



Foto: Beccalée – pixabay.com

# Dr. Ludwig Janus

Pionier und Wegbereiter der pränatalen Psychologie wird 80 Jahre alt

Am 21. August 2019 wird Ludwig Janus 80 Jahre alt. Dies gibt den Anlass für den vorliegenden Artikel, in dem wir einen Blick auf das umfangreiche Lebenswerk und die Person Ludwig Janus' werfen.



Dr. Ludwig Janus

Was bedeutet es, neun Monate im Bauch der Mutter zu sein? Was fühlt und erlebt der Embryo bzw. Fötus dort? Wie prägend ist die vorgeburtliche Erfahrung für Psyche, Urvertrauen und Selbstwertgefühl? Wie lebt vorsprachliche Erfahrung in uns weiter? Welchen Beitrag können Antworten auf diese Frage zum tieferen Verständnis von Patientinnen und Patienten in Psychotherapien leisten? Mit diesen und anderen Fragen befasst sich die pränatale Psychologie. In Deutschland und Europa ist dieses psychologische Fachgebiet untrennbar mit dem psychoanalytischen Psychotherapeuten und Psychohistoriker Dr. Ludwig Janus verbunden.

»Damit waren mir meine Patienten wesentlich verständlicher« Dieser Satz von Ludwig Janus markiert den Beitrag der pränatalen Psychologie für die klinische Psychologie und Psychotherapie. Verstehen wir doch mit Hilfe der pränatalen Psychologie besser, wie vorgeburtliche Erfahrungen als implizites, vorsprachliches Wissen fortleben und das Erleben im Hier und Jetzt als Erwachsene unbewusst beeinflussen können.

## Wer ist dieser Pionier und Wegbereiter?

Ludwig Janus kam am 21. August 1939 zur Welt und wuchs in Essen auf. Nach Abschluss der Studiengänge Psychologie und Medizin in München, Essen und Göttingen absolvierte er seine psychoanalytische Weiterbildung in Göttingen und Heidelberg. Dort ließ er sich 1975 als psy-

choanalytischer Psychotherapeut mit eigener Praxis nieder. Tätigkeiten als Lehranalytiker und als Dozent folgten.

Nicht nur Erfahrungen mit seinen Patientinnen und Patienten, sondern auch die Beobachtungen im Kontext von Schwangerschaft, Geburt und Heranwachsen der eigenen Kinder weckten in Ludwig Janus die Frage nach dem seelischen Erleben des Kindes im Mutterleib sowie während der Geburt und wie diese das Leben beeinflussen. Fortan lenkte sich sein Interessenfokus auf die Erforschung einer Psychologie der vorgeburtlichen Lebenszeit und Geburt. Viele Jahrzehnte wissenschaftlicher Aktivitäten wuchsen zu einem vielschichtigen Lebenswerk.

Stets weiträumig orientiert und mit aufmerksamem Blick auf zeitgeschichtliche Gegebenheiten zeichnet Janus in seinem Buch »Wie die Seele entsteht« (1991, erweiterte Neuauflage 2011) die ersten Grundzüge einer pränatalen Psychologie. Die eigentlichen Wurzeln einer vorgeburtlichen Psychologie verortet er in der frühen Psychoanalyse, ausgewiesen in den Arbeiten zur Erlebnisbedeutung von Schwangerschaft und Geburt von Otto Rank und Gustav Hans Graber (1924). Diese gerieten durch Nationalsozialismus und Zweiten Weltkrieg in Vergessenheit, wurden jedoch nach dem Krieg wiederentdeckt.

