

**Timo Storck, Felix Brauner**  
Körpergefühl

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 Autorinnen und 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 Psychotherapeutinnen und -therapeuten aller Schulen, aber auch an Studierende in Universität und Therapieausbildung.

Unter anderem sind bereits erschienen:

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.

BAND 12 Ludwig Janus: Geburt. 2015.

BAND 13 Jürgen Grieser: Triangulierung. 2015.

BAND 14 Bernd Nissen: Hypochondrie. 2015.

BAND 15 Roland Voigtel: Sucht. 2015.

BAND 16 Joachim Küchenhoff: Depression. 2017.

BAND 17 Diana Pflichthofer: Trennungen. 2017.

BAND 18 Gianluca Crepaldi: Containing. 2018.

BAND 19 Thomas Auchter: Trauer. 2019.

BAND 20 Mathias Hirsch: Schuldgefühl. 2020.

BAND 21 Wolfgang Wöller: Dissoziation. 2020.

Timo Storck, Felix Brauner

# ***Körpergefühl***

**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.

Originalausgabe

© 2021 Psychosozial-Verlag, Gießen

E-Mail: [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://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 & Innenlayout nach Entwürfen  
von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

Satz: metiTec-Software, me-ti GmbH, Berlin

[www.me-ti.de](http://www.me-ti.de)

ISBN 978-3-8379-2758-0 (Print)

ISBN 978-3-8379-7805-6 (PDF-E-Book)

# Inhalt

<b>Körper und Leib, Objekt und Subjekt: Einleitung</b> .....	7
Zur Geschichte der Leiblichkeit .....	9
Zur Geschichte von Gefühlswissen und emotionaler Kompetenz ...	13
<b>Körper und Gefühl bei Sigmund Freud</b> .....	21
Freuds Haltung zu Biologie und Psychophysik .....	22
Der psychosomatische Charakter der Triebtheorie .....	23
Probleme der Freud'schen Affekttheorie .....	25
Erste Phase .....	26
Zweite Phase .....	28
Das Ich als »vor allem ein körperliches« .....	30
Konversion und Somatisierung .....	31
<b>Körper und Gefühl bis heute</b> .....	33
Die triebtheoretische Ebene .....	33
Die abwehrbezogene Ebene .....	35
Die objektbeziehungstheoretische Ebene .....	38
Die relationale Ebene .....	40
Die interdisziplinäre Ebene .....	45
Perspektive I: Negativität als Zugang zur Psychosomatik .....	48
Perspektive II: Mentalisierte Affektivität und Leiblichkeit .....	49
<b>Körpergefühle in psychodynamischen Behandlungen</b> .....	55
Skizze einer psychodynamischen Körper-Nosologie .....	56
Der Körper als Unruhe-Herd:	
Erregungszustände, Überflutung, Handlungsdruck .....	57
Der entkräftete Körper: Erschöpfungszustände .....	58
Körperkonturierung um jeden Preis: Psychogener Schmerz .....	58
Der Körper als unzuverlässiger Partner: Funktionelle Störungen .....	59
Der Körper im Blick des Anderen: Inszenierungen von Körperlichkeit ..	60
Der soziale Körper: Vergesellschaftete Körperlichkeit .....	61
Befund und Befinden: Medizinisch begründbare Krankheit .....	62
Freuds Skepsis zur Behandelbarkeit der Aktualneurose .....	65

Expressive und indexikalische Aspekte von Körpersymptomen . . . . .	71
Körperlichkeit auf der Couch und jenseits der Couch . . . . .	76
Übertragungsformen im Hinblick auf Negativität . . . . .	78
Übertragung körperlicher Symptome	
als Dilemma von Nähesehnsüchten und Verschmelzungsängsten . . . . .	80
Entleerung der Übertragung von Affekt . . . . .	81
Übertragung von Abwehr: Verwerfung . . . . .	82
Leiblichkeit in der Gegenübertragung und Gegenübertragungsaffekte	87
Fragen der Deutungstechnik . . . . .	93
Psychodynamische Körperpsychotherapie . . . . .	98
Perspektive III: Mentalisierte Alterität . . . . .	99
<b>Mentalisierte Affektivität in der Zwischenleiblichkeit der therapeutischen Beziehung . . . . .</b>	<b>101</b>
<b>Psychosomatische Beschwerden als »Werkzeugstörungen«?</b>	
<b>Schlussbemerkungen . . . . .</b>	<b>109</b>
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>113</b>

