

David Boadella

Die Erweckung der Sensibilität und die Wiederentdeckung der Motilität

Psycho-physikalische Synthese als Grundlage der Körperpsychotherapie:
Das 100-jährige Vermächtnis von Pierre Janet (1859–1947)

Awakening Sensibility, Recovering Motility. Psycho-Physical Synthesis at the Foundations of Body- Psychotherapy: the 100-Year Legacy of Pierre Janet (1859–1947)

Abstract Pierre Janet founded psychological analysis over 100 years ago, and Freud's psychoanalysis grew out of this. Janet inspired many key concepts in individual psychology and in analytical psychology, as both Adler and Jung have acknowledged. More importantly, Janet was the first body-psychotherapist and a predecessor of Wilhelm Reich. Janet understood the relationship between breathing and emotionality and, together with Charles Richet (who had inspired Charcot's studies in hysteria in the decades before Freud), he carried out the most detailed investigations of respiratory patterns in neurosis. Janet worked with massage and with the re-education of movement. He understood that psychological analysis was a psycho-physical process, and that analysis needed to be followed by synthesis of the neurotic patient's previously fragmented and dissociated states. Janet's vast work has been relatively neglected until it was rediscovered by modern research into post-traumatic stress syndrome, where his insights are seen to be of crucial importance.

Keywords: Synthesis; Vasomotor neurosis; Visceral consciousness; Body scheme; Diaphragmatic block; Bio-synthesis; Contact channels.

1. Die Psycho- physikalische Therapie ist älter als die Psychoanalyse

In Diskussionen während einer Psychotherapeuten-Konferenz einige Jahre zuvor wurden Meinungen dahin gehend geäußert, dass der Körper nicht Gegenstand der Psychotherapie sei. Die Konferenz-Teilnehmer waren angesichts dieser Äußerungen liberal genug, ihrer Offenheit neuen Psychotherapie-Formen gegenüber Ausdruck zu verleihen, die auch den Körper einbezogen.

In der Tat ist das Verständnis um die Bedeutung des Körpers in der Psychotherapie älter als die Psychoanalyse selbst. Aus diesem Grunde will ich einige Aspekte der längst vergessenen Historie erläutern (Ellenberger, 1970).

Der Begriff Psychotherapie wurde zunächst von Hippolyte Bernheim im Jahre 1891 verwendet. Bernheim war der Begründer einer Suggestionstherapie, die aus einer frühen Hypnose-Tradition erwuchs. Er studierte einen Prozess, Ideo-Dynamik genannt, hinter dem die Tendenz steht, eine Idee in Form einer Aktivität zu materialisieren. Diese psycho-physikalische Verbindung war grundlegend für die Psychotherapie. Bernheims Arbeiten über Ideo-Dynamiken wurden intensiv von Ernesto Rossi (1986) weiter entwickelt, dessen Buch *The psychobiology of mind-body healing* ein Klassiker in Bezug auf ein psychosomatisches Verständnis ist.

William James publizierte seine *Principles of psychology* im Jahre 1890.

Er studierte das „ideo-motorische“ Prinzip, die Beziehung zwischen Idee, Bewegung und Gefühl. James wurde dabei von Charles Darwin beeinflusst, der im Jahre 1872 seinen Klassiker *The expression of the emotions in man and animals* veröffentlichte. Darwin zeigte auf, dass motorische Verhaltensweisen und Haltungen miteinander verknüpfte Gefühle ausdrücken können, wie auch Emotionen in spezifischen Aktionsmustern und Körper in verkörperten Zuständen ausgedrückt werden können. Gemeinsam mit Lang entwickelte James die „James-Lang“ Theorie der Gefühle, wobei er die motorischen und vegetativen Muster im Zusammenhang mit der Emotionalität studierte. Körper und Seele sind untrennbar miteinander verbunden: eine Veränderung des einen führt zur Veränderung des anderen.

Im Jahre 1878 veranlasste Charles Richet, Nobelpreisträger in Biologie mit großem Interesse an den Studien der Parapsychologie, Jean-Paul Charcot, seine Studien im Bereich der Hypnose aufzunehmen. Im Jahre 1882 überreichte Charcot daraufhin der französischen Akademie der Wissenschaften ein Papier, in welchem er die Beziehung zwischen Körper und Seele aufzeigte, wie er sie unter Hypnosebedingungen und in hysterischen Konversionssymptomen entdeckt hatte, und welches erstmals ernsthaft

Korrespondenz: Dr. h.c. David Boadella, Internationales Ausbildungsinstitut für Biosynthese IIBS, Benzenrütli 6, CH-9410 Heiden, www.biosynthesis.org, E-mail: info@biosynthesis.org, Tel. 0041 (0) 71 891 68 55, Fax 891 58 55

Zusammenfassung

Vor etwa 100 Jahren gründete Pierre Janet die psychologische Analyse; aus dieser entwickelte sich Freuds Psychoanalyse. Janet inspirierte zahlreiche Schlüsselkonzepte der Individual-Psychologie und der analytischen Psychologie, die beide von Adler und Jung anerkannt wurden. Wichtiger noch ist, dass Janet der erste Körperpsychotherapeut war und ein Vorgänger von Wilhelm Reich. Janet verstand den Zusammenhang bzw. die Beziehung zwischen Atmung und Gefühl und gemeinsam mit Charles Richet (der Charcot's Studien über die Hysterie in den Dekaden vor Freud inspirierte), führte er umfangreichste Forschungen über Atmungsmuster in Neurosen durch. Janet arbeitete mit Massage und mit der Umgestaltung von Bewegung. Er verstand, dass die psychologische Analyse ein psychophysikalischer Prozess ist und dass auf die Analyse stets eine Synthese der zuvor fragmentierten und dissoziierten Zustände des neurotischen Patienten folgen muss. Janet's umfangreiche Arbeiten wurden ziemlich vernachlässigt bis zu dem Zeitpunkt, wo sie durch moderne Forschung über posttraumatische Stress-Syndrome wieder entdeckt wurden, wobei die Erkenntnisse von Janet als besonders bedeutend anerkannt wurden.

Schlüsselwörter:

Synthese; Vasomotorische Neurose; Viscerales Bewusstsein; Körperschema; Zwerchfellkrampf; Biosynthese; Kontaktkanäle.

vom Wissenschaftskomitee akzeptiert wurde; dieses hatte 100 Jahre zuvor ähnliche Erkenntnisse, wie sie Franz Anton Mesmer entdeckt hatte, zurückwies.

Im Jahre 1885 gründeten Charcot und Richet die Societé de Psychologie Physiologique. Charcot öffnete im Jahre 1890 ein Forschungslabor für physiologische Psychologie am Salpetriere Hospital in Paris und berief den 31-jährigen französischen Psychologieprofessor Pierre Janet zum Direktor. Janet studierte das ideo-dynamische Prinzip von Bernheim und die ideo-motorischen Erkenntnisse von William James am Fall einer Frau namens Leonie, die er in der Psychiatrie von Le Havre behandelte.

