

Wilhelm Reichs *Character Analysis* er en af de historisk vigtigste bøger i udviklingen fra klassisk psykoanalyse til **karakteranalytisk og senere kropsorienteret psykoterapi**. Den udkom første gang i 1933 og blev senere udvidet betydeligt. Bogen begynder som en diskussion af psykoanalytisk teknik, modstand og karakterstruktur og udvikler sig senere mod Reichs mere kropslige teorier om **karakterpanser, muskelpanser, vegetativ regulering og orgastisk potens**.

Reichs afgørende bidrag kan sammenfattes sådan:

Neurosen findes ikke kun i det, klienten siger eller føler; den viser sig også i den måde, hele personen er organiseret på.

Det vil sige i personens:

- kropsholdning
- stemme
- mimik
- følelsesmæssige stil
- relationelle mønstre
- gentagne forsvar
- måde at være sammen med terapeuten på.

Det var et markant skift fra at analysere **symptomer** til at analysere **karakteren som helhed**.

1. Fra symptomanalyse til karakteranalyse

I klassisk psykoanalyse kunne man fx tage udgangspunkt i symptomet:

"Hvorfor har klienten denne angst?"

Reich bliver mere interesseret i:

"Hvordan organiserer klienten hele sin personlighed, så bestemte følelser, impulser og konflikter holdes væk?"

Det er en meget vigtig forskel.

Forestil dig en klient, der siger:

"Jeg har egentlig ikke noget problem med vrede."

Men klienten:

- smiler konstant
- taler meget høfligt
- spænder kæben
- kan aldrig sige nej
- bliver ironisk, når terapeuten udfordrer ham.

Reich ville ikke kun analysere det **verbale indhold**.

Han ville interessere sig for hele formen:

Måske er venligheden selv blevet et forsvar.

Det er **karakteranalyse**.

2. Hvad er karakter?

Hos Reich betyder karakter ikke blot personlighed eller temperament.

Karakteren er en relativt stabil organisering af:

- forsvar
- holdninger
- følelsesmønstre
- relationelle strategier
- kropslige spændinger.

Karakteren udvikles ifølge Reich, fordi barnet gentagne gange må håndtere konflikter mellem:

- egne impulser og behov
- forældrenes krav
- samfundets normer
- angst
- forbud.

Over tid bliver løsningen så automatiseret, at personen ikke længere oplever den som et forsvar.

Den føles bare som:

"Sådan er jeg."

Her ligger en af Reichs mest interessante terapeutiske pointer.

Et symptom opleves ofte som fremmed:

"Jeg vil gerne af med min angst."

Men karakteren opleves som identitet:

"Jeg er bare sådan en, der altid klarer mig selv."

Derfor kan karakter være sværere at arbejde med end symptomet.

3. Karakterforsvaret

Reich kalder dette **character resistance** – karaktermodstand.

I klassisk psykoanalyse tænkte man ofte på modstand som noget, der opstod under terapien.

Fx:

klienten undgår et bestemt emne.

Reich siger:

Modstanden kan være indbygget i hele klientens måde at være på.

Den kan vise sig gennem:

- charme
- underkastelse
- intellektualisering
- tavshed
- konstant enighed
- overdreven rationalitet
- humor
- arrogance
- mistænksomhed.

Et menneske kan altså samarbejde meget venligt med terapeuten og samtidig være stærkt defensivt.

4. Eksempel: den "gode klient"

Forestil dig en klient, der altid siger:

"Det giver rigtig god mening."

"Du har helt ret."

"Det var en rigtig god session."

Terapeuten kan tænke:

"Fantastisk samarbejde."

Reich ville måske blive nysgerrig:

Hvad sker der med uenighed?

Hvad sker der med vrede?

Kan klienten kritisere terapeuten?

Det viser et vigtigt Reichiansk princip:

Det, der ser sundt ud på overfladen, kan være en del af et forsvar.

Venlighed er ikke patologisk.

Men tvangsmæssig venlighed kan være.

5. Forsvarets form før dets indhold

Dette er et af bogens mest terapeutisk værdifulde principper.

Reich interesserer sig meget for **hvordan** klienten kommunikerer.

