

Psychosomatische Medizin und Bio-Psychothese¹

Dr. Roberto Assagioli

Es besteht für mich keine Notwendigkeit, grosse Ausführungen über die Prinzipien und Anwendungsformen der psychosomatischen Medizin vor einer solch qualifizierten Versammlung von Therapeuten zu halten, zu denen ich die Ehre habe zu sprechen. Ganz im Gegenteil, ich bin es, der in der glücklichen Situation ist, eine Menge aus den Beiträgen lernen zu können, die anlässlich dieser „psychosomatischen Woche“ gehalten werden. Das gestattet mir daher, mich kurz zu fassen und die Grundzüge, notwendigerweise zusammenfassend und „synthetisch“, darzustellen, die die Bio-Psychothese macht und in Zukunft zu der psychosomatischen Medizin beitragen wird.

Das Wort „psychosynthetisch“ war schon von verschiedenen Autoren gebraucht worden, aber sie haben sie nicht angewendet als ein einheitliches Konzept oder als eine spezifische therapeutische Methode. Ich selbst werde mich als mein persönlicher Beitrag auf den Nutzen beschränken, den sie hat.

Psychothese hat sich natürlich und spontan auf dem Boden und den Hauptströmungen der Psychoanalyse entwickelt als eine Methode der Psychotherapie – oder um es genauer zu sagen – als Gefäss von Techniken und Methoden, die darauf abzielen, eine ganze, vollständige und harmonische menschliche Persönlichkeit zu erlangen. Ihr prinzipielles Ziel und ihre Aufgaben sind:

1. Die Entfernung der Konflikte und Herausforderungen, bewusst und unbewusst, welche diese Entwicklung blockieren.
2. Die Benützung von aktiven Techniken, um psychische Funktionen anzuregen, welche noch schwach und unreif sind.

Aber die Praxis der Psychothese entwickelte sehr bald die Notwendigkeit, den Körper miteinzubeziehen, mit anderen Worten, zu erkennen und davon Gebrauch zu machen von engen Bindungen zwischen Körper und Seele und umgekehrt. Diese Erkenntnis hat sowohl unter theoretischen als auch praktischen Standpunkten Anerkennung gefunden und aus diesen Gründen ist die eigentliche Bezeichnung von Psychothese Bio-Psychothese (in der Praxis ist es gewöhnlich angebrachter von Psychothese zu sprechen; es muss jedoch jederzeit daran gedacht werden, dass der Körper miteinbezogen ist, das Bios und das diese Bezeichnung immer „Bio-Psychothese“ meint).

Die aktuelle Natur und die Mechanismen der psycho-physikalischen Interaktion wurden und werden, wie sie alle gut wissen, als Thematik einer lebhaften Diskussion betrachtet. Widersprüchliche Konzepte und Theorien wurden entwickelt, aber Psychothese nimmt mit ihrer wesentlich pragmatischen Orientierung nicht an ihnen Anteil. Sie nimmt die Realität dieser Interaktion (welche die Begründung der Psychosomatischen Medizin beinhaltet) als gegeben und gebraucht ihre funktionierenden Wege für therapeutische Zwecke.

Um von einer Energie ausführlichen Gebrauch zu machen, ist es in der Praxis nicht nötig, ein profundes Verständnis ihrer Natur zu haben, von dem was sie in Wirklichkeit ist. Genauso wie die Kenntnis der Schwerkraft nicht ein Erfordernis ist für die die Konstruktion von Flugzeugen und die Kenntnis der Elektrizität nicht unbedingt erforderlich ist für zahlreiche Anwendungen. Ebenso erfordert der Gebrauch unseres Körpers nicht das Wissen um seine Beziehung zwischen ihm und der Psyche. Wir brauchen nicht zu wissen wie der Wille, eine Idee oder ein Gedankenbild Muskelbewegungen bewerkstelligt. Wenn ich den Arm anheben will wird sich der Arm heben, ohne dass ich weiss wie. Boxer, Akrobaten und Pianisten entwickeln eine erstaunlich gute psycho-neuromuskuläre Koordination, eine wirkliche psycho-physische Syn-