Janets Ausführungen über Leonie wurden am 3. Nov. 1885 anlässlich der ersten Konferenz der neu gebildeten „Societe de Psychologie Physiologique“ in Paris präsentiert. Janet war extrem sorgfältig in der Aufzeichnung seiner Sessions mit den Patienten via Band; er füllte einen ganzen Raum mit über 5000 klinischen Studien über seine Arbeit mit seinen Patienten. Seine klinischen Studien zwischen 1885 und 1889 bildeten die Basis für seine Master-Arbeit über Hysterie, *L'automatisme psychologique*, die zu seiner These wurden und für die er den Doktor der Philosophie an der Sorbonne erhielt.

Im selben Jahr reiste der junge Wiener Arzt Sigmund Freud von Wien nach Paris und studierte bei Charcot am Salpetriere Hospital, dort wo Pierre Janet später verantwortlich zeichnen sollte für ein Forschungslaboratorium für physiologische Psychologie. 4 Jahre später, im Jahre 1889, reiste Freud nach Nancy, um bei Hippolyte Bernheim zu studieren.

Im Jahre 1886 veröffentlichte Pierre Janet seine Fallstudie über seine zweite Patientin, Lucie, ein erstes Beispiel für eine Behandlung, in der neurotische Symptome durch Katharsis aufgelöst werden sollten, eine Methode, die später von frühen Psychoanalytikern aufgenommen, zwischenzeitlich wieder fallengelassen und erneut aufgenommen wurde. Diese Methode sollte später zu einem der Schlüsselprinzipien in der Vegetotherapie werden, welche ein halbes Jahrhundert später von Wilhelm Reich entwickelt wurde. Dies alles geschah 7 Jahre vor dem ersten Fall von Katharsis, wie er von Freud und Breuer im Jahre 1893 berichtet wurde und welcher den ersten Schritt in Richtung psychoanalytische Behandlung bildete. Im

Jahre 1889, im selben Jahr, als Freud nach Nancy reiste, um Bernheim zu treffen, veröffentlichte Janet sein Buch *L'automatisme psychologique*, in dem er den zweiten Fall von kathartischer Arbeit mit seiner langjährigen Patientin Leonie aus Le Havre beschrieb.

Freud und Breuer beziehen sich in ihrem Buch *Studies of hysteria* (1895) auf die Arbeit von Janet. Im Anhang zu meinem Buch *Lifestreams* (Boadella, 1986) zeige ich auf, dass die Arbeit von Josef Breuer bereits sehr früh das Verständnis der integrativen Arbeit in der Biosynthese darlegt, in der es um wahrnehmende, verhaltensorientierte und vegetativ-emotionale Funktionen geht. Breuer war im Alter von 36 Jahren Senior-Assistent am physiologischen Labor von Ernst Brücke, als Freud im Jahre 1878 im Alter von 22 Jahren während seines Medizinstudiums hinzukam. Breuer hatte inzwischen 2 ausstehende Forschungsthemen abgeschlossen; eines über die Selbstregulation der Atmung und ein anderes über die Beziehung zwischen Wahrnehmung und Motilität.

Janet schreibt über seinen Kontakt mit Freud im Jahre 1885 und danach Folgendes:

Zu dieser Zeit kam ein ausländischer Arzt, Dr. S. Freud, von Wien an das Salpetriere Hospital und interessierte sich für diese Studien (Janets frühe Arbeit über psychologische Automatismen und Hysterie). Er unterstrich die Wahrhaftigkeit der Fakten und veröffentlichte einige neue Beobachtungen über die genannten Themen. In diesen Publikationen änderte er zuallererst all diejenigen Begriffe, die ich verwendete; was ich psychologische Analyse nannte, bezeichnete er mit Psychoanalyse; was ich psychologisches System nannte, womit die Gesamtheit aller Bewusstseins- und Bewegungszustände in Verbindung mit den Eingeweiden gemeint sind, in denen sich traumatische Erinnerungen konstituieren, bezeichnete er mit Komplex; er sprach über Repression, wo ich eine Restriktion des Bewusstseins feststellte; was ich als psychologische Dissoziation erkannte, bezeichnete er mit Katharsis.

Es sind diese Methoden, die übernommen wurden; sie werden von der psychoanalytischen Schule manchmal auf interessante Weise entwickelt, jedoch auch häufig übertrieben. (Janet, 1924)

Janet nahm für sich in Anspruch, dass die Wurzeln der Psycho-Analyse seit 1893 im System der psychologischen Analyse liegen, welche er in Paris seit 1885 entwickelt hatte. Auf dem ersten internationalen Kongress für Psychiatrie und Neurologie in Amsterdam im September 1907, auf dem Janet einen Vortrag über seine Theorie der Hysterie hielt, trat

auch Carl Jung auf und berichtete, „dass die theoretischen Voraussetzungen für Freuds Gedankenwerk u.a. ihren Ursprung in Janets Experimenten haben“ (De Bussy, 1908).

William James, der im Jahre 1894 ein Review über Janets Arbeit schrieb, kommentierte, dass zwei Wiener Mediziner, Josef Breuer und Sigmund Freud, dabei waren, zahlreiche Forschungsergebnisse von Janet zu bestätigen. (James, 1890)

Bessel van de Kolk und zwei Co-Autoren schrieben im Jahre 1995 einen Artikel und führten aus, dass das, was Janet „rapport“ nannte, ein „Vorläufer des psychoanalytischen Konzepts der Übertragung“ war (van der Hart et al., 1995, S. 30; siehe auch van der Kolk et al., 1996).

Janet war nicht nur einer der Hauptwegbereiter für Freud, er hatte einen ebenso großen Einfluss auf Jung, den Begründer der Analytischen Psychologie und Adler, den Begründer der Individual-Psychologie. Jung ging im Jahre 1902 nach Paris, um bei Janet zu studieren. Nichts destotrotz fand dies niemals Erwähnung in seiner Autobiografie. Jungs Arbeit in seinem Buch *The psychology of dementia praecox* wurde immens von Janet beeinflusst; der Ursprung seines Konzeptes der psychologischen Komplexe liegt bei Janet; und in Janets Konzept über die beiden polaren Formen neurotischer Prozesse, welche er Hypotonia und Asthenia nannte, fand Jung eine der Grundideen für sein Konzept der introvertierten und extrovertierten Persönlichkeitstypen.

Alfred Adler erkannte an, dass einer seiner Arbeitsschwerpunkte zum Thema Minderwertigkeitsgefühle die Beobachtungen von Janet über „le sentiment d'incomplétude“ bestätigte: in seinem Buch über den neurotischen Charakter (1912) sagte Adler: „Was ich unter Minderwertigkeitsgefühl verstehe, ist das, was Janet mit dem ‚Gefühl der Unvollständigkeit‘ bezeichnet.“ Adlers Arbeiten über Organschwächen und Organneurosen scheinen auf ähnliche Weise Janets Arbeiten über die somatische Psychologie zu würdigen, auf die ich im Folgenden noch ausführlich eingehen werde.

Jean Piaget war Student von Janet und wurde von dessen Konzept der Integration und Synthese beeinflusst, und hier insbesondere auf dem Gebiet der Entwicklung kognitiver Funktionen, die auf senso-motorisch-emotionalen Grundlagen basieren. Durch Piaget nahm Janet auch indirekt Einfluss auf die Werke von Ken Wilbers Spektrum-Psychologie.