Ikke kun:

"Hvad siger du?"

men:

"Hvordan siger du det?"

Eksempel:

Klienten siger:

"Jeg er rasende på min far."

Men:

- stemmen er monoton
- kroppen er helt stille
- ansigtet smiler.

Indholdet siger:

vrede.

Formen siger måske:

følelsesmæssig afstand.

Reich vil ofte arbejde med denne uoverensstemmelse.

6. Modstand før fortolkning

Reich kritiserede psykoanalytikere for nogle gange at fortolke ubevidst materiale for hurtigt.

Forestil dig, at terapeuten siger:

"Din vrede på chefen handler egentlig om din vrede på din far."

Klienten kan intellektuelt acceptere det:

"Ja, det giver mening."

Men intet ændrer sig.

Reich mente, at terapeuten først måtte arbejde med den **modstand**, der forhindrede klienten i faktisk at opleve følelsen.

Derfor bliver rækkefølgen vigtig:

modstand → forsvar → følelse → underliggende konflikt

snarere end straks:

barndomsfortolkning.

Hans karakteranalytiske teknik fokuserede netop på systematisk modstandsanalyse frem for tilfældige fortolkninger.

7. Karakterpanser – character armor

Et af Reichs mest berømte begreber er **character armor** – karakterpanser.

Panseret er den kroniske forsvarsstruktur, personen har udviklet.

Forestil dig et barn, der gentagne gange lærer:

"Hvis jeg viser sorg, bliver jeg ydmyget."

Barnet lærer måske:

"Jeg græder ikke."

Først er det en aktiv strategi.

Senere bliver det automatisk.

Som voksen siger personen måske:

"Jeg bliver bare aldrig ked af det."

Forsvaret er blevet karakter.

Derfor kalder Reich det et **panser**.

Panseret:

- beskytter
- men begrænser samtidig.

Det forhindrer smerte i at komme ind, men kan også forhindre:

- kærlighed
- spontanitet
- seksualitet

- sorg
 - glæde
 - kontakt.
-

8. Panseret har en dobbelt funktion

Dette er vigtigt klinisk.

Et forsvar er ikke bare "forkert".

Det opstod, fordi det havde en funktion.

Panseret beskytter personen mod:

- angst
- skam
- smerte
- forbudte impulser
- relationel fare.

Men prisen kan være høj.

Fx:

"Jeg bliver aldrig afhængig af nogen."

kan beskytte mod at blive svigtet.

Men det beskytter også mod intimitet.

Derfor bør terapeuten ikke bare:

"bryde panseret."

Man må forstå:

Hvad beskytter det?

Det er en vigtig moderne korrektion til mere konfronterende Reichiansk arbejde.

9. Fra karakterpanser til muskelpanser

Reich udviklede efterhånden den idé, at kroniske psykologiske forsvar også kan vise sig som kroniske kropslige spændingsmønstre.

Han kaldte dette **muscular armor – muskelpanser**.

Hans tese var grundlæggende:

Psykisk forsvar og kropslig spænding kan være to sider af samme funktion.

Senere kropsspsykoterapeutiske traditioner har været stærkt påvirket af denne tanke.

En nyere gennemgang af Reich fremhæver netop hans idé om en funktionel sammenhæng mellem karakter, emotionelle blokeringer og kropslig spænding.

10. Et konkret eksempel på muskelpanser

Forestil dig en klient, som aldrig udtrykker vrede.

Når noget konfliktskabende kommer op:

- kæben spændes
- skuldrene trækkes op
- vejtrækningen bliver overfladisk
- hænderne knyttes.

Psykologisk:

"Jeg må ikke være vred."

Kropsligt:

kroppen organiseres, så aggressionen holdes tilbage.

Reich ville betragte disse fænomener som funktionelt forbundne.

En moderne terapeut bør dog være forsigtig med at sige:

"Spændt kæbe betyder undertrykt vrede."

Kropslige spændinger kan have mange årsager.

Den mere forsvarlige intervention er:

"Jeg lægger mærke til, at din kæbe spænder, når vi taler om dette. Hvad mærker du selv?"

11. Krop og psyke er funktionelt identiske

Reich bevæger sig efterhånden mod idéen om **funktionel identitet** mellem psykisk og somatisk panser.

