

Ludwig Janus
Geburt

Rationalisierung
Phase
Traum
oralePhase
tragung
Zeit
genitalePhase
ung
Vorbewusstes
Ambivalenz
Sublimierung
Eros
Spaltung
Tagesrest
Gegenübertragung
Fixierung
Analyse
Schuldgefühl
Homosexualität
Geburt
Reaktionsbildung
Wunscherfüllung
Phobie
Libido
Babyforschung
Tie
St
Bin
Abwehr
Nachträ
Projektion
Psychose
Neurose
Masochismus
Identität
Trieb
Überich
Strafbedürfnis
Annektion
Suggestion

PSYCHOSOZIAL-VERLAG



ANALYSE DER PSYCHE
UND PSYCHOTHERAPIE

Ludwig Janus

Geburt

Viele Begriffe, die wir aus der Psychoanalyse kennen, blicken auf eine lange Geschichte zurück und waren zum Teil schon vor Freuds Zeit ein Thema. Einige Begriffe haben längst den Weg aus der Fachwelt hinaus in die Umgangssprache gefunden. Alle diese Begriffe stellen heute nicht nur für die Psychoanalyse, sondern auch für andere Therapieschulen zentrale Bezugspunkte dar.

Die Reihe »Analyse der Psyche und Psychotherapie« greift grundlegende Konzepte und Begrifflichkeiten der Psychoanalyse auf und thematisiert deren jeweilige Bedeutung für und ihre Verwendung in der Therapie. Jeder Band vermittelt in knapper und kompetenter Form das Basiswissen zu einem zentralen Gegenstand, indem seine historische Entwicklung nachgezeichnet und er auf dem neuesten Stand der wissenschaftlichen Diskussion erläutert wird.

Alle Autoren sind ausgewiesene Fachleute auf ihrem Gebiet und können aus ihren langjährigen Erfahrungen in Klinik, Forschung und Lehre schöpfen. Die Reihe richtet sich in erster Linie an Psychotherapeuten aller Schulen, aber auch an Studierende in Universität und Therapieausbildung.

Unter anderem sind folgende Themenschwerpunkte in Planung:
Selbstverletzung | Borderline-Störungen | Sucht | Hypochondrie | Depression | Triangulierung | Magersucht | Übertragung/Gegenübertragung | Adoleszenz | Mentalisierung

Bereits erschienen sind:

- BAND 1 Mathias Hirsch: Trauma. 2011.
- BAND 2 Günter Gölde, Michael B. Buchholz: Unbewusstes. 2011.
- BAND 3 Wolfgang Berner: Perversion. 2011.
- BAND 4 Hans Sohni: Geschwisterdynamik. 2011.
- BAND 5 Joachim Küchenhoff: Psychose. 2012.
- BAND 6 Benigna Gerisch: Suizidalität. 2012.
- BAND 7 Jens L. Tiedemann: Scham. 2013.
- BAND 8 Ilka Quindeau: Sexualität. 2014.
- BAND 9 Angelika Ebrecht-Laermann: Angst. 2014.
- BAND 10 Hans-Dieter König: Affekte. 2014.
- Band 11 Bernhard Strauß: Bindung. 2014.

Ludwig Janus

Geburt

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

E-Book-Ausgabe 2015

© der Originalausgabe 2015 Psychosozial-Verlag

E-Mail: info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch
Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung
des Verlages reproduziert oder unter Verwendung
elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt
oder verbreitet werden.

Umschlaggestaltung und Satz: Hanspeter Ludwig, Wetzlar

www.imaginary-world.de

ISBN Print-Ausgabe: 978-3-8379-2241-7

ISBN E-Book PDF: 978-3-8379-6779-1

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	11
Die Einfühlung ins Vorsprachliche	
Die Entdeckungsgeschichte des Geburtserlebens	15
Entdeckungsgeschichte	
innerhalb der Psychoanalyse	15
Pioniere in der Psychoanalyse	19
Positive Aspekte der vorgeburtlichen Zeit – Gustav Hans Graber . . .	20
Das »organismische Bewusstsein« – Nandor Fodor	21
Erinnerungsfragmente – Friedrich Kruse	22
Der »Nabelschnuraffekt« – Frank Lake	24
Pioniere innerhalb der Humanistischen Psychologie	25
Primärtherapie – Arthur Janov	25
Die Matrix der Geburtserlebnisse – Stanislav Grof	27
Regressionstherapie – William Emerson	28
Reflexion des Verhältnisses von Regressionstherapie	
und analytisch orientierter Psychotherapie	29
Verarbeitung der Geburtsdynamik	
auf der kollektivpsychologischen Ebene	31
Geburtserleben im Spiel von Kindern	31
Die Geburtsdynamik in den	
kollektiven Inszenierungen von Krisen und Kriegen	32
Die Geburtsdynamik im Spiegel	
der Initiationsriten, Märchen und Erzählungen	35