Janet hatte nicht nur einen grundlegenden Einfluss auf die Psychoanalyse, die Individual-Psychologie und die Analytische Psychologie, er war darüber hinaus auch der erste psychologische Analytiker der neuen Generation, der auf die zentrale Bedeutung und das Verständnis der Einbeziehung des Körpers in die Psychotherapie fokussierte. Ohne Übertreibung kann er, wie nachstehend weiter ausgeführt, als eine Gründerfigur der Körperpsychotherapie angesehen werden. In diesem Sinne können wir sagen, dass Körperpsychotherapie, wie sie von Pierre Janet verstanden und praktiziert wurde, älter als die Psycho-Analyse ist, deren Ursprung in Janets Arbeiten liegt. Die Psycho-Analyse entfernte sich erst später von dem integrativen Ansatz, der dem Körper eine wichtige Bedeutung zusprach, und ging in eine Richtung, die den Körper und die Bedeutung der nonverbalen Kommunikation, wie sie von Janet erforscht wurde, negierte, um sich primär auf die verbale Kommunikation zu konzentrieren.

2. Die organ-dynamischen Erkenntnisse von Pierre Janet

Ich komme nun zurück auf die Arbeiten von Janet (seit 1895) als Pionier der Entwicklung von Erkenntnissen, die für die Körperpsychotherapie von grundlegender Bedeutung sind.

Janet sagt im Folgenden:

Eine neue physiologisch-orientierte Psychologie wird nun die frühere Betrachtung der Persönlichkeit als eine metaphysische, unverkörpernte Seele ablösen. Die Persönlichkeit kann nicht in solch einer Seele, sondern im Körper gefunden werden. Neuerdings wird man sich seines Körpers bewusst und entdeckt dabei gleichzeitig seine Persönlichkeit ... Wir spüren unseren Körper, wir spüren unsere Haut, wir spüren die Wärme des Körpers, wir spüren die inneren Organe und die Organisation unserer Empfindungen, die zu unserem Körper gehören und die uns etwas über unsere Persönlichkeit erfahren lassen. Die Charakteristiken der Persönlichkeit, ihrer Einheit, Identität, Klarheit haben ihren Ursprung in der Natur unseres Körpers ... Es ist unmöglich, das Studium unserer Persönlichkeit zu vertiefen, ohne zunächst verstanden zu haben, dass wir einen Körper haben.

In unseren Bemühungen, menschliche Verhaltensweisen zu ändern, können wir

keinen radikalen Unterschied machen zwischen dem, was physikalisch und dem, was mental ist. Neuropathische Störungen sind Ausdruck der Aktivität des gesamten Organismus und seines Wachstums, seiner Evolution und seiner Involution. Psychologie ist nicht unabhängig von der Physiologie, es erfordert jedoch eine sensiblere und profundere Physiologie ... Psychotherapie besteht aus einer Vielzahl therapeutischer Prozesse physikalischer wie auch mentaler Art (Janet, 1929).

Ich wende mich nun einigen Details von Janets Arbeit in spezifischen Bereichen der Körperpsychotherapie und der somatischen Psychologie zu.

Der Zwerchfell-Krampf

In den Jahren zwischen 1893 und 1895 – nachdem er seine ersten Bücher über die Natur und die Behandlung der Hysterie abgeschlossen hatte – und exakt in der Periode, als Freud und Breuer begannen, ihre eigenen Forschungen über die Hysterie zu veröffentlichen, arbeiteten Pierre Janet und Charles Richet über zwei Jahre hinweg zusammen im Psychology Laboratorium, welches Charcot am Salpêtrière Hospital in Paris ins Leben gerufen hatte, wobei sie die Atemmuster neurotischer Patienten auf sorgfältigste und genaueste Weise erforschten, wie dies niemals zuvor in körperpsychotherapeutischen Arbeiten getan wurde, bevor und nachdem Reich am Zwerchfell-Block arbeitete (Janet, 1895).

Die Forschungen bezogen Pneumographen (med. Gerät zur Messung der Brustkorberhebung) ein, mit deren Hilfe die Bewegungen von Brust und Bauch während der Ein- und Ausatemphasen gemessen wurden ebenso wie Spirometer, mit deren Hilfe das Volumen der ausgeatmeten Luft unter verschiedenen Bedingungen getestet wurde. Diese Ergebnisse wurden in einer Serie von etwa 20 grafischen Atemmuster-Kurven aufgezeichnet und zeigen die Häufigkeit, Regelmäßigkeit, den Rhythmus, die Synchronizität und sogar chemische Balancen (Verlust an Kohlendioxyden) des betreffenden Menschen auf. Janet notierte, dass nicht neurotische Menschen während der Einatmung einen guten Atemrhythmus wie auch eine klare Synchronizität in der Ausdehnung von Brust und Abdomen aufweisen mit entsprechender Luftablassung in beiden Bereichen während der Ausatemphase. Muster disfunktionaler Atmung

L'éveil de la sensibilité et la redécouverte de la motilité Synthèse psyché-soma en tant que fondement de la thérapie corporelle : les cent ans de l'héritage de Pierre Janet (1859-1947)

Résumé Il y a plus de cent ans que Pierre Janet a élaboré l'analyse psychologique qui, plus tard, devait donner naissance à la psychanalyse freudienne. Janet a inspiré de nombreux concepts de psychologie individuelle et analytique, comme l'ont reconnu à la fois Adler et Jung. Plus important encore est le fait que Janet fut le premier thérapeute corporel et un prédécesseur de Wilhelm Reich. Il saisit parfaitement les rapports entre respiration et émotions et, en collaboration avec Claire Richet (qui a inspiré les études menées par Charcot sur l'hystérie plusieurs décades avant Freud), il étudia très en détail les schémas respiratoires caractérisant les névroses. Il a aussi utilisé les massages et la rééducation motrice.

Janet comprit que la névrose est en rapport avec des actes inhibés et fut à l'origine de toute une tradition française de travaux sur la dynamique physique de la motilité, menés en particulier par Henri Laborit (Paris) et ses disciples. Il en déduisit que pour résoudre les états névrotiques de conscience, il faut disposer des schémas d'action requis. Janet fut également un pionnier dans le domaine de la médecine psychosomatique, puisqu'il saisit très bien de nombreux aspects du déséquilibre subi le cas échéant par le système nerveux végétatif, déséquilibre qui, pour lui, était une « névrose viscérale ».

De son point de vue, l'analyse psychologique était un processus psychologique et somatique et devait être suivie d'une synthèse, effectuée par le patient, des états fragmentés et dissociés qui l'avaient précédée. Il était aussi partisan de l'intégration à différents niveaux : aspects du Soi, corps-pensée-esprit, niveaux de conscience, mais aussi entre la vie affective, les schémas d'action et les « idées fixes » exprimant des attitudes et perceptions mentales. Il entreprit également des recherches sur les états de conscience modifiés et les capacités para-physiques (en collaboration avec William James, Frederick Myers et Hans Driesch).

Son vaste travail avait été relativement négligé jusqu'au moment où il fut redécouvert par des chercheurs contemporains travaillant sur le syndrome du stress post-traumatique ; à ce niveau, ses idées se sont révélées très importantes. Il avait souligné qu'il est essentiel de ne pas négliger de prendre en compte un traumatisme réel, mais aussi de ne pas en voir un là où il n'y en a pas. Dans ce sens, il adopta une position située entre les notions de mémoire authentique et de faux souvenirs qui donnèrent lieu à de longs débats. Le travail de Janet doit être considéré comme la source d'au moins quatre courants de psychothérapie : psychodynamique (y compris la psychologie périnatale), behavioriste, corporel et transpersonnel.

weisen eine übertriebene Brustatmung mit kleinen abdominalen Bewegungen oder eine übertriebene abdominale Atmung mit kleinen Thoraxbewegungen oder eine paradoxe Atmung auf, welche er „antagonistische Atmung“ nannte. In dieser ist die normale Synchronizität von Brust und Abdomen zusammengebrochen, wobei das Abdomen beispielsweise während der Einatmung einsackt.