Det betyder ikke:

tanke = muskel.

Det betyder snarere:

den samme defensive proces kan komme til udtryk både psykisk og kropsligt.

Eksempel:

Psykisk:

"Jeg må holde mig tilbage."

Kropsligt:

- stiv brystkasse
- begrænset vejtrækning
- fastlåst bækken
- spændte skuldre.

Det bliver senere fundamentalt for:

- Alexander Lowens bioenergetik
- Bodynamic
- forskellige former for kropsspsykoterapi.

12. Reichs segmenter

I de senere dele af *Character Analysis* beskriver Reich muskelpanseret som organiseret i forskellige tværgående kropssegmenter.

De beskrives typisk som:

1. okulært
2. oralt
3. cervikalt
4. thorakalt
5. diafragmatisk
6. abdominalt
7. bækkenmæssigt.

Reich understregede, at disse mønstre efter hans opfattelse ikke blot fulgte almindelige anatomiske nerve- eller muskelbaner, men var funktionelt organiseret omkring emotionelt relevante kropsområder.

Det er vigtigt at sige:

Dette segmentale pansersystem er Reichs teoretiske model og ikke en valideret anatomisk model i moderne medicin.

Det kan bruges som kropsspsykoterapeutisk observationsramme, men ikke som biologisk diagnose.

13. Det okulære segment

Omfatter groft:

- øjne
- pande
- området omkring hovedet.

Temaer kan være:

- kontakt
- orientering
- syn
- nærvær.

En klient kan fx:

- undgå øjenkontakt
- stirre
- virke fraværende.

Reich ville interessere sig for:

Hvordan regulerer klienten kontakt gennem blikket?

Moderne psykoterapi ville koble dette til fx:

- tilknytning
- social angst
- skam
- dissociation.

14. Det orale segment

Omfatter især:

- mund
- kæbe
- halsens øvre områder.

Her forbindes ofte:

- behov
- gråd

- stemme
- modtagelse.

En klient kan fx spænde kæben kraftigt, når vedkommende prøver at sige:

"Jeg har brug for dig."

Det kan være klinisk interessant.

Men igen:

Kroppen skal udforskes, ikke aflæses som en facitliste.

15. Thorax og åndedræt

Brystkassen bliver særlig vigtig hos Reich.

Kronisk begrænset åndedræt kan ifølge ham dæmpe:

- emotionel intensitet
- gråd
- angst
- lyst
- vrede.

Dette er intuitivt genkendeligt:

Når mennesker forsøger ikke at græde, gør de ofte noget med vejtrækningen.

Derfor blev åndedrættet et centralt fokus i senere kropsspsykoterapi.

16. Bækkenet og seksualiteten

Bækkenområdet bliver vigtigt i Reichs senere teori om seksualitet.

Reich mente, at kronisk kropslig pansring begrænsede personens evne til fuld seksuel og følelsesmæssig overgivelse.

Her kommer begrebet:

Orgastisk potens

Det er et af Reichs mest kontroversielle begreber.

Det betyder ikke blot:

"evnen til at få orgasme."

For Reich var det snarere en markør for organismens evne til:

- spændingsopbygning
- overgivelse
- udladning
- afslapning.

Han forbandt dette med hans såkaldte orgasmeformel:

spænding → ladning → udladning → afslapning.

Dette blev senere centralt i hans teori om seksualøkonomi.

17. Seksualøkonomi

Reich udvikler idéen om **sex economy** – seksualøkonomi.

Han mente, at psykisk sundhed var afhængig af organismens evne til at regulere biologisk/seksuel energi.

Neurotiske mennesker kunne ifølge hans teori ophobe energi gennem:

- inhibition
- kronisk spænding
- seksuel undertrykkelse.

Her bevæger Reich sig betydeligt længere væk fra moderne mainstreampsykologi.

Det er derfor vigtigt at skelne mellem:

Historisk indflydelsesrig idé

at kropslig regulering, seksualitet og psykologi hænger sammen.

og:

Reichs specifikke energiteori

som ikke er etableret moderne naturvidenskab.