## **Körper und Leib, Objekt und Subjekt: Einleitung**

Warum sollen im vorliegenden Rahmen »Körper« und »Gefühl« immanent verbunden als »Körpergefühl« betrachtet werden? Die Verbindung ruft Assoziationen hervor: »Körpergefühl« kann zunächst alles oder nichts bedeuten, denn wie sollte jemand körperlos fühlen? Es kann an sexuelle Empfindungen gedacht werden, ebenso wie an physischen Schmerz oder an Missempfindungen. Mit der Wahl des Titels soll es um die Positionierung des Körperlichen, des Leiblichen an zentraler Stelle einer Konzeption der Emotionen gehen. »Gefühl« soll als ein Spüren verstanden werden, ein (Er-)Fühlen, das immer das Leibliche als sein Mittel nimmt und zugleich dessen Erlebnisweise ist. Dabei wird es zwar immer wieder auch um die Störungen des leiblichen Empfindens gehen, dies soll allerdings auch dem Zweck dienen, von der negativen Seite her die Einheit von Körper und Gefühl anschaulich zu machen.

Eingangs sind einige begriffliche Klärungen erforderlich. Zunächst einmal verstehen wir in einer Art Arbeitsdefinition unter »Gefühl« einen Oberbegriff, der sowohl leiblich-sinnliches Empfinden als auch das Spüren des Leiblichen umfasst. »Emotionen« sind dann komplexe Gebilde der psychischen Repräsentation gefühlshafter Zustände, samt ihres gestisch-mimischen und damit sozial-kommunikativen Ausdrucks, wie etwa im von Rainer Krause (2012) beschriebenen modularen Aufbau von Emotionen. »Affekte« schließlich sind eine unmittelbarere, weniger reflektier- oder kommunizierbare Form, vergleichbar mit der Unterscheidung, die Siegfried Zepf (2006) zwischen Affekt- und Emotionssymbolen trifft.

Wir sprechen ferner im Weiteren vom »Körper« im engeren Sinn, wenn es um den menschlichen Körper als etwas geht, was

auch in physikalischen oder chemischen Maßen beschrieben werden kann oder zum *Objekt* unserer Wahrnehmung oder unseres Denkens wird. »Leib« verwenden wir demgegenüber, wenn es um eine vom Geistigen nicht konkret trennbare Perspektive auf die Soma als dasjenige geht, das einen erlebenden Weltzugang erst ermöglicht, also um den Leib als *Subjekt* unseres Erlebens. Es geht darin um ein wechselseitiges Durchdrungensein von »Psyche« und »Soma«, in dem beide nur abstrakt trennbar sind (vgl. Waldenfels, 2000; Küchenhoff & Wiegerling, 2008; T. Fuchs, 2015).

Als »psychosomatisch« ist grundlegend jedes Phänomen des menschlichen inneren und äußeren Erlebens zu bezeichnen, Perzeption ebenso wie Interozeption, Denken wie Fühlen. Daher ist die Rede von »psychosomatischen Symptomen« etwas, was wir zu vermeiden versuchen; stattdessen sprechen wir von »psychogen mitbedingten körperlichen Symptomen«, um zum einen den Einfluss des Psychischen zu kennzeichnen, zum anderen das Körperwerden des Leibes, also der Wandel zu etwas, was dann als Körper schmerzt oder Ähnliches und in entscheidender Weise eine Verbindung zum Erleben verloren hat. »Psychosomatische Erkrankungen« umfassen eine Vielzahl unterschiedlicher Störungen und Symptomgruppen mit jeweils unterschiedlicher Symptomatik (vgl. auch Storck, 2016a). Wir werden im Kapitel »Konversion und Somatisierung« und zu Beginn des vierten Teils einige Bemerkungen zur Nosologie im Hinblick auf den Körper machen, im Wesentlichen geht es uns aber um die eher allgemeine Bedeutung von Leib und Körper (in Relation zum Gefühl) für psychische Entwicklung und für die Genese von Krankheiten sowie um deren Bedeutung für psychodynamische Behandlungen.