Janet beschrieb im Zusammenhang mit der Atmung die Über- und Unterbeanspruchung verschiedener Körperteile und Muskelgruppen. Er setzte seine Beobachtungen in Phasen fort, in denen der Klient tief schlief und entdeckte, dass sich in tieferen Stadien des Schlafes die gestörten Atemmuster tendenziell reduzieren und sich zeitweise ein eher normaler Rhythmus bzw. ein synchrones Muster einstellt, ein Muster, dass er mit „konkordanter Atmung“ bezeichnete. Er kommentierte darüber hinaus den Rebalancing-Effekt, der sich durch spontanes Seufzen einstellt und die Beobachtung, dass Atemmuster häufig weniger Stress erfahren, wenn der Klient auf einer Seite liegt.

Janets weitreichende Studien brachten frühe Erkenntnisse über den Zwerchfell-Block, den Wilhelm Reich 40 Jahre später als den zentralen Me-

chanismus einer jeden Neurose wie auch in Mustern spontaner Hyperventilation und Hypoventilation erkannte, Muster, die, wie jeder professionelle Körperpsychotherapeut heute weiß, der Unterbrechung des emotionalen Selbstkontaktes oder des Kontaktes zu anderen dienen.

Janet beeinflusste Eugen Bleuler, der am Burgholzli Hospital mit psychotischen Patienten arbeitete. Es war Bleuler, der den Begriff der Schizophrenie in die Welt setzte, womit er eine Spaltung oder die Spaltung des Zwerchfells meinte. Der Zwerchfell-Block ist für den schizophrenen Prozess von entscheidender Bedeutung.

100 Jahre später wurde die „International Society for the Advancement of Respiratory“ geformt und das wissenschaftliche Textbuch *Behavioural and Psychological Aspects of Breathing Disorders* veröffentlicht – in Fortsetzung der zentralen Bedeutung von Atemstörungen in Neurosen, wie diese von Pierre Janet und Charles Richet erforscht wurden.

Vasomotorische Neurose

Janet richtete sodann seine Aufmerksamkeit auf den Fluss der Flüssigkeiten

im Körper des Patienten, wobei er sorgfältig den Druck im Blutfluss, die Tendenz zu Ödemen, Erröten und Erblässen der Haut, extreme Temperaturen des Körpers, den heißen Kopf, kalte Füße usw. beobachtete; in all diesen Phänomenen sah er eine Veränderung der vasomotorischen Funktionen. Er stellte eine enge Verbindung zwischen gedrängtem Gewebe, beeinträchtigter Zirkulation, kardiovaskulärer Über- oder Unterfunktion, Veränderungen des Blutdrucks in Richtung Hypo- und Hypertension und einer emotionalen Unbalance her. Hier nahm er die Arbeit von Wilhelm Reich über die grundlegende Antithese vegetativen Lebens vorweg und seine Arbeit über somatische Angstformen, die über Störungen der Gewebeflüssigkeit ausgedrückt werde. Vorweg nahm er damit auch die Arbeiten über die Venenpumpen im gesunden und im pathologischen Zustand, wie diese von dem Dänischen Arzt John Olesen 80 Jahre später erforscht wurden. „Aktuelle Studien über die Funktionsweise des sympathischen Nervensystems“ so schrieb Janet, „indizieren neue Forschungswege; es ist nicht schwer, zahlreiche neuropathische Symptome mit denen in Verbindung zu bringen, wie diese manchmal bei Pati-

enten mit vagotonischen und sympathikonischen Symptomen beobachtet werden (Janet, 1924).

Massage

Charcot hat Janet gegenüber stets die Bedeutung von Massage hervor gehoben und Freud selber wendete Massage bei seinen frühesten Klienten an. Janet hob die Bedeutung speziell bei neurotischen Prozessen hervor, bei dem, was er mit „Kontraktionen der Muskulatur“ bezeichnete, ein Begriff, den Reich später „muskuläre Panzerung“ nannte. Janet beschrieb, dass es für den Therapeuten äußerst wichtig ist, die Funktionen der physikalischen Behandlungen durch Berührung zu erläutern, die Ängste der Patienten zu beruhigen, seinen Patienten gegenüber großen Respekt entgegen zu bringen, in dem es zunächst darum ging, die Hand über die betroffene Körperstelle zu legen, ohne dabei den Körper zu berühren, um dann durch leichte Berührung desensibilisiertes Gewebe anzuregen so lange, bis das korrespondierende Muskelgewebe unter den Fingern geschmeidig wird. Er drückte aus, dass Massage den Effekt einer Suggestion hat und eine Art non-verbale Sprache gegenüber dem Klienten darstellt; die Massage lenkt seine Aufmerksamkeit auf Muskelsensationen, die seiner Wahrnehmung entzogen waren. Der Hysteriker bekommt ein neues Gefühl für seine Muskeln und gewinnt die Fähigkeit, die Richtung der ursprünglich ungewollt aufgegebenen Aktionen wieder aufzunehmen. „Die Bedeutung der Massage“, so schreibt er, „liegt darin, dass die Mehrheit der Patienten, die ich beschrieben habe, geheilt werden konnte insofern, als die freie Bewegung in der Brust, der Taille und dem Abdomen wieder hergestellt werden konnte“ (Janet, 1924).

In der gleichen Dekade, in der Janet frühe Arbeiten entstanden, wendete Georg Groddeck in Berlin ebenfalls Massagetechniken bei psychoneurotischen Patienten an und berichtete darüber am Medizinischen Kongress in Dresden im Jahre 1931. Groddeck gehörte zu denjenigen, die die aktiven Methoden beeinflusste, die von seinem Freund Sandor Ferenczi entwickelt wurden, der ein Kollege von Wilhelm Reich war, bevor dieser im Jahre 1934 die Vegetotherapie entwickelte.

Das Verständnis des formativen Prozesses im embryologischen Stadium der Entwicklung

Die Biosynthese-Arbeit arbeitet nach Prinzipien, die der funktionalen Embryologie und der dynamischen Morphologie entstammen sowie nach den Prinzipien des formativen Prozesses und des Organisationsfeldes. Diese Konzepte wurden um 1975 herum entwickelt. Janet wurde nahezu 50 Jahre früher von Henri Bergson beeinflusst, auf den er ebenfalls einen starken Einfluss hatte; wobei Bergson eine der Quellen des energetischen Verständnisses des Lebens von Wilhelm Reich war, als dieser den formativen Prozess studierte. Janet fragt:

Wie entwickelt sich also ein Erwachsener? ... Ist es notwendig, dass er sich selbst formt und es sind zu allererst die Instinkte – die psychologischen Instinkte – die auf bemerkenswerte Art im Ovum und im Embryo dominieren? Das allererste psychologische Stadium beginnt nicht mit der Geburt, das erste psychologische Stadium beginnt mit der Empfängnis. Genau in diesem Moment taucht ein Instinkt auf, der dann äußerst komplizierte Aktionen auslöst ... Der Instinkt, welcher den formativen Instinkt aufbaut.