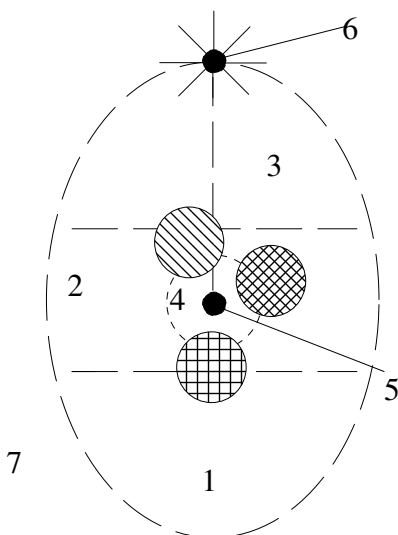
¹ Ein Vortrag, der vor der Plenarversammlung der Internationalen Psychosomatischen Woche im September 1967 in Rom gehalten wurde

these, ohne dass noch das elementarste Wissen von Anatomie oder beispielsweise über cerebrale Bewegungszellen und ihre Verbindung mit Nervenfasern, deren Funktion des Stimulus für Muskelbewegungen ist, haben.

Diese Meinung wird von Prof. Antonielli, dem begabten Organisator dieser vielfältigen und reichen Psychosomatischen Woche, geteilt. In „Psychosomatische Medizin“ hat er geschrieben: „...es ist nicht wichtig, jedenfalls nicht für den Kliniker, den strukturierten Ablauf einer Psychosomatosis und ihrer Erscheinungsformen zu kennen, wie sie diagnostiziert wird und welche Techniken für ihre Heilung angewandt werden können. Und dieses praktische Wissen haben wir erlangt“.²

Zu den speziellen und allerwichtigsten Beiträgen die die Psychosynthese geliefert hat, und welche sie von verschiedenen anderen Konzepten der menschlichen Psyche und vielen anderen psychotherapeutischen Methoden (während sie ihnen nirgends widerspricht) unterscheidet, ist das Erkennen der höheren Funktionen der Psyche und das Aufzeigen ihrer Wichtigkeit in der Pathogenese von vielen Nerven- und anderen psychosomatischen Störungen.

Das psychosynthetische Konzept der psycho-physischen Struktur des menschlichen Wesens ist in der folgenden Zeichnung dargestellt:



1. Unteres Unbewusstes
2. Mittleres Unbewusstes
3. Höheres Unbewusstes
4. Bewusstseinsfeld
5. Personales Selbst oder Ich (Ego)
6. Transpersonales Selbst
7. Kollektives Unbewusstes

Das umgebende Oval enthält alles des bio-physischen menschlichen Wesens; der kreisrunde Bereich repräsentiert das Bewusstseinsfeld und der Punkt in seiner Mitte das Ich oder Ego. Der restliche Bereich weist auf das weite Feld des Unbewussten hin, welches in drei Bereiche aufgeteilt ist:

1. Der untere umschließt in erster Linie die seelischen Aktivitäten, die elementar aber sehr geschickt das organische Leben regieren. Eine Anzahl von Biologen spricht jetzt von einer Bio-Psyche und betrachtet Leben und Intelligenz als untrennbar. Diese Zone ist also der Sitz oder der Ursprung der fundamentalen Antriebe (Triebkräfte), wie beispielsweise sexuelle, Selbsterhaltung und Aggression. In diesem Bereich sind die Komplexe zu finden, die eine starke Ladung haben und durch Traumata und psychische Konflikte hervorgerufen worden sind.

² Praktische Aspekte der psychosomatischen Medizin, in Medicin Psychosomatica, Band 12, Nr. 2, S. 133

2. Der mittlere Bereich stellt die Zone der Ruhestätte der psychischen Elemente und Aktivitäten dar, die ähnlich sind dem Wachbewusstsein und die leicht erreichbar sind. Es ist das Vor-Bewusstsein und in ihm findet die Ausarbeitung von Erfahrungen und die Vorbereitung künftiger Aktivitäten statt.
3. Der höchste Bereich steht stellvertretend für das höhere Unbewusste oder Ueberbewusstsein. Es ist der Sitz wo die Intuitionen und Inspirationen religiöser, erhabener, künstlerischer, philosophischer und wissenschaftlicher Natur herkommen, die Kreationen von Genies, ethische Imperative und altruistische Handlungen.