18. Genital karakter og neurotisk karakter

Reich opstiller et idealtypisk skel mellem:

Neurotisk karakter

præget af:

- kronisk forsvar
- stivhed

- tvangspræget moral
- begrænset spontanitet.

Genital karakter

præget af større:

- fleksibilitet
- spontanitet
- følelsesmæssig kapacitet
- seksualitet
- selvregulering.

"Genital" betyder hos Reich altså ikke bare seksualitet.

Det betegner et ideal om en mere integreret personlighed.

Dette må dog læses historisk.

Hans normative ideer om seksualitet og psykisk sundhed er ikke moderne diagnostiske kriterier.

19. Karaktertyper

Reich arbejder med flere karakterformer.

Blandt dem findes historisk fx:

- hysterisk karakter
- kompulsiv karakter
- masochistisk karakter
- fallisk-narcissistisk karakter.

Hans karaktertypologi udspringer af psykoanalytisk teori om:

- libidinal udvikling
- forsvar
- infantile konflikter.

Senere kropsspsykologiske retninger videreudviklede disse typer langt mere systematisk.

En nyere psykiatrisk oversigt fremhæver netop Reichs interesse for karakterdannelse som resultat af måder at håndtere instinkt- og udviklingskonflikter på.

20. Den masochistiske karakter

Denne er især interessant historisk.

Reich opponerede mod forestillingen om:

at personen fundamentalt ønsker smerte.

Han forsøgte i stedet at forstå masochistiske mønstre funktionelt.

En person kan fx:

- underkaste sig
- klage
- provokere
- tåle ydmygelse

på måder, der fastholder en bestemt relationel balance.

Det vigtige princip er:

Se efter funktionen bag adfærden.

Det princip lever stærkt videre i moderne psykoterapi.

21. Negativ terapeutisk reaktion og modstand

Reich var meget optaget af patienter, der:

- forstod terapien intellektuelt
- men ikke ændrede sig.

Det var med til at drive hans fokus fra:

indsigt

til:

karakterforandring.

En moderne artikel om *Character Analysis* fremhæver netop, at Reichs mål var **reel psykisk ændring frem for blot intellektuel forståelse.**

Det er stadig et ekstremt relevant spørgsmål:

Hvorfor kan klienten forstå sit mønster perfekt og stadig gentage det?

22. Implicit og procedural hukommelse – moderne perspektiv

Her får Reich overraskende moderne relevans.

En nyere psykoanalytisk genlæsning af hans arbejde argumenterer for, at hans fokus på klientens:

- nonverbale mønstre
- måde at handle på
- relationelle stil

kan forbindes med nutidige idéer om **implicit/procedural hukommelse**.

Det vil sige:

Klienten ved måske eksplicit:

"Min terapeut er ikke min far."

Men procedural erfaring siger:

"Autoriteter ydmyger mig."

Denne viden ligger ikke nødvendigvis som en tanke.

Den ligger i:

- forventning
- krop
- timing
- relationel adfærd.

Det er præcis det område, Reich prøvede at få adgang til gennem karakteranalysen.

23. Overføring i Reichiansk terapi

Reich kommer fra psykoanalysen, så **overføring** er vigtigt.

Klienten bringer sine tidligere relationelle mønstre ind i terapien.

Men Reich interesserer sig meget for, hvordan overføringen viser sig i **karakteren**.

Eksempel:

Klienten er ekstremt høflig over for terapeuten.

I stedet for blot at se dette som:

god alliance

kan terapeuten spørge:

"Har klienten overhovedet mulighed for at være vred på mig?"

Hvis ikke, bliver høfligheden måske en form for overføringsmodstand.

24. Konfrontation

Reich var ofte mere konfronterende end klassisk analytisk neutralitet.

Han kunne gøre klienten opmærksom på:

- tonefald
- smil
- arrogance
- pseudovenlighed
- kropsholdning.

Et moderne eksempel kunne være:

Klient:

"Det er fint."

Terapeut:

"Du siger, det er fint, men du smiler på en måde, der får mig til at tænke, at der også er irritation. Hvad lægger du selv mærke til?"

Det kan være meget produktivt.

Men en hård konfrontation:

"Dit smil er bare et neurotisk forsvar."

kan skabe skam og modstand.