Der Embryo wächst und differenziert sich dabei selbst. Es bildet sich eine Haut, die die Aufgabe hat, ihn von der Mutter zu separieren und er separiert sich auf eine optimale Weise, indem er einen eigenen Herzrhythmus und eine eigene grundlegende Organisation bildet. Dieser Prozess ist ein Prozess, den wir mit der „Arbeit an der Persönlichkeit“ bezeichnen können (Janet, 1929).

Viscerales Bewusstsein und gastro-intestinale Neurose

Janet unterscheidet, wie in der Biosynthese auch, zwischen 3 Hauptrichtungen sensorischer Informationen, die Exterozeption (die Information über die 5 Sinne), die Propriozeption (die Information von den Muskeln) und die Interozeption (die Information aus dem Eingeweide-System). Wie Gerda Boyesen 80 Jahre später – in ihrer Theorie der Psycho-Peristaltik – stellte auch Janet die Verbindung zwischen visceralen und emotionalen Sensationen her und entwickelte ein ganzes gastro-intestinales Theoriekonzept der Neurose, wobei er einen engen Zusammenhang sah zwischen den Peristaltik-Funktionen des Darms und dem emotionalen Verhaltensaussdruck. Janet verweist dabei auf

den verknüpften Begriff *cenesthesie*, der Gewahrtheit innerer Sensationen, ein Wort, das aus dem Griechischen *koinos* (kommunal) und *aisthesis* (Sensibilität) stammt, womit er die Welt der Interaktionen zwischen den verschiedenen Organ-Sensationen meint.

Janet spricht darüber hinaus über das *viscerale Bewusstsein* und wies dabei auf zahlreiche Autoren vor seiner Zeit hin, die die Bedeutung unserer inneren Körper-Sensationen für unser Körperbild aufzeigten, ein Thema, das die zentralen Aspekte unseres Körperbildes für die Formation des Ego beleuchtet, wie dies später auch von Paul Schilder erforscht wurde, einer der Lehrer von Wilhelm Reich in der zweiten Dekade dieses Jahrhunderts.

In seiner gastro-intestinalen Theorie der Neurose stellt Janet fest, dass viscerale Störungen häufig von emotionalen Störungen begleitet werden, und dass depressive Haltungen mit einer emotionalen Unbalance oder mit großer Müdigkeit verbunden sind. Die Heilung dieser visceralen Symptome, so sagt Janet, wird oft begleitet von einer vollständigen Heilung der Neurose (Janet, 1924). Einmal mehr sehen wir hier die klare Verbindung zu den Arbeiten von Alfred Adler, der Janet als eine seiner Quellen für die Arbeit über Organ-Neurosen anerkannte.

Kontaktkanäle

In der Biosynthese arbeiten wir mit den grundlegenden Kontaktkanälen und beziehen, wie zuvor beschrieben, sowohl Berührung wie auch den Blick der Augen, die Sensibilität der Ohren durch Ton und Stimme ein. Im Jahre 1896 präsentierte Janet auf dem Psychologie-Kongress in München die Ergebnisse seiner Forschungen über die Qualität visueller und auditiver Aufmerksamkeit in Bezug auf die emotionale Reaktionsfähigkeit. Er zeigte auf, dass neurotische Prozesse mit Hypo- und Hyper-Sensibilität zu tun haben, mit Signalen, die über die Augen und die Ohren hinein und hinaus gehen. Wenn Janet seine Fälle beschreibt, bekommen wir das Gefühl von einem Menschen, der nicht nur an dem interessiert ist, was der Klient sagt, sondern vor allen Dingen an dem, wie er schaut: Die Qualität des Augenkontaktes ist für ihn dabei von besonderer Bedeutung. Sein frühes Interesse galt den Prozessen des Hörens, die in ande-

ren körper-psychotherapeutischen Bereichen weitgehend negiert wurden, wobei er die detaillierteren Studien des französischen Physikers Tomatis voraus ahnte. Von besonderer Bedeutung für Janet war die Veränderung der sensorischen Funktionen.

Muskuläres Bewusstsein und kinästhetische Gefühle

Propriozeption, die Informationen aus dem Muskelsystem, vermittelt über die Muskelspindel und dem Gammasytem zugeordnet, ist grundlegender Bestandteil unseres Körperschemas, unseres Ge-gründet-Seins in der Welt und die Art und Weise, wie wir in Kontakt sind mit der Koordination und Organisation der Bewegungen. Janet fokussierte sein Interesse speziell auf das kinästhetischen Gefühl und auf das Balance-Verhalten. Er zitiert frühe Autoren, die dies verschiedentlich mit den Begriffen muskuläres Gefühl, das Gefühl von Aktivität, muskuläres Bewusstsein, Bewegungsgefühl, lokomotorische Fähigkeit und kinästhetischer Eindruck bezeichneten. Er spricht dabei von unserem 6. Sinn, den wir neben unseren normalen fünf Sinnen haben. Er kommentierte diese Tatsachen, die bereits ein Jahrhundert vor ihm beschrieben wurden, also ungefähr vor 300 Jahren, in Form wissenschaftlicher Reviews. Es gab eine ganze Reihe von Berichten über kinästhetische Gefühle, die sich zu Beginn seines eigenen Jahrhunderts stark reduzierten. Wir sehen, dass Janet auf einige seiner ursprünglichen Arbeiten zurück blickte, und das vor 100 Jahren!

Bewegung und Intentionalität

Janet verstand, dass Bewegung und Bewusstsein untrennbar zusammen gehören. „In unserem Bewusstsein gibt es nichts“, so schreibt er, „als Aktionen und Derivate von Aktionen. Moderne Forschungen haben aufgezeigt, dass wenn die Bewegung der Augenmuskeln vereinbart wird, die Sehfähigkeit sinkt. Neuropathische Störungen sind das indirekte Ergebnis inadäquater Bewegungen und die Emotion ist lediglich eine abgeleitete Erregung, die an die Stelle einer inadäquaten Bewegung tritt“ (Janet, 1924). Hier würdigt Janet die vollständige Entwicklung der somatischen Psychologie, wie in der Theorie von Aktionshemmungen ausgedrückt. Sie

wurde von Henri Laborit (1980) entwickelt, der als eine der Quellen für sein organ-dynamisches Verständnis von Neurosen Janet angab. Die Arbeit von Laborit wurde besonders im Bereich der Körperpsychotherapie weiter ausgebaut, und zwar im biosystemischen Ansatz, der von Dr. Jerome Liss zunächst in Paris und später in Rom entwickelt wurde.

Janet nahm bemerkenswerterweise auch den somatischen Erfahrungsansatz von Peter Levine vorweg, der seine Arbeit auf die Auflösung von Traumata fokussiert, durch Befreiung ungenutzten motorischen Potentials. Beide Arbeiten, die von Laborit und von Levine, zeigen Erkenntnisse auf, die ganz zentral für die Körper-Psychotherapie und die Biosynthese sind (Levine, 1997). Psychologische Analyse ist für Janet stets auch psycho-physikalische Analyse und Psychotherapie ist für ihn eine Therapie, die stets Gebrauch von Verhaltensweisen macht, d.h. von Aktionen und von Organfunktionen. In der Psychotherapie haben wir es immer mit wechselnden Aktionen, ihre Reduzierung oder Ausdehnung zu tun. Eine psychologische Therapie ... ist Transformation des Funktionsmodus (Janet, 1924).

