

Zusammenfassung

Wilhelm Reich schuf seit den 20er Jahren aus der Psychoanalyse heraus die Grundlage für eine körperbezogene Psychotherapie. Er ging dabei von Überlegungen zur Ich-Pathologie, zur Sexualfunktion und zur Widerstands- und Charakteranalyse aus. Charakterliche Haltungen und Körperhaltungen verstand er als Muster einer Affektabwehr, die nicht nur psychisch, sondern auch körperlich erfolgt. So kam er dazu, über die Arbeit an muskulären Verspannungen und am Körperausdruck abgewehrte Affekte zu mobilisieren, zu ihrem lebensgeschichtlichen Sinn vorzudringen und damit Selbstheilungsprozesse einzuleiten. Auf diesen Ansatz, gebundene affektive Energie freizusetzen und neu zu integrieren, gehen die neoreichianischen Schulen der Körperpsychotherapie wie Bioenergetik, Biodynamik, Biosynthese u.a. zurück, deren Menschenbild und Heilungstheorie den Humanistischen Psychotherapieverfahren nahesteht. Körperliche Prozesse werden mit als Indikatoren für Verlauf und Erfolg einer Therapie genutzt, daneben finden sich in der modernen Körperpsychotherapie Ansätze zur Arbeit mit dem Körper im Beziehungs- und Übertragungsgeschehen und Überlegungen zur Reintegration mit psychoanalytischen Konzepten.

Schlüsselwörter

Wilhelm Reich – Frühstörungen – Sexualität – Charakteranalyse – Körperpsychotherapie

Psychotherapeut (1997) 42:92–97 © Springer-Verlag 1997

Wilhelm Reich, 1897–1957, zum 100. Geburtstag und 40. Todestag

Sein Weg zu einer körperorientierten Psychotherapie*

Norbert Schrauth¹ und Ulfried Geuter²

¹ Stuttgarter Institut für Körperorientierte Psychotherapie

² Centrum für körperbezogene Psychotherapie, Berlin

„Die Charakteranalyse ist immer noch gültig und hilfreich in der Psychotherapie, aber sie ist weit davon entfernt, dem *bioenergetischen* Kern emotionaler Funktionen genügend gewachsen zu sein. (...) Der Psychiater, der die *bioenergetischen* Funktionen der Emotionen nicht studiert hat, neigt dazu, den eigentlichen Organismus zu übersehen und in der Psychologie der Wörter und Assoziationen steckenzubleiben“ (Reich 1989, S. 24).

Mit diesen Sätzen im Vorwort zur 3. Auflage der *Charakteranalyse* von 1948 beschrieb Wilhelm Reich, was seiner Meinung nach der verbalen Psychoanalyse fehlte. In dem erstmals 1933 veröffentlichten Buch legte er eine damals neue Theorie und Technik der systematischen Widerstandsanalyse vor, die noch heute zur Standardliteratur gezählt wird (vgl. u.a. Kernberg 1993, S. 61). In den 20er Jahren hatte sein Forschungsinteresse den Ich-Pathologien sowie der Sexualfunktion gegolten. Von diesen drei Gebieten führte ihn später sein Weg zu einer körperbezogenen ‚Vegetotherapie‘ und später zu einer biophysikalischen Forschung und Therapie, die er ‚Orgontherapie‘ nannte.

Die Entwicklung des Werks von Reich wurde in der deutschen Psychotherapie und Psychoanalyse lange Jahre nicht rezipiert. Erst in den späten

60er Jahren, nach den politischen Ansätzen zur Befreiung der Sexualität und der Erziehungsreform in der anti-autoritären Bewegung, kam es zu einer Wiederbelebung seiner Theorien und therapeutischen Techniken (vgl. als Werkzusammenfassung vor allem Boadella 1983; Bütig 1982 und Sharaf 1994). Körperpsychotherapeutische Schulen, die seine Ansätze fortführten, gewannen in der Folgezeit an Einfluß. Von ihnen sind die Bioenergetik von A. Lowen und die Biodynamik von G. Boyesen die verbreitetsten. In der neueren psychoanalytischen Diskussion über die Einbeziehung des Körpers in die Behandlung dagegen (vgl. Moser 1992 und v. Uexküll 1994) scheint Reichs Ausschluß aus der Internationalen Psychoanalytischen Vereinigung 1934 noch fortzuwirken.

Wir wollen Reichs Weg von der Psychoanalyse zu einer körperorientierten Behandlungstechnik skizzieren. Da uns hier in erster Linie interessiert, welche Impulse aus seinem Werk für die Psychotherapie erwachsen sind, werden wir dabei wenig auf das politische Wirken von Reich und nicht auf seine elektrophysiologischen und biophysikalischen Forschungen eingehen (s. dazu Nitzschke u. Fallend 1997).