Bewusstwerdung der geburtlichen	
Erlebnisdynamik in der Literatur	37
Perinatale Dynamik als Grundstruktur von Erzählungen	42
Rahmenvorstellungen zu den biopsychologischen	
Besonderheiten der menschlichen Geburt	47
Anthropologische und psychologische Bedeutung	
der »physiologischen Frühgeburtlichkeit«	47
Die Psychodynamik des »Selbstverlustes« bei der Geburt	51
Die genuine Projektionsneigung des Menschen	53
Der Aufbau des modernen Ichs	55
Verstehensmöglichkeiten des Geburtserlebens	58
Der Erlebnisprozess der Geburt	58
Folgen von Störungen des Geburtsprozesses	61
Vertieftes Verstehen	64
Unbestimmte Schmerzen	67
Phobische Ängste	69
Atemstörung und Angsttraum	71
Umgang mit der Geburtsdynamik	
im psychotherapeutischen Prozess	
bei Kindern und Jugendlichen	73
Einkoten als Versuch einer Selbstgeburt	74
Schulverweigerung gegen das Überfallenwerden	76
Perinatale Dynamik im Adoleszenzprozess	78
Umgang mit der Geburtsdynamik	
im therapeutischen Prozess bei Erwachsenen	82
Wahl des therapeutischen Settings	83
Einfärbung des Lebensgefühls	
durch eine geburtstraumatische Belastung	87
Kreative Aspekte im therapeutischen Prozess	88
Settings bei geburtstraumatisch bedingten	
neurotischen und psychosomatischen Symptomen	91
Klaustrophobisches Erleben – verschiedene	
imaginative Techniken und Traumatechniken nutzen	93
Halten und Loslassen – leiblich-szenisches Arbeiten	98
Alpträume – Gegenübertragungen nutzen	101

Fokussierung auf die Körperempfindungen –	
Regressionstechniken	105
Verlorene Bindung – empfindungsgeleitete Regression	111
Zur Integration der unterschiedlichen Ansätze	114
Präventive Aspekte in Psychotherapien	120
Förderung der Elternkompetenz	121
Geburtsvorbereitung	122
Geburtsbegleitung	123
Die Erweiterung der therapeutischen Wahrnehmung	125
Das früheste Erleben und Empfinden einbeziehen	131
Schlussbemerkung	
Literatur	133

Vorwort

Knapp hundert Jahre nach dem Erscheinen des epochalen Werkes *Das Trauma der Geburt* von Otto Rank erscheint in einem psychoanalytischen Verlag wieder ein Buch zum Thema »Geburt«. Rank war einer der wichtigsten Psychoanalytiker der ersten Generation: Freuds Sekretär, unentbehrlicher Mitarbeiter bei der Herausgabe der Zeitschriften und kreativer Autor, insbesondere in Bezug auf die Anwendung psychoanalytischer Perspektiven in den Geisteswissenschaften und auf das Verständnis von Kunst. In der therapeutischen Situation beobachtete er die Wiederbelebung von traumatischen Aspekten der Geburt und entdeckte dadurch die Erlebnisbedeutung der Geburt. Das Erleben einer ersten Trennung und die daraus folgende Sehnsucht nach einer Rückkehr in die verlorene Mutterleibswelt standen im Vordergrund seiner Aufmerksamkeit.

Das Thema der frühen vorsprachlichen Erfahrung mit der Mutter erwies sich jedoch für den damals vaterorientierten Rahmen der Psychoanalyse als sehr explosiv. Trotz der intensiven Bemühungen Ranks, dem Thema im Rahmen einer erweiterten Psychoanalyse einen Platz zu geben, kam es zu einer Dissoziation der Tradition in diesem Bereich. Dabei hatte Rank den Rahmen einer um die Thematik der frühen Mutter erweiterten Psychoanalyse durch die Publikation einer entsprechenden Entwicklungspsychologie (*Grundzüge einer genetischen Psychologie*, 1927) und einer *Technik der Psychoanalyse* (1926, 1927, 1931) in einer reflexiven Weise dargestellt und umrissen, ebenso die kulturpsychologischen Anwendungen der neuen Gesichtspunkte in *Seelenglaube und Psychologie* (1930) sowie *Kunst und Künstler* (1932).

Doch traf das Thema der frühen Mutter auch einen Nerv der neuen Zeit und wurde darum von Einzelnen intensiv weiterverfolgt, wie ich in meinem Buch *Die Psychoanalyse der vorgeburtlichen Lebenszeit und der Geburt* (2000) dargestellt habe, sodass in den vergangenen fast hundert Jahren in verschiedenen Traditionslinien ein reiches Wissen erarbeitet wurde, das bisher eben wegen der erwähnten dissoziativ geprägten Forschungswege noch nicht zusammenfassend dargestellt wurde. Dies soll nun in dem vorliegenden Buch geschehen.

