

Aus der Universitäts-Nervenklinik Tübingen.
(Direktor: Prof. Dr. Dr. h. c. E. KRETSCHMER).

Zum Begriff der „Ich-Anachorese“ beim schizophrenen Erleben.

Von

WALTER THEODOR WINKLER.

(Eingegangen am 8. Januar 1954.)

Gemeinsam mit H. HÄFNER habe ich unlängst zur Kennzeichnung eines ganz bestimmten, genau definierbaren intrapsychischen Vorganges bei Ausbruch mancher schizophrener Psychosen den Begriff der „Ich-Anachorese“ geprägt¹. Um Mißverständnissen vorzubeugen und um den Begriff vor falscher Anwendung zu schützen, sei hier nochmals ausführlicher darauf eingegangen.

Das Wort leitet sich aus dem Griechischen ab: *ἡ ἀναχώρησις* = der Rückzug. Ich-Anachorese bedeutet danach Rückzug des Ich von bestimmten Bewußtseinsinhalten, und zwar immer solchen Bewußtseinsinhalten, die vom Ich wegen ihrer Inkompatibilität nicht assimiliert werden können. Der Tatbestand ist offenbar zumeist der, daß in bestimmten Lebenssituationen vom Typus der „Versagungs- oder Versuchungs-Situation“ (S. FREUD, SCHULTZ-HENCKE) plötzlich solche triebhafte Impulse von großer Intensität in das Bewußtsein einbrechen, die mit der ethischen Einstellung des Ich nicht in Einklang zu bringen, ihr vielmehr entgegengesetzt und daher mit Schuldgefühlen belastet sind. Zwischen inkompatiblen Bewußtseinsinhalten von Impulscharakter und Schuldgefühlen besteht notwendigerweise ein innerer Zusammenhang; denn nur insofern solche Impulse den ethischen Anforderungen des Ich widersprechen, sind sie inkompatibel und nur insofern wiederum erzeugen sie Schuldgefühle. Diese Schuldgefühle in erster Linie erfordern dann eine Stellungnahme des Ich. — Im übrigen können in bestimmten Lebenssituationen auch unmittelbar und selbstständig (d. h. ohne Zusammenhang mit triebhaften Impulsen) starke Schuldgefühle in das Bewußtsein einbrechen, denen das Ich nicht gewachsen ist und die mit dem seitherigen Daseinsentwurf des Ich nicht vereinbar sind.

Ein derartiger Einbruch inkompatibler Impulse und Schuldgefühle setzt schon ein Versagen von Sicherungen voraus, die im Zusammenhang mit der Ausbildung der ethischen Lebensregeln früher aufgebaut wurden. Nach erfolgtem Einbruch inkompatibler Impulse in das Bewußtsein verbleiben dem Ich aber immer noch verschiedene Möglichkeiten der Aus-

¹ Wesentliche Anregungen verdanken wir dabei den Schriften FEDERNs.

einandersetzung: entweder kann das Ich die Impulse unter Mißachtung der seitherigen ethischen Einstellung (mit mehr oder minder schlechtem Gewissen) bzw. unter „Umwertung der Werte“ akzeptieren und realisieren oder es kann Abwehrmaßnahmen treffen, z. B. indem es sich bemüht, die Impulse durch irgendwelche Manöver abzuschwächen, sie zu übergehen, zu verdrängen oder durch ein Zeremoniell (Zwangsnurose) in Schach zu halten. Weiterhin kann nach einer realisierbaren „Ersatzbefriedigung“ gesucht werden. Eine 4. Möglichkeit, die optimale, besteht darin, die Impulse dem Ichbereich einzugliedern und sie in verwandelter (eventuell sublimierter) Form und in gesteuerter Dosierung zu realisieren.