Ab 1987 zeugen zahlreiche Veröffentlichungen von Janus' Beitrag zur Erweiterung der psychoanalytischen Arbeitsweise um die prä- und perinatale Dimension. Hier ist vor allem sein mehrfach aufgelegtes und im Jahr 2000 komplett überarbeitetes und erweitertes Grundlagenwerk »Die Psychoanalyse der vorgeburtlichen Lebenszeit und der Geburt« zu nennen. In seiner 2013 erschienenen Buchpublikation »Die pränatale Dimension der Psychotherapie« stellt Janus die Fülle empirischer

Belege zur lebensgeschichtlichen Bedeutung vorgeburtlicher und geburtlicher Erfahrungen aus Stress-, Hirn- und Lernforschung sowie Epidemiologie systematisch dar, um deren Relevanz für die allgemeine therapeutische Praxis zu bekräftigen.

2014 wurde mit dem Erscheinen des »Lehrbuchs der Pränatalen Psychologie« (zusammen mit Kurt Evertz, Kunsttherapeut, und Rupert Lindner, Gynäkologe und Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie), ein neuer Meilenstein gelegt: Umfassend und zugleich kompakt präsentiert das Werk Befunde und Ergebnisse aus verschiedenen Wissenschafts- und Praxisfeldern zum lebendigen Geschehen von Schwangerschaft und Geburt. Im Vorwort betont Janus, dass der Bereich der vorgeburtlichen Lebenszeit und Geburt nur interdisziplinär erfasst, beschrieben und verantwortet werden könne. In Kulturpsychologie und Psychohistorie entfaltet Janus verknüpfende Betrachtungen einer pränatalen Psychologie mit Kultur, Geschichte und Politik. In diesem Zusammenhang ist er bis heute in die Gesellschaft für Psychohistorie und Politische Psychologie (GPPP) e.V. eingebunden und bekleidet die Rolle des Past-Präsidenten. Seine letzten beiden im Jahr 2018 erschienenen Bücher beschäftigen sich in nochmals erweitertem Blickradius mit dem Wesenskern des Menschen. In »Homo foetalis et sapiens« formuliert er das Menschsein als Wechselspiel des fötalen Erlebens mit den Primateninstinkten und dem Verstand. In »Vom Kosmos zur Erde – vom Mythos zur Psychologie« befasst er sich mit der Schilderung der Geschichte der Philosophie im Hinblick auf den Umbau der Mentalitäten der jeweiligen Zeit.

### Vernetzung, Organisation und internationale Ausweitung

Auf Anstoß von Gustav Hans Graber wurde 1971 in Wien die »Internationale Studiengemeinschaft für Pränatale Psychologie« (ISPP) gegründet. Ausgehend von psychoanalytischen Denkmodellen einer pränatalen Psychologie erfolgte eine Weiterentwicklung der Konzepte durch den Einbezug von Entwicklungspsychologie und Embryologie. Die Psychoneuroendokrinologie von Schwangerschaft und Geburt fügte sich als entscheidendes Bindeglied zwischen Psychologie und Medizin ein. Dies führte 1986 zu einer Erweiterung des Namens der Studiengemeinschaft zu »International Society for Prenatal and Perinatal Psychology and Medicine« (ISPPM). In der Folge stellte sich eine zunehmende Interdisziplinarität der Mitglieder ein, wobei auch anwendungsbezogene Berufe aus Geburtshilfe und unterschiedlichen Therapiefeldern hinzukamen. Von 1995 bis 2005 bekleidete Janus die Rolle des Präsidenten dieser Gesellschaft und gestaltete deren Entwicklung erfolgreich fort. Aufgrund seines positiven, interessierten Umgangs übte er einen großen integrativen Einfluss aus. Er engagierte sich für die Strukturierung des Wissensgebiets und trug dazu bei, dass die ISPPM zum wissenschaftlichen Forum für pränatale Psychologie in Europa gedieh.

2005 wurde die »Charta für die Rechte des Kindes vor, während und nach der Geburt« erstellt, die neun Punkte

umfasst und dazu dient, Wissen über vorgeburtliche und geburtliche Erfahrungen in die Öffentlichkeit zu bringen. Nach 2005 begleitete Janus die ISPPM stets unterstützend weiter. Bis heute ist er in den dort zugehörigen Arbeitsgruppen »Kulturpsychologie« (Matriachatsforschung), »Psychotherapie und Psychosomatik« und »Bindungsanalyse« (vorgeburtliche Bindungsförderung) aktiv.