Moderne terapeutisk brug bør derfor integrere:

- alliance
- mentalisering
- traumesensitivitet.

25. Reichs udviklingsforståelse

Reich har ikke et udviklingsstadesystem som Erikson eller Bodysystem.

Han tager udgangspunkt i Freuds psykoseksuelle udviklingsmodel:

- oral fase
- anal fase
- fallisk/ødipal fase
- genital organisering.

Karakteren formes ifølge den tidlige Reich omkring konflikter på disse udviklingsniveauer.

Men hans vigtigste bidrag er ikke selve faseinddelingen.

Det er idéen:

Hvordan barnet håndterer gentagne konflikter bliver gradvist til karakter.

26. En forenklet udviklingsmodel

Man kan illustrere Reichs tanke sådan:

1. Barnet har en spontan impuls

"Jeg vil have kontakt."

2. Omgivelserne reagerer

"Du er for krævende."

3. Konflikt opstår

behov $\leftrightarrow$ frygt for afvisning.

4. Barnet finder en løsning

"Jeg holder behovet tilbage."

5. Strategien gentages

Det bliver automatisk.

6. Strategien bliver karakter

"Jeg har aldrig brug for nogen."

7. Kroppen kan deltage

- brystet holdes
- vejtrækningen dæmpes
- impulsen til at række ud undertrykkes.

Det er karakterpanserets udvikling i koncentreret form.

27. En klinisk case

Forestil dig "Mikkel", 39 år.

Han søger terapi, fordi:

"Mine forhold fungerer aldrig."

Han fortæller meget rationelt.

Når terapeuten spørger om ensomhed, griner han:

"Det er ikke så dramatisk."

Terapeuten bemærker:

- spændt kæbe
- brystet holdes
- humor ved sårbare emner.

Klassisk symptomniveau

Problem:

relationer fungerer ikke.

Karakteranalytisk niveau

Mikkel organiserer kontakt gennem:

- ironi
- kontrol
- følelsesmæssig afstand.

Forsvarets funktion

"Hvis jeg ikke viser behov, kan jeg ikke blive ydmyget."

Underliggende affekt

- længsel
- sorg
- frygt.

Terapiens mål bliver ikke blot:

"Find en bedre partner."

Men:

Gør Mikkel bevidst om den proces, hvormed han selv beskytter sig mod den kontakt, han længes efter.

28. Praktisk øvelse: "Hvordan gør jeg det?"

En meget Reichiansk klientøvelse er:

Vælg et tilbagevendende problem.

Ikke:

"Hvorfor sker dette?"

men:

"Hvordan gør jeg det?"

Eksempel:

"Hvordan gør jeg mig utilgængelig?"

Klienten observerer:

- stemmen
- blikket
- vejrtrækningen
- kropsholdningen
- ordene
- tidspunktet.

Det flytter fokus fra abstrakt forklaring til konkret proces.

29. Øvelse: karakterforsvaret som styrke

Skriv:

"Noget andre ofte siger om mig er..."

Fx:

"Du er altid stærk."

Spørg derefter:

1. Hvornår er denne egenskab en ressource?
2. Hvornår bliver den rigid?
3. Hvad forhindrer den mig i at mærke?
4. Hvad frygter jeg ville ske, hvis jeg slap den lidt?

Det passer meget præcist med Reichs idé om, at karaktertræk kan være både:

- funktionelle
 - defensive.
-

30. Øvelse: ord kontra krop

Når klienten fortæller noget følelsesladet, kan terapeuten spørge:

"Hvis vi et øjeblik ser bort fra ordene – hvad gør kroppen?"

Observer fx:

- åndedræt
- hænder
- skuldre
- blik
- kæbe.

Spørg:

"Passer kroppens signaler med det, du siger?"

Dette kan skabe awareness uden at terapeuten dikterer fortolkningen.

31. Øvelse: den automatiske relationelle stil

Bed klienten fuldføre:

"Når jeg mærker, at nogen kommer tæt på, plejer jeg at..."

"Når nogen kritiserer mig, plejer jeg at..."

"Når jeg har brug for hjælp, plejer jeg at..."