Die Ich-Anachorese, die unseres Erachtens allein dem schizophrenen Erleben zugehört und oftmals den schizophrenen Prozeß überhaupt erst einleitet, ist nun eine der in Betracht kommenden Abwehrmaßnahmen. Sie besteht darin, daß sich das Ich vollkommen von dem in das Bewußtsein eingedrungenen Impulsen distanziert. Die Impulse bleiben dabei unter *Einbuße ihrer Ich-Qualität vollinhaltlich und in unverminderter Stärke im Bewußtsein*, aber das ihnen zugehörige *Schuldgefühl verschwindet restlos*: Das Ich vermag sich nämlich durch die Ich-Anachorese von jeglichem Schuldgefühl zu entlasten. Auch bei der zwangsnurotischen Form der Abwehr verbleiben die inkompatiblen Impulse im Bewußtsein, was das zwangsnurotische in die Nähe des schizophrenen Erlebens rückt. Jedoch erfolgt die Abwehr bei den Zwangsnurosen nach einem anderen Prinzip: hier werden nämlich die Schuldgefühle durch aktives Ankämpfen gegen die inkompatiblen Impulse (Gegengedanken, Beschwörungsformeln, Zeremoniell usw.) entkräftet.

Offenbar stellt die Ich-Anachorese eine ultima ratio dar und ereignet sich nur unter ganz bestimmten Voraussetzungen, nämlich wenn die inkompatiblen Impulse mit ganz besonderer Intensität und Penetranz in das Bewußtsein einbrechen, so daß andere Abwehrmaßnahmen, wie z. B. die der Verdrängung nicht mehr in Betracht kommen; wenn dazuhin die ethischen Lebensregeln besonders streng sind und wenn schließlich eine „Ich-Schwäche“ (FEDERN) vorliegt, die keinerlei aktive Auseinandersetzung gestattet. Es ist dann jeweilig Aufgabe einer sorgfältigen Einzel-Analyse, diese Voraussetzungen genauer zu untersuchen und genetisch zu erhellen (Erforschung der prämorbidien Persönlichkeit mit ihrer ganzen Charakterstruktur, den neurotischen Fehlhaltungen usw., Erfassung der „inneren Lebensgeschichte“ im Sinne von L. BINSWANGER, Analyse der die Psychose auslösenden Situation im besonderen Hinblick auf Persönlichkeit und innere Lebensgeschichte).

Unmittelbare und unvermeidbare Folge der Ich-Anachorese ist stets das Erlebnis der Entfremdung (Einbuße an Ich-Qualität), indem z. B. eigene, mit den inkompatiblen Impulsen verbundene Gedanken als Fremdgedanken, Gedankeneingebung oder „Stimmen“; Körperempfin-

dungen sexueller Herkunft als von anderen Menschen (auf magische Weise) hervorgerufene Sensationen und haptische Halluzinationen; eigene Handlungen als Folge von Fremdeinflüssen usw. erscheinen. Gar nicht selten bleibt ein insgeheimes Wissen um den eigentlichen Ursprungsort der aus dem Ich-Bereich ausgeschossenen Gedanken, Vorstellungen, Gefühle, Körperempfindungen usw. erhalten, was daraus ersichtlich wird, daß viele Schizophrene bei intensivem Befragen angeben, die Stimmen kämen irgendwie aus ihnen selbst heraus. Jedoch wird vom Schizophrenen alles getan, die getroffene Abwehrmaßnahme aufrecht zu erhalten, da die Ich-Anachorese der Schuldenlastung dient und, solange sie funktioniert, von jeglichem Schuldgefühl befreit (allerdings sehr zum Schaden der Gesamtperson des Schizophrenen): der Schizophrene vermag mit Hilfe der Ich-Anachorese alles, was ihn belasten könnte, auf die Umwelt abzuwälzen, er ist, wie ich zu sagen pflege, „der Mann der absolut reinen Weste“, und zwar, was das entscheidende ist, nicht nur vor den Mitmenschen, sondern auch zutiefst vor sich selbst.

Eine Patientin hört z. B. immer wieder die Stimme des Teufels, die ihr befiehlt: „Bring Dein Kind um! Erwürg es! Mach's schon!“ Auf Befragen, ob das nicht eigene Gedanken seien, verteidigt sich die Patientin energisch: „So etwas kann man doch nicht selbst denken, das Kind umzubringen; das ist doch eine große Sünde, wenn man das denkt.“ Nicht von ihr deshalb könnten solche Gedanken stammen, sondern nur vom Teufel, der von ihr Besitz ergreifen wolle (Aufleuchten des „transzendenten Sinnhorizontes“ im Sinne von MÜLLER-STUR im Erleben der Patientin).