Wir widmen uns einer psychodynamischen Betrachtungsweise, allerdings unter Einbezug einiger interdisziplinärer Verbindungen. Das bedeutet auch, dass wir dem biopsychosozial orientierten Konsens, psychosomatische Belastungen in erster Linie als Stressphänomene auf unterschiedlichen Betrachtungsebenen (vgl. etwa Egle et al., 2020) zu verstehen, einen genaueren Blick auf konflikthafte Grundlagen von Überlastungsphänomenen oder Leidenszuständen körperlicher Art zur Seite stellen bzw. dies auf die konzeptuelle Skizze einer Psychodynamik der Leiblichkeit beziehen. Doch wie wurde die Leiblichkeit zu unterschiedlichen Zeiten betrachtet?

Bedanken möchten wir uns für die angenehme Zusammenarbeit mit dem Psychosozial-Verlag, insbesondere bei Uwe Britten und Jessica Vogt für die sorgfältige Arbeit an und mit dem Manuskript.

## **Zur Geschichte der Leiblichkeit**

So wichtig für den Bereich der Emotionen die Bedeutung des Körpers für das Erleben und das psychische Repräsentieren auch ist, so sehr ist für die Geschichte der Leiblichkeit bzw. Körperlichkeit festzustellen, dass zu verschiedenen Zeiten das Leibliche bzw. Körperliche unterschiedliche Bewertungen hinsichtlich seiner Wirkungen auf den Geist erfahren hat (Alloa et al., 2012; Marzano, 2013). Exemplarisch kann hier die Ideenlehre Platons herangezogen werden, in der bzw. in deren Nachfolge das Körperliche eher als etwas betrachtet wurde, was die Reinheit der Ideen stört. Anders ausgedrückt: Der Geist kann durch hineinbrechendes Körperliches (nicht zuletzt die Triebe und Affekte) allenfalls beeinträchtigt werden, im Grunde ist der Körper zu transzendieren, das geistige Ich und seine Vorstellungen sollten die Herrschaft über das Ungezügeltere oder Schmutzige erlangen und behalten.

Diesem mit Platon in Verbindung gebrachten Modell (das sich sehr viel später in leicht anderer Form im psychoanalytischen Modell Max Schurs von 1955 als Desomatisierung in der psychischen Entwicklung findet) wird die Auffassung Aristoteles' gegenübergestellt (vgl. etwa Warsitz, 1989; Küchenhoff, 2012 [1992]). In dieser wird dem Körper eine Intentionalität zugeschrieben, er wird zu einer Art handelndem Subjekt, so kann beispielsweise der Arm einen Speer schleudern. Noch wichtiger ist darin der Gedanke der Seele als Form des Körpers: Es wird angenommen, dass es einzig das Körperliche sein kann, das dem Geistigen eine Art von Energie oder Lebendigkeit verleiht und es damit formt und entstehen lässt. Zwischen diesen beiden, hier etwas zugespitzt dargestellten Polen – Körperliches als Verunreinigung und Körperliches als Möglichkeitsbedingung des Geistigen – changieren auch die psychoanalytischen Modelle. Hier ist außerdem wichtig zu sehen, dass sich mitnichten eine leibkörperliche Harmonie ergibt. Viel-

mehr geht es um ein Spannungsfeld der einander bedingenden Perspektiven *auf* den Körper und *aus* dem Leib heraus.