„Der triebhafte Charakter“ – Behandlungsprobleme bei frühen Störungen

Reichs Buch *Der triebhafte Charakter – Eine psychoanalytische Studie zur Pathologie des Ich* von 1925 war die

* Wesentlich gekürzte Fassung des Buchbeitrags „Wilhelm Reich, der Körper und die Psychotherapie“; erscheint in: Nitzschke B, Fallend K (Hrsg) (1997) Der „Fall“ Wilhelm Reich. Suhrkamp, Frankfurt aM

Norbert Schrauth, Alexanderstraße 105, D-70182 Stuttgart

Wilhelm Reich, 1897–1957, to the 100th anniversary of his birth and the 40th anniversary of his death. About his way to a body oriented psychotherapy

N. Schrauth and U. Geuter

Summary

Beginning in the 1920s Wilhelm Reich developed the fundamental concepts of a body-oriented psychotherapy out of psychoanalysis. He started from considerations of ego-pathology, sexuality and the analysis of resistance and character patterns. Characterological and bodily attitudes were understood as defence-patterns against emotions, which function not only psychologically but also bodily. Thus he began to mobilize repressed affects through working on muscular tensions and bodily expressions. That way their meaning in the person's history could be understood and a self-healing process restarted. This approach to release constrained energy is still

valid for neoreichian schools such as bioenergetics, biodynamics, biosynthesis and others whose understanding of human nature and of healing processes is similar to those of other schools of humanistic psychotherapy. Bodily processes are used as indicators for the processes and successes of therapies. Besides there are impulses in modern body psychotherapies to work with the body in the relationship and transference process and attempts to reintegrate psychoanalytical concepts.

Key words

Wilhelm Reich – Ego disorders – Sexuality – Character analysis – Body psychotherapy

erste psychoanalytische Beschreibung einer seelischen Störung, die wir heute als impulsive Persönlichkeits- oder Borderlinestörung bezeichnen. Damals sprach man von triebhaften Psychopathien. Am Wiener psychoanalytischen Ambulatorium hatte Reich mehrere Patienten in Behandlung, die neurotische Symptome aller Art produzierten und bei denen „Aktionen und Verhaltensweisen gegen die Außenwelt den Charakter beherrschen“ (1925/1977, S. 255). Reich betonte, daß diese Menschen unter charakteristischen „Ambivalenzkonflikten“ leiden, z.B. eine „unbefriedigte Liebesehnsucht“ einem „intensiven Haß“ gegenüberstehe (S. 287f). Sie seien in ihrem Ich „vollkommen infantil“ geblieben (S. 251). Er sah darin eine „Störung der Gesamtpersönlichkeit“ (S. 259) und benutzte den Begriff der „Grenzfälle“ (S. 297), weil das Störungsbild zwischen Symptomneurose und Psychose angesiedelt sei.

Die Ursache sah er in Fehlentwicklungen bei der Ich-Bildung in den ersten beiden Lebensjahren (S. 283f.). Wie Ferenczi rückte er die präödpale Genese seelischer Störungen ins Blickfeld. Weil er in vielen Krankengeschichten Entbehren, Mißbrauch, Elternlosigkeit oder Verwahrlosung in der Kindheit fand, glaubte er an eine traumatische Genese dieser Erkrankungen. Da die Patienten keine stabile Ich-Struktur aufgebaut hatten, trugen sie ihre Haltungen und Aggressionen unmittelbar in die analytische Situation hinein. Ihre Fähigkeit zur Symbolisierung war eingeschränkt, und sie konnten die analytische Assoziationsarbeit nicht leisten. Reich meinte, daß ihre stärkere Übertragung „täglich“ besprochen werden müsse (S. 337) (was wir heute als Arbeit am Kontakt im ‚Hier und Jetzt‘ bezeichnen). Behandlungstechnisch plädierte er außerdem für einen Vorrang der „Ichanalyse“ gegenüber der Aufdeckung des Unbewußten.

Dieser Ausgangspunkt von Reichs Forschung ist deswegen so interessant, weil andere Psychoanalytiker wie Ferenczi, Balint, Winnicott und heute Becker oder Moser ebenfalls bei frühen oder strukturellen Störungen auf die Frage stießen, wie der Körper in die Behandlung einbezogen werden sollte, da die klassische Analyse bei ihnen nicht weiterkam (erst Kernberg (1993) legte mit seiner „expressiven Psychotherapie“ ein besonderes analytisches Behandlungskonzept vor). Wir vermuten, daß ein Grund für Reichs Weg zu einer körperorientierten Behandlungstechnik darin liegt, daß er oft mit solchen Patienten zu tun hatte. Zu ihnen suchte er einen neuen therapeutischen Zugang über den Körper.