Der Stern am oberen Rand des Ueberbewusstseins steht stellvertretend für das was die moderne Psychologie – und herausragend Jung – bezeichnen als das „Selbst“, von dem das Ego, das Zentrum des Selbstbewusstseins, eine Reflektion (Spiegelung) ist. Ausserhalb des Ovals findet man die grenzenlose psychische Welt des kollektiven Unbewussten.

Alle Linien sind gestrichelt dargestellt, um anzudeuten, dass ein fortlaufender Austausch zwischen den Bestandteilen und Energien – eine „psychische Osmose“ könnte man sagen – stattfindet zwischen einzelnen und allen dieser seelischen Bereiche.

Eine Klarstellung über das höhere Unbewusste ist noch wünschbar. Bisher ist seine Existenz von der modernen Psychologie noch kein Untersuchungsobjekt gewesen. Viele Wissenschaftler glauben jedoch, es könne mit wissenschaftlichen Methoden nicht erforscht werden. Doch diese Sicht stammt aus einer begrenzten und irrigen Konzeption eines Vorgehens, welches ähnlich ist mit den gewohnten Techniken der physikalischen Wissenschaften. In der Realität jedoch besteht die wissenschaftliche Methode prinzipiell in der Elimination der Irrtümer der Bewertung und der Sprache, wie Francis Bacon in seinem Buch „Novum Organum“ bereits gesagt hat. Er nannte sie „Idols“ und sie wurden noch genauer durch neuzeitliche Semantiker demaskiert. Im wesentlichen handelt es sich um eine ausgepegelte Beweisführung. Auf diese Weise ist alles als Objekt wissenschaftlicher Behandlung berechtigt; es gibt keinen Grund, warum Sexualität wissenschaftlich untersucht werden kann und Liebe nicht. Diese Denkweise hat in der letzten Zeit von einer Anzahl Avant-Garde-Psychologen Beachtung gefunden, welche die humanistische, existentielle und anthropologische Stellung eingenommen haben, z.b. Sorokin, Maslow, Frankl und andere.

Aber die psychosomatische Medizin hat diese höheren Aspekte der Realität und des seelischen Lebens nicht ignoriert. In der Tat haben ihre wichtigsten Exponenten mit Bestimmtheit darauf hingewiesen. Hier möchte ich besonders den Direktor der medizinischen Universitätsklinik in Hamburg, Prof. Jores erwähnen, den wir die Ehre haben unter uns zu wissen. In seinem ausgezeichneten Buch „Der Mensch und seine Krankheit“³ zeigt er auf, wie viele Störungen in den Frustrationen darin begründet sind, dass das tiefe Bedürfnis frustriert ist, die Persönlichkeit mit ihrer Fruchtbarkeit und ihrer Entwicklungsfähigkeit nicht kultivieren zu können. Dies dient nicht nur der Behauptung der Persönlichkeit vor Anderen. Es ist ein Zwang – oft nicht bemerkt oder unterdrückt – die latent vorhandenen Möglichkeiten zu entwickeln und zu wachsen. In der selben Weise wie ein biologischer Organismus eine unausweichliche Tendenz zum Wachstum hin erfährt, so gibt es eine Wachstumstendenz im Menschen, die sein ganzes Leben hin andauert oder wenigstens viel länger als die Periode des biologischen Wachstums. Wenn dieses Wachstum unbeachtet oder unterdrückt bleibt, oder durch Behinderungen der Umgebung frustriert wird, werden psychosomatische Störungen hervorgerufen.