Die Auffassungen eines Körperlichen auf der einen Seite, von dem sich das Geistige prinzipiell emanzipieren kann bzw. es grundlegend trennbar ist, und einer Durchformung des Geistigen durch das Leibliche auf der anderen Seite finden sich in anderer Form auch in der Position René Descartes' und dessen Herausforderung durch Baruch de Spinoza im 17. Jahrhundert (vgl. Brauner, 2018, S. 81f.). Mit seiner Methode des selbstreflexiven Zweifels, welche er ausgehend von seinem nachträglich berühmt gewordenen Diktum »cogito ergo sum« (»Ich denke, also bin ich«) entwickelt, begründet Descartes den sogenannten *Dualismus der Substanzen*. Damit geht er davon aus, dass der Körper eine physische Ausdehnung und stoffliche Substanz habe (»res extensa«), während der Geist einer nichtmateriellen Substanz entspreche (»res cogitans«), weshalb körperliche und geistige Prozesse als zwei voneinander getrennte Ebenen untersucht werden müssten (vgl. Knaup, 2012; Röd, 1982). In seinen *Meditationen* gelangt Descartes zu dem Fazit: »So ist, sage ich, soviel gewiß, daß ich von meinem Körper wahrhaft verschieden bin und ohne ihn existieren kann (Descartes, 1641; zit. n. Knaup, 2012, S. 29).

In Kritik an dieser dualistischen Position vertritt Spinoza wenige Jahre später die Auffassung eines *psychophysischen Parallelismus*, in dem er Geist und Körper als zwei Aspekte derselben natürlichen Substanz auffasst. Im Gegensatz zum Cartesianischen Rationalismus gelangt Spinoza sogar zu der Erkenntnis, dass sich geistige Prozesse aus körperlichen ableiten lassen: »Der Gegenstand der Idee, die den menschlichen Geist ausmacht, ist der Körper« (Spinoza, 2007 [1677], II, 13. Lehrsatz). Dabei geht er davon aus, dass sich der Körper insbesondere in Form innerleiblicher affektiver Prozesse im Geist ausdrückt, anders gesagt: »Der Geist erkennt sich selbst nur, sofern er die Ideen der Erregungen des Körpers erfasst« (ebd., II, 23. Lehrsatz). Als zentrales Antriebsmoment macht Spinoza eine triebhafte Kraft (»appetitus«) aus, die sich in affektiven Flutbewegungen (»fluctuatio animi«) äußert und das Seelenleben des Menschen steuert. Solche triebhaften Strebungen, die sich in körperlichen Affektionen äußern, sind für Spinoza zugleich Ausgangspunkt für das emotional-resonante Verständnis Anderer, weshalb er die leiblich-affektive mit der so-

zialen Natur des Menschen zusammendenkt: »Hieraus folgt [...], daß der menschliche Geist die Natur sehr vieler Körper zugleich mit der Natur seines Körpers auffaßt« (ebd., II, 16. Lehrsatz; vgl. auch I. Fuchs, 2005, S. 55f.). Zwei Perspektiven scheinen dabei auf: Ist der Körper so etwas wie ein Erfüllungsgehilfe des eigentlich geistig bestimmten Menschen (oder aber dessen störender Gegenspieler)? Oder findet das Geistige überhaupt erst als etwas in die Welt, was vom leiblichen Geschehen durchdrungen ist?

Angesichts dieser Zitate kann Sigmund Freuds triebtheoretische Begründung der Psychoanalyse als Ausführung der Leib-Seele-Philosophie Spinozas verstanden werden (Giampieri-Deutsch, 2012). Immerhin geht es Freud, zumindest im »mittleren« Abschnitt seiner Triebtheorie, in den metapsychologischen Schriften der 1910er Jahre, um den Trieb als einen »Grenzbe-griff« zwischen Psyche und Soma, was sich als eine Formulierung verstehen lässt, die sich auf eine Art Vermittlungsfunktion des Triebes von körperlicher Erregung in psychisches Erleben bezieht (Storck, 2018a). Freud selbst hat in einem Brief an Juliette Boutonier am 28. Juni 1931 die »Abhängigkeit von den Lehren Spinozas [...] bereitwilligst zu[gestanden]« (zit. n. Giampieri-Deutsch, 2012, S. 96) und anlässlich des 300. Geburtstags Spinozas in einem Antwortschreiben an Siegfried Hessing auf den Punkt gebracht: »Ich habe mein langes Leben hindurch der Person wie der Denkleistung des großen Philosophen Spinoza eine außerordentliche, etwas scheue Hochachtung entgegengebracht« (zit. n. Hessing, 1962 [1933], S. 221).