"Når jeg bliver vred, plejer jeg at..."

Derefter:

"Hvad sker der i kroppen samtidig?"

Det er karakteranalyse oversat til moderne integrativ terapi.

32. Hvad bør man ikke gøre selv?

Her er en vigtig klinisk grænse.

Nogle senere Reichianske traditioner bruger kraftige:

- åndedrætsøvelser
- kropslige provokationer
- konfrontationer
- følelsesmæssig katarsis.

Det er ikke noget, jeg ville anbefale som generel selvhjælp, især ikke ved:

- traumer
- dissociation

- panik
- alvorlig psykisk ustabilitet.

Målet bør ikke være:

"At bryde panseret mest muligt."

Det bør være:

At øge fleksibiliteten og valgfriheden uden at oversvømme personen.

33. Reich og Tove Hvid/Bodynamic

Her er forbindelsen meget direkte.

Bodynamic-traditionen er historisk beslægtet med den kropsorienterede psykoterapeutiske udvikling, Reich var med til at sætte i gang.

Reich

Kronisk psykisk forsvar kan organiseres som kropsligt panser.

Tove Hvid/Bodynamic

Mere differentieret kobling mellem udviklingsfunktioner, muskulære mønstre og ressourcer.

En væsentlig forskel er, at Bodynamic i højere grad fokuserer på:

ressourceopbygning

frem for blot at "opløse panser".

34. Reich og Lars J. Sørensen

Sørensens traumeperspektiv giver en vigtig moderne korrektion til Reich.

Reich kunne være relativt direkte og konfronterende over for forsvar.

Sørensen minder os om:

Forsvaret kan beskytte personen mod at overskride sin smertegrænse.

Man kunne derfor kombinere dem sådan:

Reich spørger:

"Hvordan holder klienten følelsen væk?"

Sørensen spørger:

"Hvorfor har klienten brug for at holde den væk?"

Moderne traumeterapi tilføjer:

"Har klienten kapacitet til at mærke den nu?"

Det er en meget vigtig udvikling.

35. Reich og Anodea Judith

Judith er stærkt påvirket af den kropsspsykoterapeutiske tradition, som Reich var med til at grundlægge.

Begge arbejder med:

- kropslige forsvar
- følelsesmæssig energi
- seksualitet
- udviklingsblokeringer.

Men Judith kombinerer dette med:

- chakraer
- Jung
- spiritualitet.

Reichs tidlige arbejde er mere direkte forankret i:

- Freud
 - psykoanalyse
 - seksualteori.
-

36. Reich og moderne psykoterapi

Mange af Reichs mere spekulative teorier bruges ikke i moderne evidensbaseret psykoterapi.

Men flere af hans **kliniske intuitioner** har fået efterliv:

1. Nonverbal kommunikation betyder noget

I dag helt ukontroversielt.

2. Forsvar kan være procedural og automatiseret

Passer godt med moderne implicit læring.

3. Kroppen deltager i følelsesregulering

Centralt i moderne affekt- og traumeforskning.

4. Intellektuel indsigt er ikke nødvendigvis nok

Meget relevant i moderne psykoterapi.

5. Terapeuten bør undersøge processen her-og-nu

Dette findes stærkt i:

- gestalt
- emotionsfokuseret terapi
- mentalisering
- relationel psykoanalyse.

Den nyere psykoanalytiske genlæsning af Reich fremhæver netop hans fokus på nonverbale, procedurelle mønstre som fortsat klinisk relevant.

37. Hvad er problematisk i Reich?

Det er vigtigt fagligt ikke at gøre ham mere videnskabeligt aktuel, end han er.

Især hans senere teorier om:

- specifik biologisk "energi"
- orgone energy
- bestemte energiblokeringer
- universelle forbindelser mellem seksualitet og al neurosedannelse

har ikke status som etableret moderne videnskab.

Hans påstand om, at alle neuroser fundamentalt skyldes ophobning af seksuel energi, var allerede en radikal afvigelse fra Freud og ligger langt fra nutidens multifaktorielle forståelse af psykisk sygdom.

Derfor bør man skelne mellem:

Reich som vigtig klinisk pioner

og:

Reichs senere biologiske/energetiske teorier som videnskabeligt dokumenterede fakta.

