die Zeit scheint mir jedoch reif, aufgrund des heute möglichen tieferen Verständnisses der individuellen Entwicklung und ebenso der kollektivpsychologischen Mentalitätsentwicklung die Hintergründe der Dissoziation der Therapiesysteme zu reflektieren und so eine Methodenintegration und eine Stärkung der Potenziale der psychotherapeutischen Situation zu erreichen. Für die psychoanalytische Seite ist eine Auseinandersetzung mit dem Freud-Rank-Konflikt hilfreich (Janus 2020e), der zur Ausblendung der Wahrnehmung der Abkömmlinge der Lebenswirklichkeit der primären Mütterlichkeit führte, die dann im Rahmen der Humanistischen Psychologie mit den sich daraus entwickelnden Regressionstherapien, wie oben erwähnt, zu deren weiterer Erforschung geführt hat. In diesem Sinne ist es auch hilfreich, Ranks „Technik der Psychoanalyse“ (1926, 1929, 1931) noch einmal zu lesen, in der er gezeigt hat, dass diese früheste vorsprachliche Ebene durchaus durch eine erweiterte intuitive Wahrnehmung erfassbar ist (s. auch Lieberman 1994, Crosby, Janus 2018). Die Ergebnisse der neueren Psychotraumatologie ermöglicht eine weitere Differenzierung der therapeutischen Technik (Hochauf 2014). Ebenso ist im Rahmen der von Franz Ruppert (2014) weiterentwickelte Aufstellungsmethode eine erstaunliche Erfassung frühester vorsprachlicher Konstellationen möglich. Ein wesentlicher Grund dafür ist, dass der Klient sein „Anliegen“ eben ohne Einmischung eines Therapeuten formuliert, was wie oben erläutert, gerade in den etablierten Psychotherapieverfahren begrenzend wirkt.

## **Literatur**

Bischof N (1991) Das Rätsel Ödipus. Die biologischen Wurzeln des Urkonflikts von Intimität und Autonomie. Piper, München.

Bischof N (2020) Das Kraftfeld der Mythen. Psychosozial, Gießen.

Crisan H (2015) Die intrauterine Beziehungsmatrix: Das indische Paradigma unbewusster Organisationsschemata gesellschaftlicher Strukturen. In: Janus L (2015) Verantwortung für unsere Gefühle – die emotionale Dimension der Aufklärung. Mattes, Heidelberg. S. 95-112.

Emerson W (2012) Behandlung von Geburtstraumata beim Kindern und Jugendlichen. Mattes, Heidelberg.

Emerson W (2020) Geburtstrauma. Mattes, Heidelberg.

Evertz K, Janus L, Linder R (2014) (Hg.) Lehrbuch der Pränatalen Psychologie. Mattes, Heidelberg.

Evertz K, Janus L, Linder R (2020) (Eds.) Handbook of Prenatal Psychology. Springer, New York.

Gebser J (1949) Ursprung und Gegenwart. Deutsche Verlagsanstalt, Stuttgart 1966.

Grof S (1983) Topographie des Unbewussten. Klett-Cotta, Stuttgart.

Hidas G, Raffai J (2005) Die Nabelschnur der Seele. Psychosozial, Gießen.

Hochauf R (2014) Der Zugang analytischer Psychotherapie zu frühen Traumatisierungen. In: Evertz K, Janus L, Linder R (Hg.) Lehrbuch der Pränatalen Psychologie. Mattes, Heidelberg. S. 383 - 424.

Hollweg W(1995) Von der Wahrheit, die frei macht. Mattes, Heidelberg.

Janov A (1984) Frühe Prägungen. Fischer, Frankfurt.

Janov A (2012) Vorgeburtliches Bewusstsein. Das geheime Drehbuch, das unser Leben bestimmt. Berlin. Scorpio, München.

Janus L (2004) (Hg.) Pränatale Psychologie und Psychotherapie. Mattes, Heidelberg.

Janus (2013a) (Hg.) Die pränatale Dimension in der Psychotherapie. Mattes, Heidelberg.

Janus L (2013b) (Hg.) Die pränatale Dimension in der Psychosomatischen Medizin. Psychosozial, Gießen.

Janus L (2013c) Grundlinien einer Tiefenpsychologie der Mentalitäts-entwicklung. In

Janus L (Hg.) Die Psychologie der Mentalitätsentwicklung. LIT, Münster. S. 53-66.

Janus L (2016) Die prä- und perinatale Zeit des Lebens (-9 Monate bis 0 Monate/Geburt). In: Poscheschnik G, Traxl B (Hg.) Handbuch Psychoanalytische Entwicklungswissenschaft. Psychosozial, Gießen. S. 241-262.