Doch nicht nur für Freud, sondern ebenso für aktuelle Theorien von Prozessen des Körpergefühls, deren Überlegungen für den interdisziplinären Austausch der zeitgenössischen Psychoanalyse mit den Nachbarwissenschaften leitend sind, ist Spinoza ein entscheidender Ideengeber (etwa Damasio, 2005; Leuzinger-Bohleber, 2014, S. 928f.).

Ein Sprung zum Beginn des 20. Jahrhunderts führt zu der Helmuth Plessner (1981 [1928], S. 304ff.) zugeschriebenen Unterscheidung zwischen »Körper haben« und »Leib sein« (vgl. zu dessen Freud-Kritik etwa Krüger, 2018). Ausgehend von dessen Form der philosophischen Anthropologie geht es darum, zum einen Körperliches in seinen auch physikalischen Eigenschaften zu beschreiben oder als etwas, was zu diesem oder jenem Zweck ein-

gesetzt wird (etwa einen 100-Meter-Sprint hinzulegen oder ein Gewicht zu heben), und zum anderen als dasjenige, in dem der Weltzugang besteht bzw. einzig erlebt wird (bei Maurice Merleau-Ponty eine »fungierende« Intentionalität bzw. Leiblichkeit; vgl. Stoller, 2020). Den *Körper* zum Sprint in Bewegung zu versetzen ist begleitet von *leiblichen* Empfindungen, das heißt von solchen, wie »ich« *leiblich* bestimmt »mich« bewege. Im Anschluss an die Arbeiten von Thomas Fuchs (etwa 2015) beispielsweise kann dann gesagt werden, dass sich für den Menschen die Doppelperspektive eines Leib-Körpers ergibt. Beide Aspekte des Erlebens sind nicht trennbar, allenfalls kann eine Art des Changierens (Küchenhoff, 2012 [1987], S. 82f.) beschrieben werden, in dem mal das Körperliche, mal das Leibliche im Vordergrund steht.

Als weiteres Feld mit Blick auf die Geschichte der Leiblichkeit ist die philosophische Phänomenologie zu nennen. Dieser geht es seit Edmund Husserls Arbeiten zu Beginn des 20. Jahrhunderts grundlegend darum, die Erlebnisphänomene zu beschreiben, und zwar losgelöst von psychologistischen oder objektivistischen bzw. empiristischen Vorannahmen oder Fehlschlüssen. Das bedeutet, es muss geklärt werden, welchen Bedingungen beispielsweise Wahrnehmungsprozesse (vgl. Merleau-Ponty, 1945) unterliegen, die ein Phänomen im Erleben erst entstehen lassen. Insbesondere mit Merleau-Ponty (1964, S. 183f.) kann thematisiert werden, in welcher Weise wir es mit einem »Fleisch der Welt« zu tun haben, das zwischen uns und den Gegenständen unserer Wahrnehmung (erst recht in Interaktionen mit Anderen) liegt und beide als nur abstrakt trennbar ausweist (vgl. Alloa, 2012; Angehrn, 2013). Ausgehend von einer Auffassung, dass Wahrnehmung niemals sich selbst einholen kann (wir können nicht beobachten, wie und dass unsere Augen etwas beobachten: Wir können uns nicht sehen sehen) und dass Empfindungen immer in einer Verschränkung von Aktivität und Passivität bestehen (wenn wir unseren linken Arm mit der rechten Hand berühren, erleben wir beides, untrennbar), geht es dann darum, dass Leibliches nicht personal oder individuell festgesetzt werden kann, sondern als Phänomen des empfindenden Weltzugangs notwendigerweise und bereits in seinen Bedingungen und Vollzügen »zwischenleiblich« ist (Merleau-Ponty, 1964, S. 184; vgl. auch Küchenhoff, 2013; Warsitz, 2020; Scharff, 2021).