Daraus folgt für Janet, dass Psychotherapie, wie sie von Hippolyte Bernheim benannt wurde, stets die Umgestaltung von Bewegungen einbezieht, wogegen ideo-dynamische Prinzipien nicht nur Ideen sind, die in Aktionen oder Intentionen und die in Haltungen ausgedrückt werden, wie Darwin zwei Dekaden vor Janet aufgezeigt hat, sondern dass aus Aktionen auch ein neues Bewusstsein erwachsen kann und aus einer befreiten Bewegungsfähigkeit neue Bilder entstehen bzw. geformt werden können. Janet stellte seine Re-Educatons-Arbeit unter drei Headlines: Der Wiederaufruf von alten Bewegungen; das Unterlassen nutzloser Bewegungen und die Ermutigung zu beglückenderen Bewegungen. Ein Leitprinzip bestand im „Erwerb und der Fixierung neuer Tendenzen“, wobei Janet unter Tendenzen neue Intentionalitäten verstand. Janet arbeitete auf aktive Art und Weise mit seinen Klienten: Er arbeitete mit den motorischen Feldern in den Armen, mit Positionen, die anders waren als das Liegen auf der Couch, und er sagte, es sei wieder notwendig, das Gehen zu erlernen.

In der Arbeit mit Borderline Patienten wird man heute in zunehmendem Maße darauf aufmerksam, dass bei diesen Klienten ein Defizit in der Entwicklung grundlegender Fähigkeiten besteht, die in ihrer Kindheit nicht erworben werden konnten. Janet glaubte, dass durch seine Bewegungsarbeit die Fähigkeiten der motorischen Koordination entwickelt werden könnten, Fähigkeiten, die heutzutage so zentral sind für die Strukturierung des Ego mit seinem Kern, der im Körperschema verwurzelt ist. Janet erläutert dies folgendermaßen: „Er (der Patient) kennt den Mechanismus der Aktion nicht, die er auszuführen sucht. Er weiß nicht, wie er diese in Teilschritte auflösen kann oder wie er wertvolle Bewegungen auf sinnvolle Art und Weise wiederholt oder wie er diese voll Spannung ausführt, die die Absicht fixiert“ (Janet, 1924). Dies beschreibt sehr genau die unterernährte Entwicklung vieler seiner Klienten, mit denen er arbeitete. Die Bewegungsarbeit von Janet ist demzufolge mehr als eine Art von Neugestaltung des Musters. „Es geht darum, die Patienten nicht die Kunst der Intervention durch Menschen zu lehren, sondern die Ausführung natürlicher Aktionen bzw. Bewegungen, die unbewusst durchgeführt werden und die Elemente umfassen, die sich über die Jahrtausende hinweg entwickelt haben und die wir inzwischen gelernt haben, zu ignorieren, und deren Kombinationen wir nicht mehr verstehen.“

Die moderne Säuglingsforschung, wie sie von George Downing anlässlich des Körper Psychotherapie Kongresses in Basel im November 1986 beschrieben wurde, ein Jahrhundert nach Janet, beschreibt die affektmotorischen Schemata, die von der Natur programmiert sind und die für die somatisch-emotionale und motorische Entwicklung Sorge tragen. Faszinierende Tatsache ist, dass die Arbeit von George Downing ebenfalls am Salpêtrière Hospital in Paris durchgeführt wurden, genau dort, wo Janet seine Forschungen ein Jahrhundert zuvor startete. Die affektmotorischen Schemata, die George Downing beschreibt, korrespondieren mit dem, was wir in der Biosynthese mit motorischen Feldern der Intentionalität bezeichnen. Im Falle neurotischer Störungen oder Entwicklungen erstarren diese affektmotorischen Schemata und verbleiben latent als Potential erhalten solange, bis

eine Umgebung da ist, in der sie dann aktualisiert werden können. Motorisch-kinästhetische Arbeit mit Schizophrenen stellt eine enorme Unterstützung bei der Veränderung von Körperbildern dar; sie bringt ein größeres Gefühl für die Realität in das System. Janet entdeckte, dass die Motilität eine Ressource ist; er entdeckte auch, dass „education“ (Erziehung) von dem lateinischen Wort „educare“ abstammt: to draw out (auszeichnen, beschreiben). Daraus schloss Janet, dass der Klient unbedingt seine nicht realisierten Ressourcen aktivieren muss. „Es ist einfach notwendig, dass der Klient von seinen Ressourcen Gebrauch macht, die er ohnehin besitzt ... Der Arzt zeigt dem Klienten, dass er einige wichtige Ressourcen an der Hand hat, die er vergessen hat und von denen er keinen Gebrauch machen kann.“ Dieser subtile Dialog zwischen der Erlernung neuer Fähigkeiten zur Entwicklung und Entdeckung des latenten Potentials, der Absichten und der affektmotorischen Schemata wirft einen voraus schauenden Blick auf die Diskussion über Entdeckung versus Entwicklung in der Psychotherapie, wie sie von Andreas Wehowsky (1997) in der Biosynthese initiiert wurde.

Posttraumatischer Schock

In der modernen posttraumatischen Schockforschung geht man davon aus, dass die Körperprozesse nur sehr schwierig zu verstehen sind. Das Schweizer Rote Kreuz arbeitet mit Folter-Opfern und hält die psycho-physikalische Behandlung für essentiell, da die Erinnerungen an Traumata im Körper kodiert sind. In diesem Zusammenhang wurden die Arbeiten von Pierre Janet wiederentdeckt. Jeffrey Masson zeigte in seinem Buch *Assault on Truth* (1984), wie Freud eine neue Sicht der Neurose adoptiert, die die Bedeutung des Traumas als Initiator erkannte; später gab er jedoch diese Idee zugunsten einer Theorie auf, in der traumatische Ereignisse, und hier speziell sexueller Missbrauch, eher Fantasien in der Gedankenwelt von Kindern als reale Ereignisse sind. Heutzutage stehen komplexe politische Ideologien speziell in Amerika hinter Freuds Trauma-Theorie und seiner Fantasie-Theorie; sie heizen das Klima zum Thema „falsche oder wahre Erinnerungen“ in den Debatten mächtig an.

Die moderne Trauma-Forschung hat seit 1980 die Bedeutung von Janets frühem Dissoziations-Konzept wieder entdeckt. Im Jahre 1895 schrieben Freud und Breuer, Janet folgend; Hysteriker leiden hauptsächlich an Erinnerungen. Die traumatische Erfahrung bricht stets erneut über den Klienten herein und das ist ein Beweis für die Macht dieser Erfahrung: „Der Patient ist, wie man sagen könnte, an das Trauma fixiert“ (Freud und Breuer, 1895). Im Jahre 1896 gab Freud in seinem Artikel „Heredity and the aetiology of the neuroses“ die Dissoziationstheorie auf, die inzwischen von der modernen Trauma-forschung erneut aufgegriffen wurde und argumentierte „Ich finde, es gibt dafür keine Gründe, was auch immer die Voraussetzungen für die Existenz derartig hypnoider Zustände sind“ (van der Kolk, 1996).