Die Zurücknahme derjenigen Erlebnisinhalte, die der Ich-Anachorese zum Opfer gefallen sind, ist stets mit größten Schwierigkeiten verbunden. Sie gelingt nur, wenn das Ich bereit und fähig wird, die ganzen Schuldgefühle auf sich zu nehmen und sie zu verarbeiten. So müßte die soeben erwähnte Patientin akzeptieren, daß sie heftige Haßgefühle mit Mordimpulsen dem eigenen Kind gegenüber hegt, ein kaum zumutbares Ansinnen, das aber gestellt werden muß, wenn auf psychotherapeutischem Weg das halluzinatorische Erleben beseitigt werden soll (es lag hier eine Ablehnung des Ehemannes und des einzigen aus dieser Ehe hervorgegangenen Kindes vor). — Der Schizophrene wird die Ich-Anachorese nur dann rückgängig machen und die Inhalte seiner Psychose nur dann dem Ich assimilieren können, wenn er sich vollkommen vom Therapeuten verstanden weiß und wenn er fest daran glaubt, daß ihn der Therapeute bei der zu leistenden Arbeit verlässliche Hilfen gibt. Vorbedingung ist also restloses Vertrauen zum Arzt, d. h. ein echter „personaler Kontakt“.

Fast immer führt die Ich-Anachorese, wenn sie nun einmal in Gang gekommen ist, zu einer progradienten Einschränkung des Ich-Bereiches, insofern ihr immer neue Erlebensinhalte zum Opfer fallen können.

Daraus läßt sich offenbar in manchen Fällen (mindestens theoretisch) der einen mehr oder minder großen Persönlichkeitsdefekt hinterlassende schizophrene Prozeß ableiten. Je mehr Erlebensinhalte durch die Ich-Anachorese aus dem Verfügungsbereich des Ich ausgeschlossen worden sind und je mehr sich die Ich-Anachorese als Abwehrmethode „eingeschliffen“ und verfestigt hat, desto schwieriger wird es selbstverständlich sein, den Vorgang und seine Konsequenzen auf psychotherapeutischem Weg wieder rückgängig zu machen.

Im übrigen gilt das über den Vorgang der Ich-Anachorese Gesagte sicher nur für einen Teil der paranoid-halluzinatorischen Schizophrenien. Es läßt sich auf diese Weise aus dem großen Formenkreis der Schizophrenie eine besondere Untergruppe herausschälen.

Ich möchte nun an Hand eines ganz einfach gelagerten Falles, bei dem sich nur leichte schizophrene Symptome erüieren ließen, das Gemeinte verdeutlichen:

Frl. K. W., 28 Jahre alt, erschien am 18. 5. 1953 von ihrem Rechtsanwalt geschickt zu einer Beratung hier in der Klinik. Sie hatte gegen die Mutter ihres ehemaligen Verlobten Strafanzeige erstatten wollen, weil diese sie ständig belästigte. Die Exploration ergab, daß die Pat., sobald sie nicht durch Arbeit abgelenkt wurde, die Stimme dieser Frau vernahm; und zwar machte die Stimme der Pat. Vorhaltungen und beschimpfte sie, woraus die Pat. schloß, sie werde von der Mutter ihres ehemaligen Verlobten auch anderweitig schlechtgemacht und verleumdet. Ferner fühlte sich die Pat. von ihr hypnotisiert, was sich in Form einer Willenslähmung und einem damit verbundenen Lähmungsgefühl im Körper bemerkbar zu machen schien. Die Pat. konnte sich dies nur so erklären, daß die Mutter ihres ehemaligen Verlobten eine „Hexe“ sei und über außergewöhnliche Kräfte verfüge, weshalb auch jeweils am Freitag, „dem Tag der Hexen“ die Einwirkungen am stärksten spürbar würden (Aufleuchten des „mythisch-archetypischen Sinnhorizontes“ i. S. v. MÜLLER-SUUR).

