

bernhard schlage

körperpsychotherapie

schriftstellerei

steinmetzstr. 24
30163 hannover

0511.161 42 11 tel|fax

santander bank ag
konto 20 28 55 69 00
blz 500 333 00

post@bernhardschlage.de
www.bernhardschlage.de



nichts geht mehr

exzerpt über das geordnete durcharbeiten der allzu menschlichen widerstände gegen veränderungen nach wilhelm reichs charakteranalyse

„was kann man nun von einem menschen erwarten? überschütten sie ihn mit allen erdengütern, versenken sie ihn in glück bis über die ohren, bis über den kopf, so dass an die oberfläche des glücks wie zum wasserspiegel nur noch bläschen aufsteigen, geben sie ihm ein pekuniäres auskommen, dass ihm nichts anderes zu tun übrig bleibt, als zu schlafen, lebkuchen zu vertilgen und für den fortbestand der menschheit zu sorgen - so wird er doch, dieser selbe mensch, ihnen auf der stelle aus purer undankbarkeit, einzig aus schmähsucht einen streich spielen, er wird sogar die lebkuchen aufs spiel setzen und sich vielleicht den verderblichsten unsinn wünschen, den allerunökonomischsten blödsinn, einzig um in diese ganze positive vernünftigkeit sein eigenes unheilbringendes phantastisches element beizumischen, gerade seine phantastischen einfälle, seine banale dummheit wird er behalten wollen...“ (fedor michailowitsch dostojewski in: watzlawik seite 9f)

dieser aufsatz dreht sich um die vorschläge wilhelm reichs zu einem schrittweisen durcharbeiten dieser widerstände unserer klientInnen gegen lösungen in der körpertherapeutischen arbeit, der aufsatz gibt dir schritt für schritt zu deinem möglichen verhalten anregungen.

bedenke, dass sigmund freud mehrere jahre in der kathartischen therapie tätig gewesen ist, bis er seinen beobachtungen folgte, dass für viele klientInnen die katharsis nicht zu einer dauerhaften erleichterung geführt hat. dabei hat er seine psychoanalytischen theorien entwickelt, in denen die überwindung des widerstands gegen veränderungen eine zentrale rolle spielt.

jede arbeit mit klientInnen hat ihre eigene ordnung, so wie die wahrnehmungen, gedanken und empfindungen jeder/s klientIn auf eigene art geordnet sind. charakteranalyse fügt dem nichts hinzu und entfernt nichts aus diesem innerem schatz, sie strukturiert lediglich vorhandenes material um. unter dem kriterium der wiederherstellung des vollen strömungsempfindens in allen körpersegmenten (n. reich die volle orgastische potenz).

es ist wichtig, dir von anfang an eine "landkarte deiner/s klientIn" anzufertigen, so dass du ein verständnis für die verschiedenen schichtungen seiner/ihrer person bekommst. hier einige reflexionsfragen, die dir bei der erstellung einer solchen landkarte hilfreich sein können: wie ist dein erster eindruck von ihm/ihr gewesen (die ersten minuten)? warum kommt er/sie gerade jetzt? was braucht er/sie von der arbeit? was gibt er/sie in die arbeit ein?

zum gewahrwerden deiner Übertragungen ist es hilfreich, festzuhalten, wie du dich im Kontakt mit dem/r KlientIn fühlst? welche besonderen Empfindungen in deinem Strömen fallen dir auf? welchen inneren Teil von dir stellt er/sie dar? welche Tiefenstruktur bemerkst/vermutest du?

welche Widersprüche zwischen äußerem Verhalten und innerem Kind nimmst du wahr? welche Informationen über seine/ihre Biographie erhältst du? welchem der Charaktertypen (r. Kurtz; Seite 298ff) entspricht er/sie? welche offene und welche heimliche Strategie wird verfolgt? wie gehst du mit dem Widerstand gegen die Arbeit um?

(alle Zitate im folgenden stammen aus dem unten angegebenen Werk Wilhelm Reichs)

"je mehr Material geboten wird, ohne Widerstand, desto misstrauischer sollte man sein." (S. 57)

Der Charakter dient einer Vermittlung zwischen sozialem Umfeld und Wahrnehmung der KlientInnen. "er dient ökonomisch der Aufrechterhaltung eines - wenn auch gestörten - psychischen Gleichgewichts und dem Aufzehren unerfüllter Triebenergien." (S. 84)

"die Ur-Neurose (Störung im psychischen Gleichgewicht) wird in der Übertragung deutlich." (S. 64) daher ist es so wichtig, dir deiner Empfindungen im Kontakt mit der/m KlientIn bewusst zu werden.

eine geordnete Deutung verfährt daher nach dem Prinzip "aus der Fülle des aus verschiedenen Schichten strömenden Materials dasjenige herauszugreifen, das im aktuellen Übertragungswiderstand eine zentrale Rolle einnimmt." (S. 66)

dabei ist leicht zu erkennen, wenn jemand dir Widerstand leistet. die schwierigeren Varianten im Widerstand sind: stetes Beteuern des eigenen Willens zur Veränderung; ironisches Lächeln; Steifheit im Umgang; ein nebliges Gefühl im Kontakt; wenn du in der Arbeit müde wirst und die diversen wahrnehmbaren Inkongruenzen zwischen Stimmlage und Sprachinhalt; zwischen Worten und Gesten; zwischen der linken und rechten oder oberen und unteren Körperhälfte u.a.m.. es ist hilfreich, dich immer wieder in deinen Wahrnehmungen solcher Inkongruenzen zu üben, sie sind eine große Ressource von nonverbalen Informationen über die innere Welt deiner KlientInnen.