Prof. Viktor Frankl, Direktor der neurologischen Klinik der Universität von Wien, drückt sich selbst in sehr ähnlichen Sätzen aus. Indem er von den existentiellen Krisen des Wachstums und der Entwicklung spricht, sagt er sie dürften nicht als geistige Krankheit betrachtet werden und ein Arzt sollte nicht die existentielle Verzweiflung mit Tranquilizern bekämpfen, sondern den Menschen zu einem Übersteigen der Krise führen⁴. Frankl sagt: „Die Suche nach dem Sinn ist eine primäre Kraft im Menschen und nicht eine sekundäre Rationalisierung von ins-

³ Stuttgart: Klein 1956

⁴ Man's search for Meaning, N.Y.: Washington Square Press, 1963, P. 103

tinktiven Impulsen. Die Werte die dem Leben Bedeutung geben, zwingen den Menschen nicht, sondern ziehen ihn an.“⁵

Diese Tatsache wurde von Abraham Maslow in einer noch emphatischeren Weise ausgedrückt. Maslow ist Prof. der Psychologie an der Brandeis Universität USA und Präsident der Amerikanischen Psychologischen Gesellschaft. Er schreibt: „Die volle Bedeutung einer Person bzw. der menschlichen Natur muss zweifelsohne intrinsische Werte als Teil der menschlichen Natur enthalten. Diese inneren Werte sind von Natur aus instinktiv, d.h. sie werden gebraucht 1.) um Krankheit zu vermeiden und 2.) um die grösstmögliche Menschlichkeit und Wachstum zu erreichen. Die „Krankheit“, die aus Mangelerscheinungen intrinsischer Werte (Metawerte) entsteht, könnten wir Metapathologie nennen. Die „höchsten“ Werte, das spirituelle Leben, die höchste menschliche Erwartung, sind daher das geziemende Thema für wissenschaftliche Studien und Nachforschungen. Sie befinden sich innerhalb der Welt der Natur.“⁶

Ein anderer spezifischer Beitrag der Psychosynthese ist die Rückgewinnung der Bedeutung und des Wertes des Willens, wobei besondere Beachtung seiner speziellen Position zu zollen ist, weil sie anders ist als die übrigen psychischen Funktionen. Man kann sagen, dass der Wille die Cinderella der modernen Psychologie ist. Seit William James ist er nahezu vollständig vernachlässigt worden, nicht nur von akademischen Psychologen, sondern auch von führenden Vertretern der dynamischen Psychologie.

Ich kann hier nicht innehalten und die Gründe diskutieren, die zu dieser seltsamen Vernachlässigung geführt haben. Ich will hier nur erwähnen, dass der hauptsächliche Grund in einer decidenten materialistischen und objektivistischen Anschauung liegt, jedenfalls bis vor kurzem, die sich in der Psychologie entwickelt hat. In diesem Zusammenhang möchte ich das bekannte Sprichwort über das traurige Schicksal der Psychologie etwas abändern: „Zuerst verlor die Psychologie ihre Seele, dann ihren Willen, dann ihr Bewusstsein bis nichts mehr blieb als ihr Verhalten.“ Aber sie hat angefangen, sich von ihrem Zusammenbruch vor einiger Zeit zu erholen; sie gewinnt wieder ihr Bewusstsein oder fast Selbstbewusstsein, indem das Ego wiederentdeckt wird und nun muss sie nur noch ihren Willen wiederfinden.

Positive Zeichen eines Beginns in diese Richtung sind erkennbar und ich bin glücklich, sagen zu können, dass einer der führenden Psychologen in Italien, Prof. Leonardo Ancona, der heute Tagespräsident ist, die Existenz und Funktion des Willens im seelischen Leben wiedererkennt. In seiner Abhandlung über Motivation, veröffentlicht in dem Buch „Questioni di Psicologia“, von ihm herausgegeben, untersucht er eindringlich die verschiedenen Typen der Motive und schliesst unter ihnen wertvolle Beweggründe als speziell menschlich ein. Im folgenden sei seine Sicht wiedergegeben: „Ein Mensch beabsichtigt, etwas zu tun mehr, als dass er dazu gedrängt oder gezwungen wird oder einfach nur tun mag. Dieser Tatsache wird Rechnung getragen durch den Ausdruck „der Mensch will“. Auf dieser Stufe wird die Motivation nicht als eine Handlung externalisiert (nach aussen verlegt), sondern als eine kognitive Vertretung und identifiziert sich selbst innerhalb des Konzeptes des Wollens. Hier ist es eine Angelegenheit des „antizipatorischen Verhaltens“, in dem Realität gewollt wird im Abstrakten, bevor die Ausführung im Konkreten stattfindet.“