Janus L (2018a) Psychohistorische Überlegungen zur Herauentwicklung aus dem „Schlachthaus der Geschichte“. In: Knoch H, Kurth W, Reiß H (Hg.) Gewalt und Trauma. Mattes, Heidelberg. S. 253-280.

Janus L (2018b) Pränatale Psychologie als Ressource für die Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen. Zeitschrift für Verhaltenstherapie mit Kindern und Jugendlichen 14, 1+2: 9-15.

Janus L (2018c) Homo foetalis et sapiens – das Wechselspiel des fötalen Erlebens mit den Primateninstinkten und dem Verstand als Wesenskern des Menschen. Mattes, Heidelberg.

Janus L (2018d). Die Widerspiegelung der Mentalitätsentwicklung in der Geschichte der Literatur. In: Janus L: Homo foetalis et sapiens – das Wechselspiel des fötalen Erlebens mit den Primateninstinkten und dem Verstand als Wesenskern des Menschen. Mattes, Heidelberg. S. 133-160.

Janus L (2018 d) Homo foetalis et sapiens – ein kulturpsychologischer Essay. In: Janus L: Homo foetalis et sapiens – das Wechselspiel des fötalen Erlebens mit den Primateninstinkten und dem Verstand als Wesenskern des Menschen. Mattes, Heidelberg. S. 11-90.

Janus L (2020a) Die Rolle der Zeitbezogenheit in der psychodynamischen Psychotherapie. Download von [www.Ludwig-Janus.de](http://www.Ludwig-Janus.de).

Janus L (2020b) Die Psychodynamik des Beginns der Geschichte des Individuums und der Geschichte der menschlichen Gesellschaften. In: Janus L, Egloff G, Reiss H, Kurth W (Hg.) Die weiblich-mütterlich Dimension und die kindheitliche Dimension im individuellen Leben und im Laufe der Menschheitsgeschichte. Mattes, Heidelberg.

Janus L (2020c) Mythos ist Erinnerung. Download von [www.Ludwig-Janus.de](http://www.Ludwig-Janus.de).

Janus L (2020d) Rezension von „Das Kraftfeld der Mythen“ von Norbert Bischof. Download von [www.Ludwig-Janus.de](http://www.Ludwig-Janus.de).

Janus L (2020e) Essayistische Überlegungen zur Nichtrezeption des Buches „Das Trauma der Geburt und seine Bedeutung für die Psychoanalyse“ von Otto Rank. Download von [www.Ludwig-Janus.de](http://www.Ludwig-Janus.de).

Janus L (2020f) Die Psychodynamik der projektiven Gefühlsregulation. In: Janus L.: Unfertig, Werdend, Kreativ. Die Grundstrukturen menschlichen Seins. Mattes, Heidelberg. S. 95-114.

Lieberman E J (1994) Trennung und Selbsterschaffung – Leben und Werk von Otto Rank. Psychoanalyse im Widerspruch 12: 57-64.

Obrist W (1988) Die Mutation des Bewusstseins. Lang, Frankfurt.

Obrist W (2013) Der Wandel des Menschheits- und Menschenbildes im Laufe der Neuzeit unter dem Blickwinkel der Bewusstseinsentwicklung betrachtet. In: Janus L (Hg.) Die Psychologie der Mentalitätsentwicklung – vom archaischen zum modernen Bewusstsein. LIT, Münster.

Oesterdiekhoff G W (2013a) Die Entwicklung der Menschheit von der Kindheitsphase zur Erwachsenenreife. Springer VS, Wiesbaden.

Oesterdiekhoff G W (2013b) Psycho- und Soziogenese der Menschheit. In L. Janus (Hg.), Die Psychologie der Mentalitätsentwicklung – vom archaischen zum modernen Bewusstsein. LIT, Münster.

Pollack T (2014) Psychoanalyse als Religion. Psyche 11: 1108-1138.

Portmann A (1969) Biologische Fragmente zu einer Lehre vom Menschen. Basel: Schwabe.

Rank O (1926, 1929, 1931) Technik der Psychoanalyse I-III. Psychosozial, Gießen 2006.

Ruppert F (2014) Frühes Trauma: Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre. Klett-Cotta, Stuttgart.

Schindler P (Hg.) (2010) Am Anfang des Lebens. Basel, Schwabe.

Wirth H J (2015) Das Trauma der Geburt bei Ödipus und seine Bedeutung für die Psychoanalyse. Psychoanalyse im Widerspruch 53: 63-82.

**Adresse:**

Dr. med. Ludwig Janus

Facharzt für Psychotherapeutische Medizin, Pränatalpsychologie und Psychohistoriker,  
Institut für Pränatale Psychologie und Medizin,

Jahnstr. 46, 69221 Dossenheim;

Tel. 06221 80 16 50, Mobile 01774925447, janus.ludwig@gmail.com,

www.Ludwig-Janus.de, www.praenatalpsychologie.de. www.geburtserfahrung.de.