Erstmals hatte sich das schizophrene Erleben vor einem halben Jahr in dramatischer Situation manifestiert: schon vor längerer Zeit war die Pat. ein von ihren Eltern nicht gebilligtes Verhältnis zu einem Mann eingegangen, der durch Kriegsteilnahme und Gefangenschaft erst spät eine Berufsausbildung hatte beginnen können, wobei ihn die Pat. aus eigener Tasche wesentlich unterstützt hatte. Die Heirat war zwischen beiden fest abgesprochen worden, obwohl auch seine (verwitwete) Mutter immer wieder mit der Begründung Einspruch erhoben hatte, daß die Familien nicht zusammenpassen würden. Anlässlich einer Examsfeier, zu welcher die Pat. nicht eingeladen worden war, hatte der Verlobte dann eine andere Frau kennengelernt und sich ihr in auffälliger Weise zugewandt, was der Pat. zu Ohren kam. Nun folgte eine heftige Auseinandersetzung mit dem Verlobten in Anwesenheit dessen Mutter, die damit endete, daß der Verlobte sein Heiratsversprechen zurücknahm und daß die Pat. von seiner Mutter des Hauses verwiesen wurde. Bitter enttäuscht und verzweifelt berichtete die Pat. von diesem Vorkommnis ihren Eltern, die ihrerseits in Erregung gerieten und die Pat. ebenfalls aus dem Haus warfen, weil sie nie habe hören wollen und nun sehen solle, wo sie bleibe. Beim Verlassen des Elternhauses hörte die Pat. zum ersten Mal die Stimme der Mutter ihres Verlobten: „Du bist an allem schuld! Geh ans Wasser! Bring dich um!“ Die Pat. lief, der Stimme gehorchend, an den Fluß, um sich zu ertränken. Dort vernahm sie aber (einmalig) eine andere, unbekannte Stimme, die ihr zurrief: „Das darfst du

nicht machen! Du mußt Rücksicht nehmen auf Mutter und Vater!“ Durch diese den Selbstmord verbietende Stimme wurde die Pat., die eine gläubige Katholikin ist, an ihr religiöses Bekenntnis erinnert, und die Pat. identifizierte sich sogleich damit. Es bedurfte aber noch eines halbstündigen Kampfes gegen die suicidfördernde Stimme der Mutter des Verlobten. Dann begab sich die Pat. endlich wieder nach Hause. Fortan aber erschien ihr das Leben sinnentleert. Sie meinte, nie wieder einen Mann finden zu können, der sie heirate, nachdem sie von ihrem Verlobten abgewiesen sei. Vor allem nagte an ihr der Gedanke, daß der Verlobte sie in dem Augenblick im Stich gelassen habe, wo er nicht mehr finanziell auf sie angewiesen war (nach bestandenem Examen). Die Pat. war der festen Überzeugung, daß die Schuld an allem seiner Mutter zukomme. Sie selbst fühlte sich frei von Schuld.