wenn du einen der Widerstände bemerkst, ist die geordnete Deutung von Wichtigkeit für dein Durchdringen des charakterlichen Schutzes und ein Eintauchen in tiefere Persönlichkeitsschichten:

beschreibe zunächst nur, wie er sich wehrt (z.B. presst er immer die Lippen zusammen oder guckt plötzlich zur Decke, wenn du ihn etwas fragst), was auch immer er/sie an Erklärungen für sein Verhalten bietet, folge den Inhalten erst, wenn du sicher bist, dass er/sie ihr/sein Verhalten bemerkt hat und sich dazu wie zu einem Fremdkörper Verhalten kann (dissoziiere ihn von seinem Widerstand). vermeide Fragen wie: warum tue ich dies oder jenes! Frage genauer nach, wie er die beobachtete Inkongruenz/Spannung etc. aufbaut oder aufrechterhält. häufig bricht dann nach einiger Zeit von alleine ein verdrängter Erlebnisinhalt durch. im Zweifelsfall ist es besser, das "wie" auf die Spitze zu treiben bis ein Thema von selbst durchbricht, als selber herumzudeuten, warum er/sie sich wohl so verhält. ich habe in den letzten 12 Jahren ein rasches Anwachsen von psychologischem Bewusstsein in der Bevölkerung bemerken können, so dass die Leute mit Erklärungen schnell zur Hand sind, ohne aber der Tiefe ihres eigenen Erlebens zu vertrauen!

wenn du die Ur-Szene gefunden hast, halte seine/ihre Aufmerksamkeit in der scheinbar schlimmen Erfahrung durch detailliertes Nachfragen (z.B. was genau ist passiert? welche Kleidung hast du getragen? welche Geräusche waren zu hören?...) und suche nach der Lösung, die damals übersehen/-hört/-fühlt worden ist.

erstaunlicherweise gibt es in solchen dramen immer eine seite, die die-/derjenige bisher nicht wahrgenommen hat. so haben viele kinder sich in dramatischen situationen fähigkeiten angeeignet, die ihnen noch lange im erwachsenenleben von großer bedeutung sind. manchmal spielten sie sogar für die wahl des berufes eine entscheidende rolle. hebe diese positiven aspekte des damaligen dramas hervor, sodass die darin gebundenen unbewussten energien auf fähigkeiten der-/desjenigen im heutigen erleben bezogen werden können.

charakterwiderstand entsteht in einer situation, die emotional nicht bewältigt worden ist und in der der affekt auf eine begründung, ein verstehen drängt, um das erlebnis handhaben zu können, sinngemäß s. 63.

selbst wenn deine klientIn in den ersten sitzungen tiefes material vorbringt, lasse dich auf keine deutungen ein, bevor du nicht auf widerstände in der übertragung gestoßen bist (s. 57)

"für den charakterwiderstand ist bezeichnend nicht, was der patient darbringt oder tut, sondern wie er es tut." (s. 83)

"die wirkung der charakteranalyse hängt weniger von den inhalten ab, als von der erlebnishaften intensität der überwindung der widerstände." (s. 72) viele menschen erleben daher auch beziehungen mit vielen dramatischen entwicklungen als dem wachstum ihrer persönlichkei insgesamt für hilfreich, auch wenn es zu schmerzhaften erlebnissen gekommen ist (vgl. castanedas begriffe von der bedeutung guter feinde im leben).

ich selber finde in der arbeit mit diesen menschlichen tiefenstrukturen immer wieder erstaunlich, wie viele schätze an besonderen menschlichen fähigkeiten gerade in dramatischen phasen unseres lebens geboren werden. dazu bedarf es nicht primär einer heilung dieser seelischen wunden, sondern vielmehr einer guten wahrnehmung für das, was da geboren wird/wurde. bedenke, dass viele lehrer all ihre großen werke auf der basis einer suche nach der lösung einer eigenen verwundung geschaffen haben (moshe feldenkrais' knieverletzung; ida rolfs verwandte mit den schwierigen folgen eines reitunfalls; der selbstmord der eltern wilhelm reichs).

literatur

- (1) kurtz, ron; körperzentrierte psychotherapie; die **hakomi-methode**; essen 1985, **neue auflage 2002**
- (2) reich, wilhelm; charakteranalyse; köln 1989, **neue Auflage 2010**
- (3) watzlawik, paul; anleitung zum unglücklichsein; münchen 1983, **25. auflage 2003**

kontakt:

bernhard schlage
körperpsychotherapie, schriftstellerei

gemeinschaftspraxis kugel e.v.
in der steinriede 7, hofgebäude
30161 hannover
telefon & fax 05 11 / 161 42 11
e-mail: post@bernhardschlage.de
internet: www.bernhardschlage.de