Det sidste holder ikke.

38. Den vigtigste terapeutiske arv

Hvis jeg skulle oversætte *Character Analysis* til én moderne terapeutisk sætning, ville den være:

Lyt ikke kun til klientens historie – observer også den måde, klienten skaber historien, relationen og sig selv på i rummet lige nu.

Det indebærer at undersøge:

- hvordan klienten holder tilbage

- hvordan klienten søger kontakt
- hvordan klienten beskytter sig
- hvordan kroppen deltager
- hvordan dette mønster opstår mellem klient og terapeut.

Det er stadig en meget stærk psykoterapeutisk idé.

Samlet studieskema

Begreb	Reichs forståelse	Moderne terapeutisk anvendelse
Karakter	Stabil organisering af forsvar og impulser	Undersøg tilbagevendende relations- og følelsesmønstre
Karaktermodstand	Modstand indbygget i personlighedsstilen	Se på <i>hvordan</i> klienten samarbejder/modstår
Karakterpanser	Kronisk psykisk forsvarsstruktur	Forstå rigide mønstre som beskyttelse
Muskelpanser	Kropslig parallel til karakterforsvaret	Undersøg kropslige mønstre nysgerrigt, ikke diagnostisk
Modstandsanalyse	Forsvar arbejdes med før dybe fortolkninger	Respekter klientens beskyttelse og timing
Overføring	Gamle relationer genaktiveres i terapien	Arbejd med her-og-nu-relationen
Funktionel identitet	Psykisk og kropsligt forsvar er to udtryk for samme proces	Integrér kropslig og psykisk observation
Muskelsegmenter	Syv områder af kropsligt panser	Historisk kropsspsykoterapeutisk model, ikke anatomi
Orgastisk potens	Kapacitet til fuld spænding–udladning–afslapning	Historisk begreb; ikke moderne sundhedsmål
Seksualøkonomi	Regulering af seksuel/biologisk energi	Stor historisk betydning, begrænset moderne evidens
Neurotisk karakter	Rigid, pansret personlighedsorganisation	Kan sammenlignes med kroniske forsvarsstrategier
Genital karakter	Reichs ideal om fleksibel og selvreguleret person	Historisk ideal, ikke moderne diagnose

Begreb	Reichs forståelse	Moderne terapeutisk anvendelse
Implicit mønster	Ikke Reichs eget begreb, men tæt beslægtet med hans observationer	Kobling til procedural/implicit hukommelse
Kropsligt udtryk	Holdning, åndedræt og bevægelse viser karakter	Brug som hypotese og klientundersøgelse

Reich i 10 kernesætninger

1. **Karakter er ikke bare personlighed; den er en organiseret måde at forsvare sig på.**
2. **Gentagne forsvar kan med tiden opleves som identitet: "Sådan er jeg bare."**
3. **Terapeuten bør analysere formen af klientens kommunikation lige så meget som indholdet.**
4. **Karaktermodstand kan vise sig gennem fx charme, kontrol, intellektualisering, tavshed eller tvangsmæssig venlighed.**
5. **Karakterpanser beskytter mod smerte, men reducerer samtidig spontanitet og kontakt.**
6. **Reich foreslog en funktionel forbindelse mellem psykisk forsvar og kronisk kropsspænding.**
7. **Hans arbejde blev afgørende for senere kropsorienteret psykoterapi.**
8. **Han ønskede reel personlighedsændring frem for kun intellektuel indsigt.**
9. **Hans senere energi- og orgonteorier skal adskilles fra hans mere holdbare kliniske observationer.**
10. **Den moderne terapeutiske arv er især at undersøge det levende mønster, klienten skaber i krop, følelser og relation her-og-nu.**

Et særligt godt eksamensspørgsmål kunne være:

Hvordan adskiller Reichs karakteranalyse sig fra klassisk symptomanalyse, og hvordan kan begreberne karaktermodstand, karakterpanser og muskelpanser anvendes i moderne psykoterapi uden at gøre kropslige observationer til sikre diagnostiske sandheder?

Det samler både Reichs historiske betydning og den kritiske, nutidige anvendelse af hans teori.