Wurde die Geburt bis zu Rank als ein im Wesentlichen natürliches Ereignis gesehen, ist heute auch die seelische Dimension gleichwertig erschlossen. Die Geburt ist ein elementares psychobiologisches Geschehen, das zwar auch traumatische Aspekte hat, deren komplexe individualpsychologische und kollektivpsychologische Bedeutung aber weit darüber hinausgeht. Diese Vertiefungen und Erweiterungen unseres Wissens, die durch etliche konkrete Beispiele erläutert werden, sind letztlich eine erstaunliche Bestätigung der Beobachtungen und Überlegungen von Otto Rank und sind ein weiteres Thema des Buches. Vor diesem Hintergrund wird es möglich sein, am Ende auch ganz konkrete Hinweise und Ratschläge für die psychotherapeutische Praxis zu geben.

Dossenheim, im Herbst 2014
Ludwig Janus

Einleitung

Die Einfühlung ins Vorsprachliche

Die Geburt als das Überwechseln von der vor- in die nachgeburtliche Welt ist im Leben eines jeden Menschen eine große Transformationserfahrung. Die Erlebnisbedeutung der Geburt wurde erstmals 1924 durch den Psychoanalytiker Otto Rank erschlossen. Im selben Jahr hatte auch der noch ganz junge Analytiker Gustav Hans Graber ähnliche Überlegungen aufgestellt. Beide hatten nämlich die Beobachtung gemacht, dass manche neurotischen und psychosomatischen Symptome ihrer Patientinnen und Patienten einen Bezug zu traumatischen Aspekten von deren Geburt zeigten. Bis dahin stand die Geburt nur schlicht für den Lebensanfang. Dass die Geburt selbst aber von jedem auf einer affektiven Ebene erlebt wird, befand sich noch außerhalb des Wahrnehmungshorizonts.

Im Laufe der letzten zwei Jahrhunderte hat sich ein zunehmendes Gefühl für die Bedeutung der eigenen Lebensgeschichte entwickelt und damit auch in den letzten Jahrzehnten für die Bedeutung der vorsprachlichen Zeit und damit ebenso der Zeit vor und während der Geburt. Aus vielen Beobachtungen in psychotherapeutischen Behandlungen und vielen Selbsterfahrungen von Therapeutinnen und Therapeuten ist heute eine recht detaillierte Beschreibung der verschiedenen Facetten des Geburtserlebens möglich.

Um die beschriebenen Erfahrungen nachvollziehen zu können, ist es sinnvoll, den »Entdeckungsweg« des Geburtserlebens in einzelnen Schritten nachzuzeichnen, um damit ein Gespür für die vorsprachliche Erlebensebene zu erarbeiten. Dazu ist es wiederum erforderlich, auch den jeweiligen Zeit-

geist und seine Veränderungen mitzubetrachten. Denn die Entdeckungsgeschichte des Geburtserlebens vollzieht sich in Wechselwirkung mit einer Zunahme an Empathie und innerer Steuerungsfähigkeit beziehungsweise verbesserter Affektregulation in unseren Gesellschaften in den letzten hundert Jahren.

Das lässt sich an den Veränderungen im Umgang mit Kindern und insbesondere Säuglingen verdeutlichen. In heute kaum nachvollziehbarer Weise sind Kinder noch bis in die Mitte des 20. Jahrhunderts hinein selbstverständlich geschlagen und »züchtigend« reglementiert worden. Aufgrund einer beschränkten Fähigkeit zur emotionalen Selbstregulation waren die Erwachsenen gezwungen, ihre Irritation durch das so andere Erleben der Kinder in dieser gewalttätigen Weise auszuleben. Die Bedürfnisse der Kinder hatten gegenüber den Bedürfnissen der Erwachsenen zurückzustehen. Weil sie selbst als Kinder in ihren Bedürfnissen unterdrückt worden waren, hatten sie nicht den Spielraum, die Bedürfnisse ihrer eigenen Kinder stärker zuzulassen. Das spiegelte einen Zeitgeist wider, in dem die Erwachsenen selbstverständlich der Obrigkeit gegenüber ihre Bedürfnisse zurückstellten, ohne dies zu bemerken oder kritisch zu reflektieren.

Mit vielleicht noch weniger Einfühlung ging man bis in die siebziger Jahre des vergangenen Jahrhunderts mit den Neugeborenen und Säuglingen um, trennte sie rigoros nach der Geburt von den Müttern und ließ sie bis zur Erschöpfung schreien.

Dann kam es zu einem grundlegenden Wandel. Die Beziehungsbedürfnisse des Kindes wurden stärker wahrgenommen. So konnten dann auch traumatische Aspekte der Geburt als für das Erleben des Kindes bedeutsam anerkannt werden. Das Buch *Der sanfte Weg ins Leben* von Frédéric Leboyer (1974) bedeutete einen Markstein, ebenso wie die Anerkennung der Bindungsbedürfnisse durch die Untersuchungen zur Bedeutung der frühen Mutter-Kind-Bindung von Marshall Klaus und John Kennell (1983).

Die Zunahme der Einfühlungsfähigkeit in der Gesellschaft zeigte auch die allgemeine Anerkennung der Bedeutung der frühen Bindung, wie sie durch die Forschungen John Bowlbys erschlossen wurde, und der Bedeutung des frühen nachgeburtlichen Erlebens durch die Beobachtungen von Melanie Klein,