Wie Janet definierte auch Abram Kardiner, ein Pionier in der Trauma-Forschung in den 30er Jahren, die traumatische Neurose als Physio-Neurose und befindet sich damit auf der Ebene des Verständnisses, wie es auch das Rote Kreuz hat.

„Es ist die Suche nach der traumatischen Erinnerung“, erläutert Janet, „die die Geburtsstunde aller psychoanalytischen Methoden einleitete“, Methoden, die, wie wir uns erinnern, aus seiner eigenen psychologischen Analyse eine Dekade früher erwachsen. Was er über das Thema des „wahren Gedächtnisses“ in der Psychoanalyse sagt, kann gut übertragen werden auf solche Psychotherapeuten, die praktisch überall ein Trauma sehen: „Psychoanalyse ist keine gewöhnliche psychologische Analyse, die zur Aufgabe hat, sämtliche Phänomene, welcher Art auch immer, und die Gesetze dieser Phänomene zu entdecken. Es handelt sich hier um eine kriminelle Forschung, die einen Schuldigen finden muss, eine Vergangenheit, die für die aktuellen Probleme verantwortlich zeichnet ... Hier findet man Ähnlichkeiten zwischen dem Psychiater und dem Detektiv“ (Janet, 1924).

Sodann warnt Janet und fordert uns auf, die Balance zu wahren, wenn es um das hitzköpfige Thema dieser Debatte geht, eine Balance, die in der Trauma-Arbeit von Peter Levine unterstützt und in seinem kürzlich erschienenen Artikel „Erinnerung, Trauma und Heilung“ (1997) beschrieben wird. Im Folgenden warnt Janet:

Diese Reflektionen führten zu Beginn meiner Studien zur äußersten Vorsicht bei der Wiederentdeckung der traumatischen Erinnerungen. Die Entdeckung dieser Art von Erinnerungen sind von großer Bedeutung für die Interpretation und die Behandlung ganz bestimmter Neurosen und es ist notwendig, alle Anstrengungen zu unternehmen, diese zu entdecken, wenn sie existieren; wenn jedoch klar ist, dass derartige Erinnerungen durchaus auch nicht existent sein könnten, ist es vergleichsweise wichtig, alle Anstrengungen zu unternehmen, diese nicht zu entdecken, wenn sie nicht existieren. Zwischen denjenigen, die niemals mit traumatischen Erinnerungen umgehen oder deren Existenz sogar ignorieren und denjenigen, die diese überall sehen, ist es fair, die Therapeuten zu würdigen, die in begrenzten Fällen eine Traumatisierung feststellen (Janet, 1924).

In der Trauma-Behandlung realisierte Janet, dass Erinnerung nur dort traumatisch wurde, wo die Reaktion auf das Ereignis mangelhaft war. „Es ist notwendig“, sagt er, „dem Klienten zu helfen, die nötigen externen Aktionen umzuwandeln. Ihm muss geholfen werden, die internalen Aktionen, die mit vergangenen Ereignissen verknüpft sind, umzuwandeln“ (Janet, 1924). Dieser Ansatz führte Janet zu einer bedeutsamen Erkenntnis, die ein grundlegender Meilenstein für die moderne Traumaforschung ist, wie auch für die Biosynthese und die Dänische Schule „Kroppsdynamik“ (Kopenhagen): Um die Vergangenheit zu vergessen, muss das Verhalten in der Gegenwart verändert werden.

Grundlagen der Körperbild- und der Körper-Schema-Forschung

Douwe Tiemersma zufolge, ein Erforscher der Forschungsgeschichte über Körperschema und Körperbild, „war für Pierre Janet die erhebliche Störung des Körperbildes die Grundlage für psychische Störungen, ein Gefühl der Unvollständigkeit“ (Tiemersma, 1989, S. 115). Janet studierte die frühen Arbeiten von Bell über Muskelgefühle, von Bastian über kinästhetische Gefühle, von Bonnier über posturale Bilder; er war ein Zeitgenosse des deutschen Neurologen Wernicke, der über die Somato-Psyche als ein Aspekt eines 3-teiligen Ansatzes schrieb, das die AutoPsyche und die Allo-Psyche mit einschließt: Diese Arbeiten wiesen eine klare Verknüpfung zu der Arbeit des Britischen Neurologen Charles Sherrington auf, der seine Auf-

merksamkeit auf die Propriozeption, die Interozeption und die Exterozeption lenkte. Es handelt sich um einen 3-teiligen Ansatz von 3 funktionalen Systemen, die mit der inneren Welt, der äußeren Welt und der Zwischenwelt zusammen hängen. Diese Zwischenwelt, die Somato-Psyche, die auf propriozeptive Informationen und kinästhetische Feedbacks zurück greift, waren erstens grundlegend für das Verständnis des Körperschemas und zweitens des Körperbildes. Janet würdigte die Arbeit von Sherrington ebenfalls. Die späteren klassischen Arbeiten über das Körperbild von Holmes und Head im Jahre 1911 und von Paul Schilder im Jahre 1923 basierten auf diesen 3 Grundlagen der PsychoPhysiologie der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts. Paul Schilder war einer der Lehrer von Wilhelm Reich, und als die Psychoanalytiker damit begannen, ihre Abkehr vom Körper und die Wurzeln zu erforschen, kehrten sie zunächst wieder zu der klassischen Körperbild-Arbeit zurück. Diese Arbeit basiert wiederum auf den Arbeiten von Pierre Janet.

Von der Analyse zur Synthese

Janet, der Begründer der psychologischen Analyse, sah in seinen Studien, dass neurotische Störungen und Pathologien ein Ergebnis von zwei Tendenzen war, die er mit „Asthenia“ und „Hypotonia“ bezeichnete. Asthenia hat mit einem Mangel an psychologischer Stärke zu tun. „Absichten“, so schreibt er, „präsentieren nicht nur eine Disposition, eine Bewegungskette zu verursachen ... sie müssen darüber hinaus auch eine Stärke haben, um eine Bewegungskette in Gang zu setzen ... Seit Jahren sammle ich nun (Band-)Aufzeichnungen, die zeigen, dass jede Absicht selbst die geringste und kleinste, über eine gewisse Ladung verfügt.“ Diese Ladung wird später von Freud mit „Katharsis“ bezeichnet und Reich studierte sie als energetischen Prozess innerhalb des Gewebes. In diesem Konzept der Ladung als „Stärke“ nahm Pierre Janet die Betonung der Körper-Psychotherapie auf Energie, Release, Entladung, Metabolismus etc. vorweg. Ein weiterer Fokus von Janet lag auf einem Prozess, den er „psychologische Anspannung“ nannte. Damit meinte er etwas völlig anderes als das, was wir heute darunter verstehen. Er verstand darunter eine Anzahl von

Struktur-Entwicklungen in einem theoretischen Modell mit einigen menschlichen Funktionen, die einen Level höherer Ordnung aufweisen. Janets Begriff „Anspannung/Erregung“ ist mehr das, was wir mit „Kohäsion“ bezeichnen. Dieser Begriff wird auch von Henri Fauré in seinem Vorspann verwendet, den er in Janets Buch über psychologische Automatismen schrieb, welches im Original im Jahre 1889 erschien und im Jahre 1989 wieder aufgelegt wurde. Dieses Kohäsions-Konzept nimmt die Arbeit der heutigen Ego-Psychologie über „Struktur-Formationen“ vorweg; es muss jedoch daran erinnert werden, dass von Anfang an Janet ebenso wie später Freud das Gefühl des Kontaktes zum eigenen Körper als zentralen Prozess für die Struktur-Bildung betrachtete.