Prof. Jores spricht von dem Willen mit sehr ähnlichen Worten: „Der Mensch ist mit Intelligenz beschenkt, damit er seine Handlungen kontrollieren und ihre Auswirkungen beurteilen kann; auf Erfahrungsgrundlagen kann er für die Zukunft sorgen. Wenn eine dieser Handlungen geleitet wird durch die Motivation, dann können wir von einer freiwilligen Handlung sprechen.

⁵ ibid, S. 157

⁶ „A Theory of Metomativation: The biological Rotting of the Value-Life“, Journal of Humanistic Psychologie, Fall, 1967

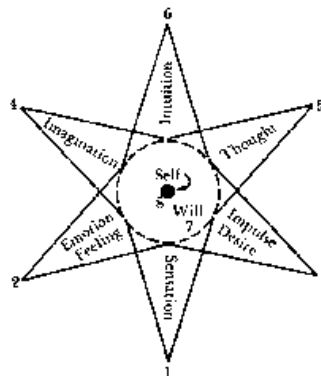
Der Kompass der menschlichen Handlung ist ein System von Werten. Diesbezüglich ist der Mensch ein moralisches Wesen.⁷

Wie ich bereits erwähnt habe, hat die Psychosynthese spezielle Studien des Willens unternommen; sie hat die verschiedenen Stadien des Wollens beschrieben (Ziel, Bewertung, Absicht, Erwägung, Entscheidung, Planung und Leitung der Ausführung); und hat seine Qualitäten näher bezeichnet (Energie, Beherrschung, Aufmerksamkeit, Beharrlichkeit). Psychosynthese hat dem Willen eine zentrale Stellung eingeräumt unter den seelischen Funktionen, was in dem folgenden Diagramm dargestellt ist:

Das Zentrum des Bewusstseins und die psychologischen Funktionen

Sterndiagramm

1. Empfindung
2. Erregung-Gefühl
3. Antrieb-Begehren
4. Ideenreichtum (Vorstellungskraft)
5. Denken
6. Intuition
7. Wille
8. Zentraler Punkt: das Ich oder Ego



Die Beachtung und der Gebrauch des Willens sind von grosser Bedeutung für die psychosomatische Medizin und der Gebrauch vieler psychologischer und psycho-physikalischer Techniken verlangt die willentliche und aktive Mitarbeit des Patienten. Aber das schliesst nicht nur den Gebrauch des Willens allein ein, sondern erfordert den fundamentalen Willen, gesund zu werden. Wo der Wille ungenügend, gebrochen oder überdeckt wird von dem was der Gegenwille, der Todesinstinkt (Freud), die Tendenz der Selbstzerstörung (Menninger) genannt wird, ist es wichtig für den Arzt sehr aufmerksam zu sei hinsichtlich der Situation und er muss versuchen den Willen, gesund zu werden, wieder zu stärken oder hervorzubringen. Wenn das fehlt, bleibt jede therapeutische Anstrengung unwirksam.

Indem wir uns jetzt speziell dem Bereich der Therapie zuwenden, kann natürlich gesagt werden, dass die Stellung, welche die Psychosynthese einnimmt eine „synthetische“ ist. Dementsprechend würdigt und gewichtet sie die Verdienste aller Therapieformen, aller Methoden und Techniken der Behandlung ohne eine vorgefasste Präferenz. Sie bedient sich aller und wählt aus, kombiniert und verändert in verschiedener Weise jene so, wie es jede gegebene existentielle, klinische Situation uns symptomatischer Komplex erfordert. Diese Kombinationen sind nicht nur verschieden innerhalb des Verlaufes der Krankheit und des Therapieverlaufes.