Die Psychose manifestierte sich bei dieser Patientin also im Augenblick stärkster affektiver Spannung unmittelbar nachdem sie aus dem Hause ihres Verlobten und dann auch aus ihrem Elternhaus auf die Straße gesetzt, d. h. plötzlich auf sich selbst zurückgeworfen worden war. In dieser verzweifelten, durch totalen Kontaktverlust mit der Umwelt und durch drohenden Zusammenbruch des seitherigen Lebensentwurfes gekennzeichneten Situation traten intensive Selbstvorwürfe (Schuldgefühle) und Suicidimpulse auf, die jedoch sofort der Ich-Anachorese verfielen, weil das Ich nicht dazu in der Lage war, die Schuld auf sich zu nehmen und weil auch die Suicidimpulse wegen der streng religiösen Einstellung nicht bewußtseinsfähig waren. Folge der Ich-Anachorese war nun, daß Schuldgefühle und Suicidimpulse als Einflüsterungen seitens der bösen Frau erlebt wurden („Du bist an allem schuld! Bring Dich um!“). — Am Wasser angelangt vernahm die Patientin eine andere unbekannte Stimme, die den Selbstmord untersagte; d. h. die (gleichfalls sehr intensiven) den Selbstmord verbietenden Regungen religiöser Herkunft und das Gebot, an Mutter und Vater zu denken, verfielen bei der dramatischen Zuspitzung der Situation flüchtig ebenso der Ich-Anachorese wie die Schuldgefühle und Suicidimpulse, so daß sich die entsprechenden Gedanken ebenfalls als Fremdeinwirkung (Stimmenhören) bemerkbar machten: „Das darfst Du nicht tun! Du mußt Rücksicht nehmen auf Mutter und Vater.“ Das Ich hatte sich also vorübergehend von den religiösen Überzeugungen und Geboten zurückgezogen, die selben sogleich aber wieder in den Ich-Bereich zurückgeholt, woraufhin die diesbezügliche Stimme wieder sofort verstummte. Da die Patientin sodann zu ihren religiösen Überzeugungen endgültig zurückfand, stellte sich auch nie wieder diese Stimme ein, wohingegen die nicht assimilierten Schuldgefühle und Suicidimpulse vom Ich-Bereich ausgeschlossen blieben und daher weiterhin als Fremdschuld und Fremdeinfluß erlebt werden mußten.

Die psychotherapeutische Aufgabe bestand darin, der Patientin ihren eigenen Schuldanteil aufzuzeigen und ihr bei der Schuldbewältigung behilflich zu sein, ferner darin, die Patientin zu der Erkenntnis zu bringen,

daß die verwerflichen Suicidimpulse ihr selbst zugehörten. Es ergab sich alsbald, daß die Abwendung des Verlobten eine lange Vorgeschichte hatte und nicht von ungefähr erfolgt war. Die Patientin hatte sich ihm gegenüber nämlich allerlei geleistet, was sein Verhalten rechtfertigen konnte. Es gelang ausnahmsweise in einer einzigen Sitzung, die Patientin zu einer wahren Einsicht in die ganzen Zusammenhänge zu bringen. Stimmenhören und Hypnosegefühl verschwanden daraufhin so gut wie vollständig. Bei einer ambulanten Kontrolle am 8. 6. 1953, also etwa 3 Wochen später, berichtete die Patientin: „Manchmal denke ich noch, daß das ganze Leben sinnlos ist, daß es ein Blödsinn ist, so weiter zu leben. Seitdem Sie mit mir gesprochen haben, weiß ich aber, daß alle diese Gedanken aus mir selber herausgekommen sind. Auch die Stimmen waren nur Einbildung.“ Allerdings höre sie selten noch ganz leise die Stimme dieser Frau; jedoch verstumme die Stimme jeweilig sofort, wenn sich die Patientin vergegenwärtige, daß das ihre eigenen Gedanken seien. Am 6. 7. 1953 erklärte die Patientin in der 3. Sitzung, daß für sie „die alte Sache“ völlig erledigt sei. Sie habe sich auch innerlich von ihrem ehemaligen Verlobten distanziert und sei nun wieder offen für andere Menschen.

Es mag deutlich geworden sein, daß wir die qualitativen Unterschiede zwischen neurotischem und psychotischem Geschehen durchaus nicht verwischen wollen (wie z. B. SCHULTZ-HENCKE), daß wir vielmehr bei unserer Art der dynamischen Betrachtung die Erkenntnisse der klassischen psychopathologischen Forschung hinsichtlich der Struktur der schizophrenen Formalsymptome durchaus bestehen lassen. *Wir wollen aber einen Beitrag zum Verständnis der Genese der Formalsymptome leisten, indem wir einen charakteristischen Vorgang beschreiben, der mitten in das schizophrene Erleben hineinführt und dies dem Verstehen erschließt. Die Ich-Anachorese macht eben nicht nur einzelne psychotische Erlebensinhalte verstehbar, sondern auch das Auftreten bestimmter Formalsymptome.*

Nun wäre der Begriff der Ich-Anachorese noch gegen einige andere, geläufige Begriffe abzugrenzen, so gegen den Begriff des „Autismus“ (E. BLEULER), den der „Inflation aus dem Unbewußten“ (C. G. JUNG) und den der Spaltung.