Was Janet mit „Hypotonia“ bezeichnete, war ein niedriger Kohäsions-Level, ein Struktur-Defizit. In diesem Konzept lenkt er unsere Aufmerksamkeit auf das Prinzip, wie wir unser Leben organisieren und auf die Qualität der Selbst-Organisation. In der Biosynthese ist dieses formierende Prinzip, das vielleicht nicht alle körperpsychotherapeutischen Schulen anwenden, ebenso grundlegend wie das energetische Prinzip: das formierende Prinzip führt zu integrierten Ebenen des Ausdrucks, es bildet die natürlichen Funktionen der Synthese zwischen den überwältigenden Aktivitäten und transzendiert Spaltung und Fragmentierung in neurotischen Prozessen. Das Wort „Biosynthese“, von dem englischen Psychologen Francis Mott übernommen, drückt dieses formierende Prinzip aus. In den Arbeiten von Janet musste die psychologische Analyse von Problemen und neurotischen Konditionierungen ergänzt werden durch psychologische Synthese. Während Hypotonia eine Form der Regression bedeutete, in der man in der Entwicklung zurückfiel, ordnete man die Synthese der Progression zu, einer höheren Ebene von Integration und Kohäsion. Dies hatte für Janet etwas damit zu tun, was er „presentification“ nannte, die Fähigkeit, mit sich selbst und mit anderen im Hier und Jetzt in Kontakt zu sein, ohne in Ängste der Vergangenheit zu geraten und ohne an der Zukunft zu zweifeln. Für Janet als Großvater der Körper-Psychotherapie war es selbstverständlich, dass die Fähigkeit zur Präsenz im formierende Prozess und im

Grad der Verkörperung der Persönlichkeit verwurzelt ist, eine Qualität, die Janet „corporality“ nannte und in der er den tieferen Grund unserer Existenz sah.

Zusammenfassung

Pierre Janet gründete bereits vor über 100 Jahren die psychologische Analyse. Aus ihr entstand Freuds Psychoanalyse. Janet war Inspiration für viele Schlüsselkonzepte in der Individualpsychologie und auch in der analytischen Psychologie, wie Adler und Jung anerkannten. Wichtiger ist jedoch folgende Tatsache: Janet war der erste Körperpsychotherapeut und damit Vorgänger von Wilhelm Reich. Janet verstand die Beziehung zwischen Atmung und Emotionalität. Er führte zusammen mit Charles Richet (der Charcots Studien zur Hysterie in den Jahrzehnten vor Freud angeregt hatte) die detaillierten Forschungen zu den Atmungsmustern in der Neurose durch. Janet arbeitete mit Massage und der Reorganisation von Bewegung. Er verstand die psychologische Analyse als einen psychophysikalischen Prozess. Der Analyse müsse aber unbedingt eine Synthese der fragmentierten und dissoziierten Zustände des neurotischen Patienten folgen. Janets umfangreiche Arbeit wurde erst durch die moderne Erforschung des posttraumatischen Stress-Syndroms in ihrer tiefen Bedeutung wiederentdeckt.

Autor

David Boadella (Jahrgang 1931), B.A., M.Ed., Dr.h.c., Psychotherapeut SPV und UKCP, Ausbildungsleiter am Internationalen Institut für Biosynthese IIBS, CH-Heiden.

Studium der Pädagogik, Literatur und Psychologie. Ausbildung in Charakteranalytischer Vegetotherapie. Begründer der Biosynthese. Langjährige Praxis als Psychotherapeut. Weltweite Vortragstätigkeit, Autor zahlreicher Bücher und Artikel. Im Jahre 1995 wurde ihm von der „Open International University of Complementary Medicine“ ehrenhalber der Dokortitel verliehen für seine Pionierarbeit in der Entwicklung und Förderung der Zeitschrift „Energie & Charakter“. Die Zeitschrift (deutsch u. englisch) kann beim IIBS bestellt werden.

Auswahl der Bücher von David Boadella: „Befreite Lebensenergie“ (Kösel), „Wilhelm Reich – Leben und Werk“ (Scherz).

Literatur

- Adler A (1912) Über den nervösen Charakter. Bergman, Wiesbaden
- Boadella D (1986) Lifestreams. Routledge, London
- Darwin C (1872) The expression of the emotions in man and animals. Chicago University Press, Chicago
- de Bussy JH (1908) Premier Congrès Internationale de Psychiatrie, Amsterdam
- Ellenberger H (1970) Pierre Janet and psychological analysis. In: The discovery of the unconscious: the history and evolution of dynamic psychiatry. Basic Books, New York
- Ey H (1939) La psychopathologie de Pierre Janet et la conception dynamique de la psychiatrie. Mélanges offerts à Monsieur Pierre Janet. d'Arthey, Paris
- Freud S, Breuer J (1895) Studien über Hysterie. Deuticke, Leipzig
- Holmes H, Head H (1911) Sensory disturbances from cerebral lesions. Brain 34: 102–254
- James W (1890) Principles of psychology. Henry Holt, New York
- James W (1894) Book review of Janet's *Etats mentales des hystériques*, and of J. Breuer and S. Freud's *Über den psychischen Mechanismus Hysterischer Phänomene*. Psychological Review 1: 195–199
- Janet P (1889) *L'automatisme psychologique*. Alcan, Paris
- Janet P (1895) Note sur quelques spasmes des muscles du tronc chez les hystériques. La France Médicale et Paris médical XLII: 292–353 (Also published in Janet P [1898] *Neurose et idées fixes*. Alcan, Paris)
- Janet P (1924) Principles of psychotherapy. Freeport, New York
- Janet P (1929) *L'évolution psychologique de la personnalité*. Chahine, Paris
- Jung CG (1959) The psychology of dementia praecox (Collected works, Vol m). Pantheon, New York (First published in 1907)
- Laborit H (1980) *L'inhibition de l'action*. Masson, Paris
- Levine P (1990) Memory, trauma and healing. *Energy and Character* 2/2: 22–43
- Masson J (1984) *Assault on truth*. Collins, London
- Rossi E (1986) *The psychobiology of mind–body healing*. Norton, New York
- Schilder P (1923) *Das Körperschema*. Springer, Berlin
- Tiemersma D (1989) *Body schema and body image*. Swets & Zeitlinger, Amsterdam
- van der Hart O, Brown P, van der Kolk B (1995) Pierre Janet's treatment of post-traumatic shock. In: Everley J, Lating D (eds) *Psychotraumatology*. Plenum Press, New York
- van der Kolk B, McFarlane A, Weisaeth L (1996) *Traumatic stress*. Guildford Press, New York London
- Wehowsky A (1997) *Entwicklung und Entdeckung*. *Energie und Charakter* 14: 19–69

Dieser Artikel erschien zuerst in Englisch im „International Journal of Psychotherapy“, Vol. 2, No. 1, 1997. Copyright der Übersetzung (engl./dt.): Gisela Wallbruch.