In Übereinstimmung mit der Wiederentdeckung der Existenz und der Bedeutung des Ueberbewusstseins, schenkt die Psychosynthese der existentiellen Realität des Patienten und seines Lebenskonzeptes besondere Beachtung. Hier mag ein Widerspruch aufkommen: „Aber das gehört doch in den Bereich der philosophischen Haltungen. Wie können diese auch nur psychosomatische Krankheiten hervorrufen?“ Nun, in erster Linie müssen wir erkennen, dass Jeder, jedes menschliche Wesen, vom einfachsten bis zum höchst kultivierten notwendigerweise sein persönliches Konzept des Lebens hat, wenn auch rudimentär möglicherweise ohne sich dessen bewusst zu sein.

⁷ Der Mensch und seine Krankheit, S. 22, a.a.O.

Es ist leicht zu beweisen, dass Alle „urteilen“; und die mehr unwissenden sind häufiger als andere. Aber um zu „urteilen“ muss man „bewerten“; Man urteilt auf der Grundlage eines Wertesystems; und diese Werte beinhalten ein Konzept der Welt, des Lebens und der Menschlichkeit. Nicht nur Urteile, sondern auch Handlungen basieren auf Bewertungen und infolgedessen auf solch einer Konzeption.

Wie M. Jourdain in Molières Komödie, der Prosa schrieb ohne sich dessen bewusst zu sein, so hat jedes menschliche Wesen eine „Philosophie“ für sich selbst, mehr oder weniger einfach und primitiv, ohne sie als solche zu bezeichnen, manchmal ohne überhaupt zu wissen was Philosophie ist! Andererseits ist diese Philosophie, dieses Lebenskonzept oft nicht nur rudimentär, sondern auch noch gegensätzlich, was man leicht erwarten kann, wenn man den seelischen Formenreichtum kennt, der in uns existiert. Sein Charakter ändert dem Moment, dem individuellen Denkvermögen oder der Teilpersönlichkeit entsprechend auf „der Bühne“ im Theater des Bewusstseins. André Maurois, obwohl er kein Psychologe von Beruf war, stellt in seinen Büchern intuitiv psychologisches Wissen dar und geht soweit, dass er sagt, dass gewöhnliche normale Mensch seine Philosophie zehn mal am Tag wechselt.

Dem Lebenskonzept muss bei jedem Menschen genaue Beachtung geschenkt werden, insbesondere wenn er krank ist. Es ist wichtig zu wissen, welche Bedeutung er dem Leben gibt, oder ob er glaubt, dass das Leben eine Bedeutung hat. Die seelische Verfassung eines Menschen, der glaubt, dass das Leben eine Bedeutung und damit einen Wert hat, ist sehr verschieden und günstiger als diejenige eines Individuums der sie bezweifelt oder verneint. Frankl hat das in seinem Buch „Die Suche des Menschen nach Bedeutung“ bewiesen, in welchem er seine Erfahrungen und die seiner Leidensgenossen beschreibt, die sie in einem Konzentrationslager machten. Er beobachtete, dass jene, wie er, welche dem Leben eine Bedeutung geben wollten überlebten und die Anderen starben.

Die psychosomatischen Erscheinungen der Lebens- und Weltkonzeption – mit anderen Worten von der existentiellen Position oder Betrachtungsweise gegenüber dem Leben – sind einfach erklärt. Diese Betrachtungsweise ist nicht nur eine gedankliche Überzeugung, sondern sie ruft Gemütsbewegungen und Gefühle, oft sehr intensive und manchmal sehr heftige, wie Verzweiflung, hervor. Und diese produzieren, wie Gemütsbewegungen und Gefühle anderen Ursprungs, seelische Reaktionen, das heisst mit anderen Worten, sie sind die Ursache von psychosomatischen Verwirrungen.

Ich würde jedoch gerne klarstellen, dass Psychosynthese als ein wissenschaftliches Konzept und eine bio-psychotherapeutische Vorgehensweise keine spezielle metaphysische und noch viel weniger religiöse Position einnimmt. Sie misst diesen Aktivitäten den höchsten Wert im menschlichen Geist zu, dring aber in keiner Weise in ihr Territorium ein. Sie geht bis an den Schrein des Mysteriums heran und bleibt dort stehen. Daher können ihr Alle Beachtung schenken und sie brauchen, welche Glaubensrichtung und metaphysische Position sie auch immer einnehmen.