Zunächst zum Autismus: Aus meinen Ausführungen ist schon ersichtlich geworden, daß der Begriff der Ich-Anachorese stets einen *intrapsychischen* Vorgang meint, während sich der Begriff des Autismus auf den Kontaktverlust mit der Umwelt bezieht. Der autistische Schizophrene lebt in seiner besonderen Welt, er hat mehr oder minder die Brücken zur realen Außenwelt abgebrochen. Freilich handelt es sich auch hierbei um einen Rückzug, jedoch nicht um einen Rückzug des Ich von bestimmten Bewußtseinsinhalten, sondern um den Rückzug der Gesamtperson von der Welt der realen Dinge mit zum Teil sehr intensivem

Aufleben der Innenwelt. Der autistische Schizophrene ist z. B. ganz den Innenerlebnissen und Stimmen, seinen Wahneinfällen usw. hingeggeben, ohne sich an der Unvereinbarkeit dieser Erlebnisse mit der realen Wirklichkeit zu stoßen.

Der Begriff der Ich-Anachorese meint auch nicht das, was C. G. JUNG als „Inflation von Inhalten aus dem Unbewußten“ bezeichnet; vielmehr dient die Ich-Anachorese der Bewältigung (Abwehr) einer solchen Inflation.

Hinsichtlich dem Begriff der Spaltung, der sich auf intrapsychisches Geschehen bezieht, ist zu sagen, daß die Ich-Anachorese den Spezialfall eines „Spaltungsvorganges“ darstellt, indem durch die Ich-Anachorese einzelne Erlebensinhalte aus dem Ich-Bereich herausgespalten werden. Der Begriff der Ich-Anachorese meint aber darüber hinaus einen dynamischen Ablauf und kennzeichnet das Motiv des Spaltungsvorganges; er geht somit entschieden über den verhältnismäßig neutralen und über den ganzen Ablauf des Geschehens wenig besagenden Begriff der Spaltung hinaus. Immerhin scheint für die Ich-Anachorese die Spaltungsfähigkeit des einzelnen von Belang zu sein, insofern man wohl annehmen darf, daß derartige Maßnahmen nur ergriffen werden können, wenn eine potentielle Bereitschaft dazu vorgebildet ist. Daraus ließe sich ableiten, daß Persönlichkeiten mit erhöhter Spaltungsbereitschaft (Schizoide) in Richtung auf eine Ich-Anachorese besonders gefährdet sind.

Zusammenfassung.

Unter Ich-Anachorese (Rückzug des Ich von bestimmten Bewußtseinssinhalten) ist ein intrapsychischer Vorgang zu verstehen, der der Abwehr von in das Bewußtsein eingebrochenen Schuldgefühlen und inkompatiblen Impulsen dient, jedoch eine schizophrene Symptomatik zur Folge hat. Der Vorgang der Ich-Anachorese macht bestimmte schizophrene Formalsymptome paranoid-halluzinatorischer Art und eventuell den schizophrenen Prozeß psychologisch verstehbar. Es ergeben sich daraus psychotherapeutische Möglichkeiten.

Literatur.

FEDERN, P.: *Ego Psychology and the Psychoses*. London: Imago Publishing 1953. — MÜLLER-SUUR, H.: (1) Die Wirksamkeit allgemeiner Sinnhorizonte im schizophrenen Symbolerleben. *Studium gen.* 6, 365 (1953). — (2) Die Wirksamkeit allgemeiner Sinnhorizonte im schizophrenen Wahnerleben. *Fortschr. Neur.* 22, 38 (1954). — SCHULTZ-HENCKE, H.: *Das Problem der Schizophrenie*. Stuttgart: Thieme 1952. — WINKLER, W. TH., u. H. HÄFNER: Kontakt und Übertragung bei der Psychotherapie Schizophrener. *Kongr. d. Ges. dtschr. Neur. u. Psych.* sowie der Allg. ärztl. Ges. für Psychother., München 1953.