Die Funktion des Orgasmus und die ‚Sexualökonomie‘

Ein weiterer Weg zur körperbezogenen Behandlungstechnik führte Reich über seine Forschungen zur Genitalität und zur Bedeutung des Orgasmus für die Libidoökonomie. Schon Anfang der 20er Jahre hatte er mit dem Studium der Sexualfunktion begonnen. Im Sinne der alten Freudschen Theorie der Aktualneurose glaubte er, daß die Sexualstauung die „Energiequelle“ einer jeden Neurose bilde. Er ging von Freuds erster Angsttheorie aus, derzufolge sich die Energie der sexuellen Erregung, wenn sie nicht entladen wird, in Angst verwandelt. Reich glaubte, daß die gestaute Erregung im „vasovegetativen System“ des Körpers verbleibe (1927/1985, S. 71). Aus dieser pathogenetischen Theorie zog er Schlußfolgerungen für sein Verständnis der Heilung. Es schien ihm, daß kein Patient, der nach zunächst sichtbarem Erfolg der Analyse wieder rückfällig wurde, zu einem befriedigenden Geschlechtsleben gefunden hatte. Oft konnten die Patienten zwar geschlechtlich verkehren, aber die wirkliche Befriedigung, die Endlust war gestört. Dadurch kam es seiner Meinung nach nicht zu einer vollständigen Entladung der Sexualenergie. Nur diese aber könne der Neurose die Erregungsstauung entziehen, die sie energetisch speiste. Daher sah Reich die „Fähigkeit zur sexuellen

Befriedigung“ als „Ziel der analytischen Therapie“ an (S. 163).

Reich nannte diese Fähigkeit ‚organische Potenz‘. Darunter verstand er nicht eine phallisch-narzißtische, leistungsbetonte Potenz. Er meinte vielmehr die Fähigkeit „zur letzten *vegetativ unwillkürlichen* Hingabe“ (S. 32), eine Fähigkeit, die ihm zufolge nur bei weitgehender Freiheit von muskulären und psychischen Panzerungen möglich ist. Damit erklärte Reich etwas körperlich Erfahrbares zum Kriterium für den Erfolg oder Mißerfolg einer Therapie. Dies wurde zu einem der Paradigmen der auf seinem Werk gegründeten neuen Körperpsychotherapien.¹

Widerstands- und Charakteranalyse

Das dritte Gebiet, von dem Reich zur körperbezogenen ‚Vegetotherapie‘ kam, war die Theorie und Technik der ‚Charakteranalyse‘. Diese war eine Antwort auf unfruchtbare Analysen, die sich in Deutungen der Inhalte des Unbewußten ergingen, ohne daß sich bei den Patienten etwas änderte. Zwar hatten schon Breuer und Freud in den *Studien über Hysterie* betont, daß die Symptome nur verschwanden, wenn mit der Erinnerung auch der begleitende Affekt wachgerufen werde (Breuer u. Freud 1895, S. 4). Doch die Erinnerung führte oft nicht zum Affekt, weil, so Reich, nicht nur einzelne Widerstände, sondern charakterliche Haltungen wie übergroße Freundlichkeit oder Anhänglichkeit, übermäßige Affektiertheit, chronische Melancholie, Zwanghaftigkeit oder überforschtes Auftreten sie blockierten. Erfolgreicher waren die Behandlungen dagegen, wenn bisher zurückgehaltene Gefühle wie Wut, Trauer, Angst, oder auch Freude freigesetzt und ausgedrückt werden konnten. Bei der Technik des freien Assoziierens auf der Couch und der Deutung von Es-Inhalten aus Träumen, Fehlleistungen und Übertragungsphantasien

¹ Reich übersah dabei allerdings, wie sehr körperlich-seelisches Erleben von der Liebes- und Beziehungsfähigkeit eines Menschen abhängt, ein blinder Fleck, der auch heute noch manchen körperorientierten Ansätze eigen ist

waren solche emotionalen Befreiungen selten. Reich meinte deshalb, daß eine wirksame Therapie „emotionale Entladungen“ in systematischer Art und Weise hervorbringen müsse. Dies schien nur eine deutende Bearbeitung der Widerstände und Abwehrmechanismen der Patienten in zuverlässiger Weise zu erreichen.

Im Gegensatz zum Fortschritt bei der Traumanalyse war es bis in die 20er Jahre nicht zu einer Technik der Analyse von Widerständen, Abwehr und Charakterhaltungen gekommen. Reich forcierte die Ausarbeitung einer solchen Technik. Bereits 1926 hatte Reich bei einem Referat im engeren Kreis um Freud gefordert, das seelische Material nicht in der Reihenfolge seines Auftauchens, sondern die Widerstände grundsätzlich vor den Triebwünschen zu deuten (1942/1987, S. 128). Später schrieb er, daß ein Teil der Triebenergie der Abwehr zugeführt werde und dort gebunden bleibe (1989, S. 406). Daher finde man über die Lockerung der Abwehr zur ursprünglichen Triebenergie zurück:

„Die Erfahrung zeigt, daß wir die ursprüngliche Energie des verdrängten Triebes nicht oder nur unzureichend erhalten, wenn wir seine Es-Funktion zuerst deuten. In diesem Fall erwirbt der Kranke zwar gelegentlich ein gutes Verständnis und auch tiefe Überzeugungen von der theoretischen Korrektheit der analytischen Arbeit; das eigentliche Ziel jedoch, die Befreiung der Triebe aus der Verdrängung, wird nur in höchst unbefriedigendem Maße erreicht“ (Reich 1989, S. 409f.).