Indem ich jetzt zur Thematik der psychotherapeutischen Techniken komme, darf ich Freuds klare Aussage vom Unterschied zwischen Psychoanalyse und Suggestion in Erinnerung rufen. Erstere, versichert er, ist dazu bestimmt, Hindernisse, die im Unbewussten existieren, wegzuräumen, während letztere neue seelische Elemente und Inhalte in die Psyche des Patienten einführt.

Psychosynthesetherapie trägt beiden dieser psychotherapeutischen Techniken Rechnung und macht dem grössten Gebrauch von ihnen. Aber, aus Gründen ihrer ganzheitlichen und psychodynamischen Konzeption wendet sie auch eine grosse Anzahl aktiver Techniken an, die dazu bestimmt sind:

1. Latente Energien (Kräfte), insbesondere im höheren Bewusstsein, zu erwecken.
2. Funktionen zu entwickeln wie Schwäche in der Verfassung und solche in einem kindlichen Stadium.
3. Überschüssige biologisch-seelische Energien und Energien, die nicht entladen oder direkt ausgedrückt werden können, umzuwandeln.

4. Die Manifestation aller seelischen Energien auf jeder Stufe zu disziplinieren und zu regulieren (ohne zu unterdrücken und wegzuschaffen), indem ihre konstruktive und brauchbare Nutzung und kreativer Ausdruck gefördert werden.
5. Die verschiedenen Funktionen und Energien zu harmonisieren, damit eine vervollständigte menschliche Persönlichkeit geschaffen wird.
6. Die Einfügung des Individuums in die Gesellschaft durch harmonische interpersonale und Gruppen-Beziehungen zu fördern.

Bei dieser Gelegenheit kann ich nicht die vielen Techniken aufzählen, die in der psychosomatischen Therapie angewendet werden, um diese Aufgaben zu erreichen. Es gibt mehr als vierzig von ihnen. Eine Anzahl von ihnen mit ihren Indikationen und Kontraindikationen werden in meinem Buch „Psychosynthese ein Handbuch der Prinzipien und Techniken“ vorgestellt.

Ich will hier nur noch einen Punkt erwähnen, der für die psychosomatische Medizin von besonderem Interesse ist, die Einbeziehung des Körpers in der Psychotherapie, bzw. vielmehr der Einbezug von streng psychologischen Methoden im Zusammenhang mit physiotherapeutischen und physio-psychischen Techniken.

Es kann gesagt werden, dass zwei gegensätzliche Verhaltensformen hinsichtlich des Körpers bestehen. Viele Individuen identifizieren sich vollständig mit ihm und leben grösstenteils ein Leben von Empfindungen verschiedenster Art, geben den Freuden und Leiden des Körpers so eine ausgefallene Bedeutung, dass sie davon versklavt werden. Ihre materialistische Konzeption resultiert in einer Tendenz, physischen Ursachen alle Schuld ihrer Störungen zu geben ohne die Psychogenese, teilweise oder ganz in Betracht zu ziehen. Und das passiert auch vielen Ärzten!

Es gibt andererseits zwei Kategorien von Individuen, bei denen das Gegenteil auftritt. Die erste setzt sich zusammen aus denen, die fast vollständig in einer Welt der Gemütsbewegungen, Gefühle und Vorstellungsbildern leben. Die zweite umfasst viele studierte und kultivierte Menschen – „die Intellektuellen“. Keine der beiden Gruppen ist am Körper interessiert; es mag sein, dass sie ihn vernachlässigen und tatsächlich sogar als eine Begrenzung und eine Last betrachten. Aber dieser Mangel an Aufmerksamkeit und Wertschätzung, die Verneinung des „Körperbewusstseins“ und Gleichgültigkeit gegenüber der eigenen physischen Aktivität führt zu Debilität des Körpers und zu Auftreten von verschiedenen funktionalen Störungen.