### Vorgeburtliche Bindungsförderung: Bindungsanalyse

Im Rahmen der Aktivitäten der ISPPM lernte Janus die ungarischen Psychoanalytiker Dr. György Hidas und Dr. Jenő Raffai kennen, die im Zuge einer zehnjährigen Forschungsarbeit Mitte der 1990er-Jahre eine wirkungsvolle Methode zur vorgeburtlichen Bindungsförderung entwickelt hatten. Deren zentrales Ziel besteht in der Vertiefung und Stärkung einer positiven Mutter-Kind-Bindung und der Förderung der natürlichen Geburt. Janus stieß die Einführung der Methode im deutschsprachigen Raum an, wo sie unter dem Namen »Bindungsanalyse« bekannt und verbreitet wird. Da sich solch konkrete Maßnahmen der Frühprävention aus der pränatalen Psychologie ableiten lassen, versteht Janus diese als ein Fach, das auch einen Beitrag zur Förderung der Konflikt- und Friedensfähigkeit in unseren Gesellschaften leistet.

### Ausblick

Als Wegbereiter der pränatalen Psychologie hat Ludwig Janus einen großen interdisziplinär ausgerichteten Beitrag für die Psychologie geleistet: Sein Wirken hat direkt oder indirekt sowohl Fachwelt als auch Öffentlichkeit für die Bedeutung vorgeburtlicher Prozesse sensibilisiert. Janus' Veröffentlichungen umfassen fünfundzwanzig Bücher und über 200 wissenschaftliche Artikel. Er ist Mitherausgeber des »International Journal of Pre- and Perinatal Psychology and Medicine«. Die Gesamtheit der Publikationen und sein Anschlag von Kongressen, Tagungen und Weiterbildungen sowie eine reiche Vortragstätigkeit haben Janus zu einem international geschätzten, impulsgebenden Multiplikator werden lassen. Aktuell sieht er der Realisierung des »Instituts für Pränatale Psychologie und Medizin« in Heidelberg entgegen, dessen wesentliche Aufgabe die Vermittlung von Informationen zur pränatalen Psychologie und die Vermittlung von Weiterbildungs- und Selbsterfahrungsangeboten sein wird.

### Gratulation

Wer Ludwig Janus persönlich kennt, weiß, welch ein Pionier, Wegbereiter und unerschöpflicher Menschenfreund er ist. Wir gratulieren ihm mit ganzer Herzlichkeit zu seinem 80. Geburtstag! Der pränatalen Psychologie wünschen wir, dass die Zeit vor der Geburt – neben der Bindungstheorie und der Säuglingsforschung – in der Psychologie einen festen Platz erhält und die pränatale Dimension noch mehr Eingang in die allgemeine therapeutische Praxis findet.

Silke Nixdorff, Ingo Jungclaussen, Paula Diederichs

www.ludwig-janus.de



Foto: privat

**Silke Nixdorff** ist angewandte Gesundheitswissenschaftlerin, Heilpraktikerin für Körpertherapie, Körperpsychotherapie und Bindungsanalyse sowie Physiotherapeutin aus Berlin.

E silke.nixdorff@snaflu.de



Foto: Christoph Hillus

**Dr. Ingo Jungclaussen** ist Hochschullehrer an der Fachhochschule des Mittelstands in Köln (Schwerpunkt Didaktik der Psychoanalyse).

E jungclaussen@fh-mittelstand.de



Foto: privat

**Paula Diederichs** ist Präsidentin der ISPPM, Leiterin der SchreiBabyAmbulanz in Berlin Mitte und Inhaberin der Weiterbildungsinstituts für körperorientierte Krisenbegleitung im Zeitraum Schwangerschaft, Geburt und frühe Kindheit.

E info@pauladiederichs.de