Und weiter:

„Anders ist es, wenn wir grundsätzlich zunächst die Abwehrfunktion des gleichen Triebes zerstören. Eine große Reihe klinischer Beobachtungen ergibt, daß *in diesem Falle und nur auf diese Weise die vegetativen Quellen der Persönlichkeit neu zu fließen beginnen*. Wir beheben also (...) die Verdrängung in Wirklichkeit nicht, wenn wir mit Es-Deutungen arbeiten. Wir erreichen sie in einer heute schon überblickbaren Gesetzmäßigkeit, wenn wir den verdrängten Trieb nicht als verdrängt, sondern zunächst als *verdrängend* aus der charakterlichen Abwehrformation herauslösen“ (S. 410; erste Hervorhebung N.S. u. U.G.).

Charakterhaltungen dienen dazu, die Affekte zu binden oder abzuwehren, die der Patient nicht mehr aushalten

konnte oder wollte, in seiner kindlichen Lebensumwelt nicht ausdrücken durfte oder in seiner heutigen nicht auszudrücken wagt. Reich verstand Charakterhaltungen – und später korrespondierend Körperhaltungen – als Muster der Affektabwehr, eines Abwehrmechanismus, der in der Psychoanalyse wenig beschrieben wurde.² Seine Krankheitstheorie baut auf der Analyse der Affektabwehr und deren Energetik auf. Charakter und Körperhaltung bilden sich als Folge der Abwehr der Affekte. Entsprechend zielte Reichs Theorie der Heilung und Technik der Behandlung darauf, die Affektabwehr aufzulösen, um dadurch wieder eine größere vegetative Lebendigkeit zu erreichen.

Zur Widerstands- und Charakteranalyse gehörte für Reich auch die Aufdeckung versteckter oder offener negativer Gefühle des Patienten, auch zum Therapeuten. Wenn nämlich eine latente Negativität nicht bearbeitet werde, verhindere dies den Behandlungserfolg, da ein Großteil der Energie des Patienten in der Abwehr der Negativität gebunden bleibe. Nur das Zutagefördern der negativen Affekte schaffe Platz für echte positive Gefühle.

Körperanalyse

Der Schritt von der Analyse der Charakterhaltung zur Analyse der Körperhaltung war nicht weit. Reich hatte festgestellt, daß Charaktereigenschaften oft mit bestimmten Körperhaltungen einhergehen und aus diesen erschlossen werden können. Er beobachtete das Verhalten und die Körperhaltungen wie die „vornehme Haltung“ oder die Steifheit vieler Zwangscharaktere, die Art der Bewegung oder den Tonus der Muskulatur, um daraus die charakterliche Panzerung oder die Struktur der Abwehr der Affekte zu diagnostizieren. Am wichtigsten schien ihm dabei die Art und Weise, wie die Affekte muskulär gehalten werden. Über einen „zurückhaltend-vornehm“ wirkenden Patienten schreibt er:

² Nur Reich und Fenichel beschäftigten sich laut R. Krause ausführlicher mit der Affektabwehr; s.a. Vorlesung „Trieb und Affekt“, Lindauer Psychotherapie Wochen 1995

„Die Affektsperre stellt einen einzigen großartigen *Krampf des Ichs* dar, der nicht so sehr von körperlichen Krampfzuständen begleitet ist, als sich vielmehr ihrer bedient. Alle Muskeln des Körpers, besonders aber die des Beckenbodens und Beckens, der Schultern, auch des Gesichtes (...) sind in chronischer Hypertonie, Dem entstammt die so häufige körperliche Ungelenkigkeit der Zwangsscharaktere“ (1989, S. 268).

Charakterhaltungen und Körperhaltungen schienen verschiedene Aspekte derselben Phänomene zu sein. „Ich konnte mich am Ende dem Eindruck nicht entziehen, daß die körperliche Verkrampfung das wesentlichste Stück am Verdrängungsvorgang darstellt“, schrieb Reich 1942 (1987, S. 226). Er postulierte eine funktionelle Identität von muskulärer Verkrampfung und seelischer Verdrängung. Das hieß, ‚Muskelpanzer‘ und ‚Charakterpanzer‘ erfüllten beide die Funktion, den Menschen von schmerzlichen Gefühlen abzuschirmen.

Zugleich sah Reich eine „gegen-sätzliche funktionelle Einheit von Abwehr und Abgewehrtem“ (S. 109). Damit meinte er, daß z.B. ein destruktiver Impuls funktionell identisch sein konnte mit der Angst vor einer Destruktion. Infolge einer Hemmung spaltete sich die ursprüngliche Triebenergie auf in einen Teil, der dem verdrängten Trieb zuströmte, und einen Teil, der in die Charakterhaltung einging. Auf der Körperebene betrachtet zeigt sich diese funktionelle Identität darin, daß es dieselben Muskeln sind, die eine Emotion ausdrücken und die deren Ausdruck abwehren, z.B. wenn man die Luft anhält statt zu schreien oder die Muskeln anspannt statt zu schlagen oder wegzulaufen. Beim Weinen und Schluchzen etwa sind das Zwerchfell, die restliche Atemmuskulatur, Hals-, Kehlkopf- und Mundmuskulatur beteiligt, und dieselbe Muskulatur verkrampft sich, um diesen Ausdruck und das dahinterliegende Gefühl zu unterdrücken. Auch vegetative Funktionen wie der Tränenfluß und die Durchblutung der Haut sind am Ausdruck der Emotionen wie an ihrer Abwehr beteiligt.