In all diesen Fällen ist der Gebrauch von psycho-physikalischen Techniken angezeigt. Die effektivsten Übungen für die Erzielung des Körperbewusstseins und seine allmähliche Kontrolle sind die Entspannungstechniken und autogenes Training, welchem besondere Bedeutung während dieser „Psychosomatischen Woche“ beigemessen wird.

Dann sind da all die Aktivitäten, die dazu neigen, die psycho-neuro-muskuläre Koordination zu entwickeln: Gymnastik, harmonische rhythmische Bewegungen und klassischer Tanz (nicht die modernen); verschiedene Sportarten wie Golf, Tennis, Baseball und mit gewisser Einschränkung Fussball (unter den verschiedenen Veröffentlichungen die sich mit diesem Thema beschäftigen möchte ich ein kürzlich erschienenes Buch von P. Sivadon und F. Cantheet erwähnen: „La rééducation corporelle des fonctions mentales“, Paris, Les Editions Sociales Françaises, 1965). Alle diese Techniken werden in der bio-psychosynthetischen Therapie verwendet indem sie den entsprechenden Anforderungen gemäss dem Gesamtprogramm ausgewählt werden.

Nun möchte ich Ihre Aufmerksamkeit zu einem letzten wichtigen Punkt lenken. Psychosynthese beschränkt sich nicht auf den Gebrauch von Techniken, wie zahlreich sie auch sein mögen. Sie erkennt voll die therapeutische Bedeutung der Arzt-Patient-Beziehung. Der Einfluss der Persönlichkeit des Arztes in all seinen Aspekten ist vielschichtig und schwer zu um-

schreiben. Eine ansehnliche Anzahl Ärzte haben die Aufmerksamkeit darauf gezogen; Maeder, Tochtermann und Tournier unter vielen. Vor kurzem hat diese Thematik eine durchdringende Behandlung von Dr. Ballend erfahren, der bald über dieses Thema mit grosser Kompetenz sprechen wird. Auch in diesem Fall erfordert ein nützlicher Gebrauch dieses Einflusses nicht ein profundes Verständnis seiner Natur.

Vier prinzipielle Typen der Beziehung zwischen Arzt und Patient können von der Psychosynthese ausgeschieden werden, von jeder wird Gebrauch gemacht mit Hinblick auf das Ziel welches es in der Behandlung zu erreichen gilt (ich habe diese Beziehungen in einem früheren Vortrag beschrieben, der Teil eines Lehrganges am Institut für Psychosynthese 1966 war und daraufhin in der Monographie „Jung und Psychosynthese“ New York Psychos. Research Foundation, 1967 erschienen ist).

In den wenigen Augenblicken, die mir noch bleiben, kann ich nur noch zwei weitere wichtige Gebiete erwähnen, in denen Psychosynthese substantielle Beiträge bringen kann. Das erste ist das der „therapeutischen Gruppe“. Ihren wirklichen Nutzen aber auch ihre zweifelsohne kleinen Schwierigkeiten, die damit assoziiert werden, sind von einem interessanten Versuch in der Tavistock Klinik in London aufgezeigt worden. In seinem wertvollen Buch „Der Arzt, sein Patient und die Krankheit“ (London, Pitman Medical PublicationsCo, 1957) hat Dr. Balint eine verständliche Zusammenfassung davon gegeben. Der zweite Bereich „Gruppentherapie“ in ihren verschiedenen Formen, steht nun im Begriff weiterentwickelt und dahingehend ausgedehnt zu werden was als „Sozio-Therapie“ bezeichnet wird.

Psychosynthese hat durch ihre Entwicklung in interindividuellen und sozialen Bereichen eine Vielzahl von Techniken einbezogen und entwickelt. Zum einen für die Verarbeitung von Konflikten zwischen Individuen und Gruppen, als auch zwischen Gruppen und Gruppen, zum anderen für die Wiederherstellung von harmonischen und konstruktiven Beziehungen. Das Gesamtziel ist es, die Entwicklung und Integration aller Aspekte des menschlichen Lebens hervorzurufen und zu unterstützen sowie immer mehr die Entwicklung der Menschen als einschliessende Ganzheiten voranzutreiben.

Das ist der Geist, der Bio-Psychosynthese beseelt und sein idealer Zweck ist.