Wenn Reich entsprechende körperliche Phänomene beobachtete, sprach er sie, wenn nötig, in seinen Deutungen unmittelbar an, im Unterschied

zur klassischen Technik, die mit ihnen erst arbeitete, wenn sie in Phantasie und Traum, also schon symbolisiert auftauchten. Er verstand auch das Handeln des Patienten und seine motorischen Äußerungen nicht als ‚Agieren statt Erinnern‘, sondern als ‚Agieren zum Erinnern‘. Motorische und vegetative Reaktionen der Patienten dienten damit auch als Erfolgskontrolle der charakteranalytischen Deutungen. Sowohl motorische Entladungen wie Schreien, Strampeln oder Schlagen als auch vegetative körperliche Erregungszeichen wie Übelkeit, Kälte- und Wärmeschauer, Beklemmungszustände oder Strömungsempfindungen wurden zum Indikator für die vermutete „affektive Umschichtung“.

Körper- und Gefühlstherapie

Von der Beobachtung und Deutung der verfestigten körperlichen Abwehr ging Reich dazu über, Interventionen unmittelbar an dieser Abwehr anzusetzen. In Berlin hatte er die Tänzerin Elsa Lindenberg kennengelernt, die seine Lebensgefährtin wurde. Sie war eine Schülerin von Elsa Gindler, einer Gymnastiklehrerin, deren Arbeit an der bewußten Wahrnehmung des Körpers später zur Grundlage der ‚Konzentrativen Bewegungstherapie‘ wurde. Reich nahm wahrscheinlich selbst bei Gindler Stunden (vgl. Geuter 1996). Vielleicht ist es auch Gindlers Einfluß zu verdanken, daß Reich mehr und mehr zu körperlichen Interventionen überging. Er hatte nämlich, wie auch Ferenczi (1925, S. 167), festgestellt, daß neurotische Patienten in ihrer Beweglichkeit und ihrem Bewegungsausdruck gestört waren (1989, S. 449ff.). Reich machte dafür in erster Linie Muskelverkrampfungen und -erschläffungen verantwortlich. Zum Beispiel bemerkte er, daß ein halsstarrer Patient tatsächlich eine stark verspannte Nackenmuskulatur hatte. So war es naheliegend, daß er an den Muskeln ansetzte. Er massierte die Muskeln, und dabei gelang es den Patienten häufig, starke, bisher zurückgehaltene Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken.

Schon in der ersten Auflage der *Charakteranalyse* beschreibt er, wie er Patienten ermutigte zu grimassie-

ren, zu schreien oder zu schlagen, was häufig zu einem Ausdruck von Gefühlen führte. Die neue Technik bestand darin, vom Körperausdruck über den Affekt schließlich zur Erinnerung vorzudringen. Insofern blieb Reich im Rahmen des psychoanalytischen Ansatzes einer konflikt-aufdeckenden Therapie, was die reichianische Körperpsychotherapie auch bis heute von erfahrungsorientierten Methoden wie der Funktionellen Entspannung oder übungsorientierten Methoden wie dem Autogenen Training unterscheidet. Sein Weg der aufdeckenden Arbeit ging von den muskulären Verspannungen als dem affektiven Gedächtnis des Körpers aus:

„Es überrascht immer wieder, wie die Lösung einer muskulären Verkrampfung nicht nur vegetative Energie entbindet, sondern darüber hinaus diejenige Situation in der Erinnerung reproduziert, in der die Triebunterdrückung sich durchgesetzt hatte. Wir dürfen sagen: *Jede muskuläre Verkrampfung enthält die Geschichte und den Sinn ihrer Entstehung*“ (1987, S. 226f.).

Reich ordnete bestimmte chronische muskuläre Verkrampfungen einzelnen neurotischen Charakterstrukturen zu. Einem Segmentmodell der körperlichen Abwehrstrukturen folgend schlug er vor, Abwehrspannungen von oben beginnend am Kopf nach unten bis hin zum Becken und den Beinen durchzuarbeiten und dabei die verdrängten affektiven Inhalte zu bearbeiten, die durch die muskuläre und vegetative Mobilisierung freiwerden.

Außerdem arbeitete Reich mit der Vertiefung des Atmens. Ihm war aufgefallen, daß viele Patienten flach oder abgehackt atmeten. Die Kontrolle der Atmung schien ihm die zentrale und älteste psychosomatische Abwehrmaßnahme zu sein. Denn die Panzerung der Atemmuskulatur konnte sich lange vor anderen Blockaden wie der des Beckens herausbilden, die im Zusammenhang mit der erst später auftretenden Sexualabwehr steht. Und eine jede emotionale Hemmung ging mit einer respiratorischen Hemmung einher. Ein Vertiefen der Atmung in der Behandlung intensivierte daher das Erleben und Erinnern der Patienten und führte häufig zu starken affektiven und vegetativen Reaktionen. Die Technik der

Arbeit mit dem Atem und am Muskelpanzer nannte Reich ‚Vegetotherapie‘. Denn er nahm an, daß die wesentlichen Veränderungen sich im Bereich des Vegetativen abspielten. Die Behandlung zielte darauf, die vegetative Lebendigkeit des Patienten freizusetzen, ihn lustvoller, emotional, körperlich und sexuell beweglicher werden zu lassen, die Energie des verdrängten Triebes wieder wachzurufen und die „Triebe aus der Verdrängung“ zu befreien.

Natur und Kultur

Mit seiner Auffassung, die Triebe aus der Verdrängung zu befreien und nicht sie beherrschen zu lernen, stand Reich in Konflikt mit Freuds späterer Triebtheorie. Er lehnte die dualistische Konzeption von Eros und Todestrieb ab.

Diese Ablehnung begründete er in der *Charakteranalyse* mit klinischen Argumenten. Masochismus, Sadismus und Destruktivität entstünden nur sekundär, wenn die primären Bedürfnisse, geliebt, gefüttert oder gehalten zu werden, frustriert und die Lebensimpulse behindert und bestraft würden. Daraus ergab sich als therapeutische Überzeugung, daß sich „bei Gewährung und Befriedigung“ destruktive Energien „in genitale *rückverwandeln*“ lassen (Reich 1987, S. 122).

Ob die Triebe befreit oder gezähmt werden müssen, ob sie also ihrer Natur nach sozial oder antisozial sind, war allerdings mehr als eine klinische Diskussion. Man könnte diese Debatte mit einer Formel kennzeichnen, die Theodor Litt 1927 als Leitfrage der Pädagogik formulierte: „Führen oder Wachsenlassen“. Freud und mit ihm später Norbert Elias in seiner Zivilisationstheorie gingen davon aus, daß die Triebe antisozial sind und daß es daher eine zivilisatorische Aufgabe ist, sie zu beherrschen. Reich hatte ein anderes Verständnis der menschlichen Natur. Er hielt sie primär für sozial und siedelte das Antisoziale in einer sekundären Schicht der Persönlichkeit an, die erst aufgrund gesellschaftlicher Verhältnisse wie die der Sexualunterdrückung entstehe. Der heutige „Kulturmensch“ sei ein „dreifach geschichtetes Lebewesen“:

„An der Oberfläche trägt er die künstliche Maske der Selbstbeherrschung, der zwanghaft unechten Höflichkeit und der gemachten Sozialität. Damit verdeckt er die zweite Schicht darunter, das Freudsche ‚Unbewußte‘, in dem Sadismus, Habgier, Lüsternheit, Neid, Perversion aller Art etc. in Schach gehalten sind, ohne jedoch das geringste an Kraft einzubüßen. Diese zweite Schicht ist das Kunstprodukt der sexualverneinenden Kultur und wird bewußt meist nur als gährende innere Leere und Öde empfunden. Hinter ihr, in der Tiefe, leben und wirken die *natürliche* Sozialität und Sexualität, die *spontane* Arbeitsfreude, die *Liebesfähigkeit*. Diese letzte Schicht, die den *biologischen* Kern der menschlichen Struktur darstellt, ist unbewußt und gefürchtet. Sie widerspricht jedem Zug autoritärer Erziehung und Herrschaft. Sie ist gleichzeitig die einzige reale Hoffnung, die der Mensch hat, das gesellschaftliche Elend einmal zu bewältigen“ (Reich 1942/1987, S. 175f.).

Entsprechend war es Reichs Überzeugung, daß der Mensch durch natürliches Wachstum zu einem sozialen und liebevollen Wesen wird. Sie hatte zur Folge, daß er sich sehr für die Verhütung neurotischer Erkrankungen einsetzte. Ähnlich wie die Seuchenhygieniker des 19. Jh. die Rolle des Arztes verstanden, sah Reich die politische Verantwortung des Psychotherapeuten darin, die vom Arzt als krankmachend erkannten Lebensumstände zu benennen, ihre Verbesserung anzumahnen und durchzusetzen.

Während er Ende der 20er, Anfang der 30er Jahre für sexuelle Aufklärung und Liberalisierung kämpfte, wand er sich später, auch unter dem Einfluß des Pädagogen A.S. Neill, Veränderungen in der Erziehung zu und formulierte das Prinzip der Selbststeuerung des Seelischen, das er der moralischen Steuerung durch Verbote und Gebote entgegenstellte. Er kritisierte die Trennung der Kinder von der Mutter nach der Geburt oder das Füttern nach Stundenplan oder eine verfrühte Sauberkeitserziehung, kurz alle Maßnahmen, die den natürlichen Bedürfnissen von Kindern und Müttern widersprechen. Sein Credo faßte er in folgende Worte:

„Wenn ihr die Natur nicht zuerst unterdrückt, werden keine antisozialen Triebe hervorgebracht, und es ist auch kein Zwang nötig, diese zu unterdrücken. Was ihr so verzweifelt und doch ergebnislos versucht,

durch Zwang und Ermahnung zu erreichen, ist im Neugeborenen schon da, bereit zu leben und zu funktionieren. Laßt es wachsen, wie es seine Natur erfordert, und ändert eure Institutionen dementsprechend“ (1950, S. 44, Übersetzung N.S. u. U.G.).

Reichs Ansatz des ‚Wachsenlassens‘, sein anthropologischer Glaube an einen ursprünglichen guten Kern begünstigte das spätere Zusammenströmen der neoreichianischen Körperpsychotherapie mit der Humanistischen Psychologie. In der psychotherapeutischen Behandlung sollte das wachsen können, was früher unterdrückt worden war, damit sich das Ursprüngliche entfalten kann. Während Reich aber das Ursprüngliche oder Natürliche triebtheoretisch hauptsächlich in der Sexualität sah, sieht es die neoreichianische Körperpsychotherapie in einer nicht nur sexuell verstandenen Primärpersönlichkeit (Boyesen 1987), ähnlich der „inneren Natur“ von Maslow oder dem wahren Selbst von Winnicott. Das therapeutische Prinzip zu ihrer Wiederentdeckung ist die „Mobilisierung und Freisetzung gebundener Energie“ (Boadella 1983, S. 61).

In der Nachfolge Reichs

Reichs Konzept der sexuellen Hemmung als aktualneurotischem oder energetischem Kern jeder Neurose wurde in der neoreichianischen Körperpsychotherapie zum Paradigma für den gesamten Bereich des Affektausdrucks. Die energetische Metaphorik vom Energiefluß mit Stauungen, Begrenzungen und Überschwemmungen kennzeichnet geradezu die grundlegende Sichtweise des somatopsychischen Geschehens. Neurotisches, psychosomatisches oder psychotisches Leid wird immer auch als Folge von Störungen im Fluß der ‚Lebensenergie‘ gesehen. Lebensenergie wird dabei als eine allgemeine psychophysische Energie verstanden, die als Vitalität, Kraft, Pulsation oder emotionale Ladung und Entladung in Erscheinung tritt. Dies entspricht Vorstellungen in östlichen Philosophien und Medizinsystemen von einer allgemeinen Lebensenergie wie ‚Prana‘ oder ‚Chi‘.

Neoreichianische Schulen wie Bioenergetik, Biodynamik, Biosynthese

oder Core-Energetik u.a. verstehen den Körper auch als Ort und Organ des Affektausdrucks und der -abwehr und versuchen, über eine Arbeit mit dem Körper Widerstände aufzulösen oder umzustrukturieren. Darin liegt eine der Funktionen der therapeutischen Körperübungen, für die Lowen bekannt wurde. Lowen geht es aber nicht nur um die Mobilisierung der Affekte. Eines seiner wesentlichen Konzepte, das ‚grounding‘, beinhaltet vielmehr, daß für einen psychisch sicheren Stand in der Realität körperliche Erdung wichtig ist – auch um Gefühle nicht nur ausdrücken, sondern sie spüren und in sich halten und bewahren (containment) zu können. Daher führte er auch die therapeutische Arbeit im Stehen ein, die dabei hilft, „auf den Boden der Realität“ zu kommen (Lowen 1979).

In den USA hinterließ Reich zahlreiche Schüler, u.a. Lowen und John Pierrakos, die die Bioenergetik begründeten. Aber auch in Skandinavien, wo Reich von 1933 bis 1939 wirkte, wurde seine Arbeit weiterentwickelt. Am bekanntesten wurde der Norweger Ola Raknes, bei dem Gerda Boyesen, die Begründerin der Biodynamik, und David Boadella, der Begründer der Biosynthese, die ‚Vegetotherapie‘ kennenlernten. Boyesen (1987) ergänzte das Konzept der vertikalen Segmente muskulärer Panzerung von Reich um das einer horizontalen Schichtung des Panzers. Affektive Energie könne sich außer in der Muskulatur auch im Bindegewebe und in den Eingeweiden stauen und einen Gewebe- oder Eingeweidepanzer bilden. Eine Chronifizierung der Abwehr finde sich dort als Flüssigkeitsstau wieder. Boyesen entwickelte eine Reihe von psychotherapeutisch wirkenden Techniken der Massage von Muskeln, Faszien und Bindegewebe.

Boadella (1991) hat unter Rückgriff auf ein embryologisches Modell darauf hingewiesen, daß Psychotherapeuten oft ihren Schwerpunkt nur auf die Ebene des Vegetativen (des Endodermalen), der Muskeln (des Mesodermalen) oder der Kognition und Sinneswahrnehmung (des Ektodermalen) setzen. So arbeiten etwa die Hakomi-Methode (Kurtz 1994) vornehmlich mit der Wahrnehmung und

Bewußtwerdung, Vegetotherapie und Bioenergetik vornehmlich mit dem muskulären Affektausdruck, Atemtherapien und die Biodynamik vornehmlich mit vegetativen Prozessen. Eine integrative Körperpsychotherapie aber sollte alle drei Ebenen umfassen und das psychodynamische Verstehen einschließen.

Reich unterschätzte wie die meisten seiner psychoanalytischen Zeitgenossen die Bedeutung der therapeutischen Beziehung. Obwohl er sich in der Charakteranalyse eingehend mit der Übertragungsdynamik und weit früher als andere auch mit der Gegenübertragung befaßt hatte, tendierte er später dazu, technische Lösungen für seelische Probleme zu suchen. Die Faszination technisch-wissenschaftlicher Machbarkeit ist auch heute noch bei vielen orthodoxen Reichianern und manchen Neoreichianern zu finden, wenn technische Behandlungen an der verspannten Muskeln alleine als Weg zur Heilung seelischer Störungen angesehen werden.

Korrigierend und ergänzend können hier die Konzepte der analytischen Körperpsychotherapie wirken, wie sie von Moser, Gisela Worm und Jörg Scharff vorgelegt wurden, die körperliche Interventionen in die Dynamik von Übertragung und Gegenübertragung eingeführt haben und damit mehr in der Tradition von Ferenczi als in der von Reich stehen.

Ausblick

Der Ausschluß Reichs aus der Internationalen Psychoanalytischen Vereinigung hat genauso wie die Ausgrenzung Ferenczis dazu beigetragen, daß Psychoanalyse und Körperpsychotherapie sich für Jahrzehnte getrennt entwickelten. Beiden Seiten gingen dabei weite Bereiche von Theoriebildung und handlungstechnischer Entwicklung verloren. Während die reichianische Körperpsychotherapie lange Zeit den Anschluß an die Entwicklungen der Psychoanalyse, vor allem der verbalen Übertragungs- und Widerstandsanalyse verlor, vernachlässigte die Psychoanalyse körperliche Interaktionen und die Rolle der Affekte, beschränkte sich fast ausschließlich auf das Verbalisierbare

und damit Symbolisierbare. Eine Reintegration des Abgespaltenen und eine Wiederannäherung dürfte für beide Seiten fruchtbar sein.

Literatur

- Boadella D (1983) Wilhelm Reich. Leben und Werk des Mannes, der in der Sexualität das Problem der modernen Gesellschaft erkannte und der Psychologie neue Wege wies. Fischer, Frankfurt aM
- Boadella D (1991) Befreite Lebensenergie. Einführung in die Biosynthese. Kösel, München
- Boyesen G (1987) Über den Körper die Seele heilen. Kösel, München
- Büntig W (1982) Das Werk von Wilhelm Reich und seinen Nachfolgern. In: Eicke D (Hrsg) Tiefenpsychologie, Kindlers „Psychologie des 20. Jahrhunderts“, Bd 3, Beltz, Weinheim Basel, S 254–296
- Ferenczi S (1925) Zur Psychoanalyse von Sexualgewohnheiten. In: Ferenczi S (Hrsg) Schriften zur Psychoanalyse, Bd II. Fischer, Frankfurt aM, S 147–181
- Geuter U (1996) Körperbilder und Körper-techniken in der Psychotherapie. Psychotherapeut 41: 100–106
- Kernberg O (1993) Psychodynamische Therapie bei Borderline-Patienten. Huber, Bern Göttingen Toronto
- Kurtz R (1994) Hakomi. Eine körperorientierte Psychotherapie. Kösel, München
- Lowen A (1979) Bio-Energetik. Therapie der Seele durch Arbeit mit dem Körper. Rowohlt, Reinbek
- Moser T (1992) Stundenbuch. Protokolle aus der Körperpsychotherapie. Suhrkamp, Frankfurt aM
- Nitzschke B, Fallend K (Hrsg) (1997) Der „Fall“ Wilhelm Reich. Suhrkamp, Frankfurt aM
- Reich W (1925/1977) Der triebhafte Charakter. In: Reich W Frühe Schriften 1. Kiepenheuer & Witsch, Köln, S 246–340
- Reich W (1927/1985) Die Funktion des Orgasmus. (In: Frühe Schriften 2. Genitalität in der Theorie und Therapie der Neurose). Fischer Taschenbuch, Frankfurt aM
- Reich W (1942/1987) Die Funktion des Orgasmus. Sexualökonomische Grundprobleme der biologischen Energie (=Die Entdeckung des Orgons, Bd I). Kiepenheuer & Witsch, Köln
- Reich W (1950/1984) Children of the future. In: Higgins M, Raphael C (eds) On the prevention of sexual pathology. Farrar Straus Giroux, New York
- Reich W (1989) Charakteranalyse. Kiepenheuer & Witsch, Köln
- Sharaf M (1994) Wilhelm Reich. Der Heilige Zorn des Lebendigen. Die Biographie. Simon und Leutner, Berlin
- Uexküll Th v, Fuchs M, Müller-Braunschweig H, Johnen R (1994) Subjektive Anatomie. Theorie und Praxis körperbezogener Psychotherapie. Schattauer, Stuttgart New York